

Yogining avtobiografiyasi

Dan so'ng

ma'naviy insholar

Paramhansa Yogananda

Ijtimoiy tarmoqlarga nusxalash uchun

Avtobiografiya ning a Yogi



P
aramhansa
tomonidan
Yogananda

SO'Z BILAN

.WY Evans-Wentz, MA, D.Litt., D.Sc

Bundan"
tashqari siz
ko'rish

belgilar va
mo'jizalar
ko'rsangiz
ham,
ishonmaysizl
ar ."
(Yuhanno
4:48)

Mualliflik
huquqi,
1946,
Paramha
nsa
tomonida
n
Yoganand
a

Bag'ishlangan Kimga The Xotira Ning

Lyuter BURBANK

An Amerikalik Avliyo

Mundarija

Kirish so'zi, WY EVANS tomonidan - WENT Z

Illustratsiyalar ro'yxati

Bob

1. - onam va yoshligim
2. Onaning o'limi va tumor
3. Ikki jasadli avliyo (Swami Pranabananda)
4. Himoloy tomon uzilgan parvozim
5. "Atir avliyosi" o'zining mo'jizalarini ko'rsatadi
6. Yo'lbars Swami
7. Levitating Avliyo (Nagendra Nath Bhaduri)
8. Hindistonning buyuk olimi va ixtirochisi Jagadis Chandra Bose
9. Baxtli dindor va uning Kosmik Romantikasi (Mahasaya ustasi)
10. Men ustozim Shri Yuktesvar bilan uchrashaman
11. Brindabandagi ikki pulsiz bola
12. Ustozimning Ermitajida o'tkazgan yillarim
13. Uyqusiz avliyo (Ram Gopal Muzumdar)
14. ongda tajriba
15. Gulkaram talonchiligi
16. Yulduzlarni aldash
17. Sasi va uchta safir
18. Muhammad mo'jizakori (Afzal Xon)
19. Mening ustozim Kalkutta va Seramporda bir vaqtning o'zida paydo bo'ladi
20. Kashmirga bormaymiz
21. Biz Kashmirga tashrif buyuramiz
22. Tosh tasvirining yuragi
23. Mening universitet diplomim
24. ordenining rohibi bo'ldim
25. Ananta aka va Nalini opa

- 26. Yoga fani
- 27. Ranchi shahrida yoga maktabining tashkil etilishi
- 28. Kashi, qayta tug'ilgan va qayta kashf etilgan

29. Rabindranath Tagore va men maktablarni taqqoslaymiz
30. Mo''jizalar qonuni
31. Muqaddas Ona bilan suhbat (Kashi Moni Lahiri)
32. o'liklardan tirildi
33. Hindistonning Yogi-Masihi
34. Himolay tog'larida saroyini moddiylashtirish
35. Mahasayaning Masihga o'xshash hayoti
36. Babajining G'arbga qiziqishi
37. Amerikaga boraman
38. Lyuter Burbank - Amerika avliyosi
39. Bavariya katolik stigmatisti
40. Hindistonga qaytaman
41. Hindistondagi Idil
42. Ustozim bilan o'tgan kunlar
43. Yuktesvarning tirilishi
44. Mahatma Gandi bilan Wardhada
45. Bengalcha "Ouvonchga to'la ona" (Ananda Moyi Ma)
46. Hech qachon ovqat yemaydigan ayol yogi (Giri Bala)
47. G'arbga qaytaman
48. Kaliforniyadagi Encinitasda

RASMLAR

Frontispiece
e Hindiston
xaritasi

Mening Ota, Bhagabati Charan
Ghosh Mening onam

Swami Pranabananda, "The Avliyo Bilan Ikki
"Jasadlar" Mening katta akam Ananta

Festival Yig'ilish ichida ... Hovli ning mening Guruning Ermitaj ichida
"Serampore Nagendra Nath Bhaduri, "Levitatsiya qiluvchi avliyo

yoshdaman 6

Jagadis Chandra Bose, mashhur olim

Ikki Aka-ukalar ning Tereza Neyman, da
Konnorsroyt Ustoz Mahasaya, baxtli dindor

Jitendra Mazumdar, mening Hamroh yoqilgan ... "Tangasiz Sinov" da
"Brindaban Ananda Moyi Ma, "Quvonchga to'la ona

Himoloy G'or Band qilingan
to'monidan Babaji Shri
Yukteswar, mening ustozim

O'zini anglash bo'yicha stipendiya, Los-Anjeles bosh qarorgohi

O'zini anglash Cherkov ning Hammasi Dinlar,
Gollivud Puri shahridagi Mening Guruning
dengiz bo'yidagi Ermitaj

O'zini anglash Cherkov ning Hammasi Dinlar,
San Diego Mening opa-singillarim -- Roma,
Nalini va Uma

Mening singlim Uma

Shiva sifatida O'z qiyofasida Xudo

Yogoda Matematika, Ermitaj da
Dakshinesvar Ranchi maktabi, asosiy
bino

Kashi, qayta tug'ilgan va qayta kashf etilgan

Bishnu, Motilal Mukherji, otam, janob Rayt, TN Bose, Svami Satyananda
Guruh ning Delegatlar ga ... Xalqaro Kongress ning Diniy Liberallar,
Boston, 1920-yil Qadimgi Ermitajdagi Guru va Shogird

Babaji, ... Yogi-Masih ning Zamonaviy
Hindiston Lahiri Mahasaya

A Yoga Sinf ichida Vashington,
DC Lyuter Burbank

Tereza Neyman ning Konnersroyt,
Bavariya Agradagi Toj Mahal

Shankari May Jiew, Faqat Yashash Shogird ning ... ajoyib Trailanga
Swami Krishnananda o'zining qo'pol sherigi bilan

Guruh yoqilgan ... Ovqatlanish Hovli ning mening
Guruning Serampore Ermitaj Miss Bletch, janob Rayt va
men — Misrda

Rabindranat Tagor

Swami Keshabananda, da uning Ermitaj ichida
Brindaban Krishna, Hindistonning qadimgi
payg'ambari

Mahatma Gandi, Wardhada

Giri Bala, ... Ayol Yogi JSSV Hech
qachon Yeydi Janob EE Dickinson

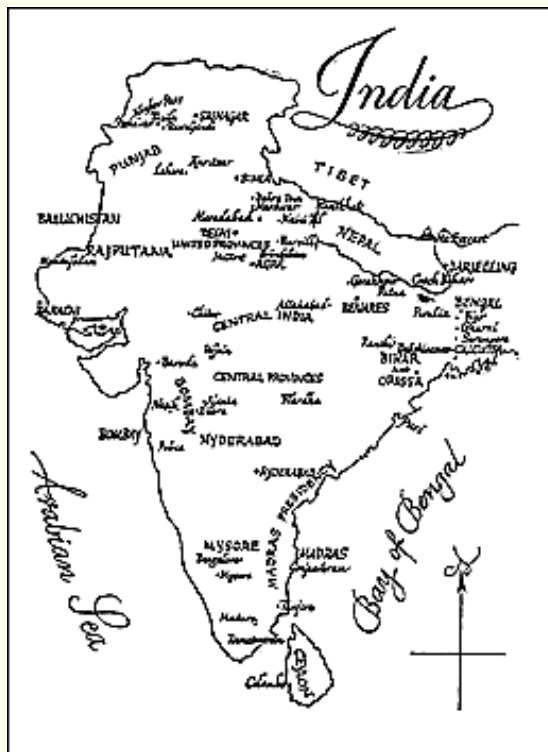
Mening Guru va
O'zim Ranchi
talabalari Encinitas

Konferensiya ichida San

Fransisko Swami

Premananda

Otam



Xarita ning Hindiston

SO'Z SO'ZI

.WY EVANS-WENTZ tomonidan, MA, D.Litt., D.Sc

Iso Kollej, Oksford; Muallif
Tibetlik o'liklar kitobidan,
, Tibetlik buyuk yogi Milarepa

.Tibet yoga va maxfiy ta'limotlar va boshqalar

avtobiografiyasining qiymati, bu Hindiston donishmandlari haqidagi ingliz tilidagi kam sonli kitoblardan biri bo'lib, jurnalist yoki chet ellik tomonidan emas, balki o'z irqi va irqiga mansub bir kishi tomonidan yozilganligi bilan ancha oshadi - qisqasi, yogi *tomonidan* yozilgan yogilar *haqidagi kitob* . G'ayrioddiy voqealarning guvohi sifatida. hayotlar va vakolatlar ning zamonaviy Hindu avliyolar, ... kitob bor ahamiyati ikkalasi ham o'z vaqtida va abadiy. Men Hindistonda ham, Amerikada ham tanish baxtiga muyassar bo'lgan uning mashhur muallifiga har bir o'quvchi munosib minnatdorchilik va minnatdorchilik bildirsin. Uning g'ayrioddiy hayotiy hujjati, shubhasiz, G'arbda nashr etilgan hind ongi va qalbining chuqurligini hamda .Hindistonning ma'naviy boyligini eng ko'p ochib beruvchi hujjatlardan biridir

Bu yerda hayot tarixi hikoya qilingan donishmandlardan biri - Shri Yuktesvar Giri bilan uchrashish men uchun sharaflı bo'ldi. Muhtaram avliyoning surati mening *Tibet Yoga va Maxfiy Doktrinalarimning old qismi sifatida paydo bo'ldi* . **1-1** Men Bengal ko'rfazidagi Orissadagi Puri shahrida Shri Yuktesvar bilan uchrashdim. U o'sha paytda dengiz bo'yidagi sokin ashramaning rahbari edi va asosan bir guruhning ruhiy tarbiyasi bilan band edi. ning yoshlik shogirdlar. U ifodalangan o'tkir qiziqish ichida ... farovonlik ning ... odamlar ning ...

Birlashgan Shtatlar va barcha Amerika qit'alari va Angliya haqida ham so'radi va mendan uning bosh shogirdi Paramhansa Yoganandaning uzoqdagi faoliyati, xususan, Kaliforniyadagi faoliyati haqida so'radi, uni juda yaxshi ko'rardi va 1920-yilda G'arbga elchisi sifatida .yuborgan edi

Shri Yuktesvar muloyim chehra va ovozga ega, yoqimli ko'rinishga ega va uning hurmatiga loyiq .edi

Unga izdoshlari o'z-o'zidan qo'shilishardi. Uni bilgan har bir kishi, o'z jamoasidanmi yoki yo'qmi, uni eng yuqori hurmat bilan kutib olardi. Men uning uzun bo'yli, tekis, zohid qiyofasini, dunyoviy ishlardan voz kechgan odamning za'faron rangidagi libosini aniq eslayman, u meni kutib olish uchun ibodatxonaning kirish qismida turgan edi. Sochlari uzun va biroz jingalak, yuzi esa soqolli edi. Gavdasi mushakdor edi, lekin ingichka va yaxshi shakllangan, va uning qadam baquvvat. U bor edi tanlangan sifatida uning joy ning dunyoviy turar joy ... muqaddas Puri shahri, Hindistonning har bir viloyatidan vakil bo'lgan ko'plab taqvodor hindular har kuni mashhur "Dunyo Rabbi" Jagannath ibodatxonasiga ziyorat qilish uchun kelishadi. Aynan Puri shahrida Shri Yuktesvar 1936-yilda bu o'tkinchi hayot holatining sahnalariga ko'zlarini yumdi va uning mujassamlanishi g'alaba qozonganini bilib, vafot etdi. Men, albatta, bu guvohlikni yozib olish imkoniyatiga ega bo'lganimdan xursandman. ga ... yuqori xarakter va muqaddaslik ning Shri Yuktesvar. Tarkib ga qolish uzoqdan dan ... olomon, u o'zini shogirdi Paramhansa Yogananda bo'lgan ideal hayotga so'zsiz va xotirjamlik bilan bag'ishladi. endi asrlar davomida tasvirlab kelgan. WY EVANS-WENTZ

1-1 : Oksford universiteti nashriyoti, 1935 yil.

Muallifning Minnatdorchiliklar

Ushbu kitob qo'lyozmasi ustida uzoq vaqt davomida tahririyat ishlari bilan band bo'lgani uchun Miss LV Prattga chuqur minnatdorchilik bildiraman. bor to'lash kerak shuningdek ga Miss Rut Zahn uchun tayyorgarlik ning ... indeks, ga Janob C. Richard Rayt uchun Hindistonga sayohat kundaligidan parchalardan foydalanishga ruxsat va takliflar va dalda uchun doktor WY .Evans-Wentzga

PARAMHANSA YOGANANDA

*yil 28-oktabr-1945
Encinitas, Kaliforniya*

Mening Ota-onalar va Erta Hayot

Hind madaniyatining o'ziga xos xususiyatlari uzoq vaqtdan beri yakuniy haqiqatlarni izlash va unga hamroh bo'lgan shogird-guru **1-2 bo'lib kelgan.** munosabatlar. Mening o'z yo'lim meni go'zal hayoti asrlar davomida chizib kelingan Masihga o'xshash donishmandga olib bordi . U Hindistonning yagona buyuk ustozlaridan biri edi.

qolgan boylik. Har bir avlodda paydo bo'lib, ular o'z yerlarini Bobil va Misr taqdiridan himoya qilib kelishgan.

Men avvalgi mujassamlashuvning anaxronistik xususiyatlarini qamrab oluvchi eng qadimgi xotiralarimni topaman. Uzoq hayot, yogi **1-3 haqida aniq xotiralar menga keldi.** Himoloy qorlari orasida. O'tmishning bu nigohlari, qandaydir o'lchovsiz bog'liqlik orqali, menga kelajak haqida ham tasavvur berdi.

Go'daklikdagi ojiz xo'rliklar xayolimdan yo'qolmadi. Yura olmasligimdan yoki o'zimni erkin ifoda eta olmasligimdan xafa bo'lib turardim. Jismoniy ojizligimni anglab yetganimda, ichimda ibodatga o'xshash to'lqinlar paydo bo'ldi. Kuchli hissiy hayotim ko'p tillarda so'zlar sifatida jimgina shakllandi.

Tillarning ichki chalkashliklari orasida qulog'im asta-sekin xalqimning atrofdagi bengal tilidagi bo'g'inlariga ko'nikib qoldi. Chaqaloq ongining jozibali doirasi! Voyaga yetganlar uchun bu o'yinchoqlar va oyoq barmoqlari bilan cheklangan deb hisoblanadi.

Ruhiy achishuv va javob bermayotgan tanam meni ko'plab qaysar yig'ilarga olib keldi. Men qayg'udan oilamning hayratda qolganini eslayman. Baxtli xotiralar ham meni qamrab oladi: onamning erkalashlari, birinchi marta xirillagan so'zlarim va aralash qadamlarim. Odatda tezda unutiladigan bu dastlabki g'alabalar o'ziga ishonchning tabiiy asosidir.

Mening uzoq xotiralarim noyob emas. Ko'pgina yogilar "hayot" va "o'lim"ga va undan dramatik o'tish orqali o'z-o'zini anglash qobiliyatini uzluksiz saqlab qolganliklari ma'lum. Agar inson faqat tana bo'lsa, uning yo'qolishi haqiqatan ham o'ziga xoslikning so'nggi davrini belgilaydi. Ammo agar ming yilliklar davomida payg'ambarlar haqiqat bilan gapirishgan bo'lsa, inson asosan jismoniy bo'lmagan tabiatga ega. Inson egoizmining doimiy yadrosi faqat vaqtinchalik hissiy idrok bilan bog'liq.

Go'daklik haqidagi g'alati, ammo aniq xotiralar juda kam uchraydigan holat emas. Ko'plab mamlakatlarga sayohatlarim davomida men rostgo'y erkaklar va ayollarning og'zidan chiqqan ilk xotiralarni tingladim.

Men o'n to'qqizinchi asrning so'nggi o'n yilligida tug'ilganman va dastlabki sakkiz yilimni Gorakhpurda o'tkazganman. Bu mening tug'ilgan joyim Hindistonning shimoli-sharqidagi Birlashgan provinsiyalar edi. Biz sakkiz farzand edik: to'rtta o'g'il va to'rtta qiz. Men, Mukunda Lal Ghosh, **1-4 yoshda**, ikkinchi o'g'il va to'rtinchi farzand edim.

Ota va ona bengallar, *kshatriya* kastasiiga mansub edilar. **1-5** Ikkalasi ham avliyo tabiat bilan baraka topgan edilar. Ularning osoyishta va hurmatli o'zaro sevgisi hech qachon beparvolik bilan ifodalanmagan. Ota-onalarning mukammal uyg'unligi sakkiz yosh hayotning aylanib yuradigan shovqinining xotirjam markazi edi.

Ota, Bhagabati Charan Ghosh, mehribon, jiddiy, ba'zan esa qattiqqo'l edi. Uni juda yaxshi ko'rardik, lekin biz bolalar ma'lum bir hurmat masofasini kuzatardik. Ajoyib matematik va mantiqchi bo'lgan u asosan aql-zakovati bilan boshqarilardi. Lekin onam qalblar malikasi edi va bizga faqat sevgi orqali ta'lim berdi. Otam vafotidan keyin o'zining ichki mehrini ko'proq namoyon etdi. O'shanda men uning nigohi ko'pincha onamning nigohiga o'zgarib ketishini payqadim.

Onamning huzurida biz Muqaddas Kitob bilan ilk achchiq-shirin tanishuvimizni tatib ko'rdik. ... *mahabharata* va *ramayana* **1-6** edilar topqirlik bilan chaqirilgan ga uchrashish ... zarurat

ning intizom. Ko'rsatma va jazo ketdi qo'l ichida qo'l.

Otamga bo'lgan hurmatning bir belgisi sifatida, onam tushdan keyin uni ofisdan kutib olish uchun bizni ehtiyotkorlik bilan kiyintirib qo'yardi. Uning lavozimi Hindistonning yirik kompaniyalaridan biri bo'lgan Bengal-Nagpur temir yo'lidagi vitse-prezident lavozimiga o'xshardi. Uning ishi sayohat bilan bog'liq edi va bolaligimda oilamiz bir nechta shaharlarda yashar edi.

Onam muhtojlarga ochiq qo'l ko'tarardi. Otam ham mehribon edi, lekin uning qonun va tartibni hurmat qilishi byudjetga ham ta'sir qilardi. Onam ikki hafta davomida kambag'allarni ovqatlantirishga otasining oylik daromadidan ko'proq pul sarfladi.

"Iltimos, xayriya ishlaringizni oqilona chegarada saqlashingizni so'rayman." Hatto erining yumshoq tanbehi ham ona uchun og'ir bo'ldi. U bolalarga hech qanday kelishmovchilik haqida ishora qilmasdan, arava buyurtma qildi.

"Xayr;" Men ertalab ketayotgan uzoqda ga mening onasining uy." Qadimgi ultimatum!

Biz hayratda qolib, noliy boshladik. Tog'amiz o'z vaqtida yetib keldi; u dadamga asrlardan beri shubha uyg'otmagan dono maslahatlarni pichirladi. Dadam bir nechta yarashtirish so'zlarini aytgandan so'ng, onam mamnuniyat bilan taksini jo'natdi. Shu tariqa ota-onam o'rtasida ko'rgan yagona janjalga chek qo'yildi. Lekin men o'ziga xos bir suhbatni eslayman.

"Iltimos, uyga endigina kelgan baxtsiz ayol uchun menga o'n rupiy bering." Onamning tabassumi o'ziga xos ishontirishga ega edi.

"Nega o'n rupiya? Bittasi yetarli." Otam oqlov qo'shimcha qildi: "Otam va buvim to'satdan vafot etganlarida, men birinchi marta qashshoqlikni his qildim. Maktabimga piyoda borishdan oldin nonushtam faqat kichik banan edi. Keyinchalik, universitetda men shunchalik muhtoj edimki, oyiga bir rupiya yordam so'rab badavlat sudyaga murojaat qildim. U hatto bir rupiya ham muhimligini aytib, rad etdi ."

"O'sha rupiyadan voz kechganingizni qanchalik achchiq eslaysiz!" Onaning yuragi bir zumda mantiqqa to'la edi. "Bu ayol ham shoshilinch ravishda muhtoj bo'lgan o'n rupiyadan voz kechganingizni og'riq bilan eslashini xohlaysizmi ?"

— Siz yutdingiz! — U mag'lub erlarning azaliy imo-ishorasi bilan hamyonini ochdi.
— Mana o'n rupiylik kupyura. Uni unga mening yaxshi niyatim bilan bering.

Ota har qanday yangi taklifga avval "Yo'q" deyishni afzal ko'rardi. Uning notanish ayolga bo'lgan munosabati Onamning shunchalik osonlikcha hamdard bo'lgani uning odatiy ehtiyotkorligining namunasi edi. G'arbdagi fransuz ongiga xos bo'lgan darhol qabul qilishdan nafratlanish aslida faqat "tegishli mulohaza" tamoyiliga

hurmat ko'rsatishdir. Men otamni har doim oqilona va hukmlarida teng muvozanatli deb bilganman. Agar men U mening ko'plab iltimoslarimni bir yoki ikkita yaxshi dalil bilan qo'llab-quvvatlasa ham, ta'tilga chiqishmi yoki yangi mototsiklmi, u har doim orzu qilingan maqsadga erishishimga yordam berdi.

Ota farzandlarining yoshligida ularga qattiqqo'l edi, lekin ularga nisbatan munosabati o'zi chinakam spartalik edi. Masalan, u hech qachon teatrqa bormagan, balki turli xil ma'naviy amaliyotlarda va *Bhagavad Gitani o'qishda dam olishni istagan* . **1-7** Barcha hashamatlardan qochib, u yopishib olardi ga bitta eski juftlik ning poyabzal qadar ular edilar foydasiz. Uning o'g'illar sotib oldi avtomobillar keyin ular keng qo'llanila boshlandi, lekin ota har kuni ofisga borish uchun trolleybus bilan kifoyalanardi. Hokimiyat uchun pul to'plash uning tabiatiga yot edi. Bir safar, Kalkutta shahar bankini tashkil qilgandan so'ng, u uning biron bir aktsiyasiga egalik qilish orqali o'ziga foyda keltirishni rad etdi. U shunchaki bo'sh vaqtida fuqarolik burchini bajarishni xohlagan edi.

Otam nafaqaga chiqqanidan bir necha yil o'tgach, ingliz buxgalteri Bengal-Nagpur temir yo'l kompaniyasining hisob-kitoblarini tekshirish uchun keldi. Hayratda qolgan tergovchi otaning hech qachon muddati o'tgan bonuslar uchun ariza bermaganligini aniqladi.

"U qildi ... ish ning uch erkaklar!" ... buxgalter aytib berdi ... kompaniya. "U bor rupiy 125 000 (taxminan (41 250 dollar) unga kompensatsiya sifatida qarzdor." Amaldorlar otamga bu summa uchun chekni taqdim etishdi. U bu haqda shunchalik kam o'ylaganki, oilaga hech qanday eslatma bermadi. Ko'p o'tmay, uni bank ko'chirmasidagi katta miqdordagi depozitni ko'rgan kenja ukam Bishnu so'roq qildi .

"Nega moddiy foydadan xursand bo'lish kerak?" deb javob berdi ota. "Teng fikrlash maqsadiga intilgan kishi na foydadan xursand bo'ladi, na yo'qotishdan tushkunlikka tushadi. U inson bu dunyoga pulsiz kelib, bir rupiy ham pulsiz ketishini biladi."



OTASI

Bhagabati Charan Ghosh
A Shogird ning Lahiri Mahasaya

Turmush qurganlarining dastlabki yillarida ota-onam buyuk ustoz, Benareslik Lahiri Mahasayaning shogirdlari bo'lishdi. Bu aloqa otamning tabiiy asketik fe'l-atvorini mustahkamladi. Onam katta singlim Romaga ajoyib bir e'tirof berdi: "Otangiz va men farzand ko'rish maqsadida yiliga bir marta er-xotin bo'lib yashaymiz".

Otam Lahiri Mahasaya bilan birinchi marta Abinash Babu orqali uchrashgan, **1-8** Bengal-Nagpur temir yo'lining Gorakhpur ofisida ishlaydigan xodim. Abinash mening yosh quloqlarimga ko'plab hind avliyolari haqidagi qiziqarli hikoyalarni o'rgatdi. U har doim o'z gurusining yuksak shon-sharafiga hurmat bajo keltirish bilan yakunladi.

"Otangizning Lahiri Mahasaya shogirdi bo'lgan favqulodda vaziyatlar haqida hech eshitganmisiz?"

Yozning dangasa tushdan keyin, Abinash bilan uyimiz hovlisida birga o'tirganimizda, u menga bu qiziqarli savolni berdi. Men boshimni chayqab, kutgandek tabassum qildim.

"Bir necha yil oldin, siz tug'ilmasdan oldin, men yuqori lavozimli ofitserimdan - otangizdan - Benaresdagi guruimni ziyorat qilish uchun Gorakhpurdagi vazifalarimdan bir haftalik ta'til berishini so'ragan edim. Otangiz mening rejamni masxara qildi."

""Diniy mutaassibga aylanmoqchimisiz?" deb so'radi u. "Agar oldinga intilishni istasangiz, ofis ishingizga e'tiboringizni qarating."

"O'sha kuni o'rmon yo'lidan uyga qaytayotganimda, otangizni palankinda uchratdim. U xizmatkorlari va aravalarini qo'yib yubordi va yonimga yiqildi. Meni yupatmoqchi bo'lib, u dunyoviy muvaffaqiyatga intilishning afzalliklarini ko'rsatdi. Lekin men uni beparvolik bilan eshitdim. Yuragim takrorlardi: "Lahiri Mahasaya! Men seni ko'rmasdan yashay olmayman!"

"Yo'limiz bizni sokin dala chetiga olib bordi, u yerda kechki quyosh nurlari hali ham yovvoyi o'tlarning baland to'lqinlarini yoritib turardi. Biz hayrat bilan to'xtadik. U yerda, bizdan bir necha metr narida, mening buyuk ustozimning qiyofasi to'satdan paydo bo'ldi! **1-9**

""Bhagabati, siz xodimingizga juda qattiqqo'lsiz!" Uning ovozi hayratda qolgan quloqlarimizda aks-sado berdi. U qanday kelgan bo'lsa, xuddi shunday sirli ravishda g'oyib bo'ldi. Tiz cho'kib, 'Lahiri Mahasaya! Lahiri Mahasaya!' deb xitob qilardim. Otangiz bir necha daqiqa hayratdan qimirlamay qoldi.

sizga nafaqat ruxsat beraman , balki ertaga Benaresga jo'nash uchun o'zimga ham ruxsat beraman . Men siz uchun shafolat qilish uchun o'zini xohlagan vaqtda namoyon qila oladigan bu buyuk Lahiri Mahasayani bilishim kerak! Men xotinimni

olib, bu ustozdan bizni o'zining ruhiy yo'liga boshlashini so'rayman. Bizni unga yo'naltirasizmi?"

"Albatta." Ibodatimga mo'jizaviy tarzda javob berilganidan va voqealarning tez va ijobiy tomonga o'zgarishidan quvonchga to'ldim.

"Ertasi kuni kechqurun ota-onangiz bilan men Benaresga jo'nadik. Ertasi kuni ot aravasiga o'tirdik, va keyin bor edi ga sayr qilish orqali tor yo'laklar ga mening guruning tanho uy. Kirish uning kichik

Mehmonxonada biz xo'jayinning odatiy lotus holatida bosh egdik. U o'tkir ko'zlarini pirpiratib, ularni otangizga qaratdi.

"Bhagabati, siz xodimingizga juda qattiqqo'lsiz!' Uning so'zlari ikki kun oldin Goraxpur dalasida aytgan so'zlari bilan bir xil edi. U qo'shimcha qildi: "Abinashning menga tashrif buyurishiga ruxsat berganingizdan va siz va rafiqangiz unga hamroh bo'lganingizdan xursandman."

Kriya Yoga ruhiy amaliyotiga undadi . **1-10** Otangiz va men, birodar shogirdlar sifatida, vahiyni unutilmas kundan beri yaqin do'stlar bo'lib qoldim. Lahiri Mahasaya sizning tug'ilishingiz bilan aniq qiziqdi. Sizning hayotingiz, albatta, uning hayoti bilan bog'liq bo'ladi: ustozning duosi hech qachon tugamaydi.

Lahiri Mahasaya men bu dunyoga kirganimdan ko'p o'tmay bu dunyoni tark etdi. Uning bezakli ramkadagi surati otamizning ofisi tomonidan ko'chirilgan turli shaharlardagi oilaviy qurbongohimizni doimo bezab turardi. Ko'pincha ertalab va kechqurun onam bilan men qo'lbola ziyoratgoh oldida mulohaza yuritib, xushbo'y sandal daraxti pastasiga botirilgan gullarni taklif qilardik. Xushbo'y tutatqi va mirra bilan, shuningdek, birlashgan ibodatlarimiz bilan biz Lahiri Mahasayada to'liq ifodalangan ilohiylikni ulug'lardik.

Uning rasm bor edi a oshib ketish ta'sir ustidan mening hayot. As Men o'sdi, ... fikr ning ... usta bilan o'sdi meni. Ichkarida meditatsiya Men bo'lardi tez-tez ko'rish uning fotosuratga olish tasvir paydo bo'lish dan uning kichik shaklga kirib, tirik shaklga kirib, oldimda o'tirdi. Men uning nurli tanasining oyoqlariga tegmoqchi bo'lganimda, u o'zgarib, yana manzaraga aylanib ketardi. Bolalik o'smirlikka aylanib borar ekan, men Lahiri Mahasayani topdim. o'zgartirilgan ichida mening aql dan a kichik tasvir, beshikli ichida a ramka, ga a tirik, ma'rifatli mavjudlik. Sinov yoki chalkashlik paytlarida unga tez-tez ibodat qilardim, ichimda Uning taskin beruvchi yo'nalishini topardim. Avvaliga u endi jismonan tirik emasligidan xafa bo'ldim. Boshlaganim sari Uning maxfiy hamma joyda mavjudligini kashf etish uchun men endi afsuslanmadim. U uni ko'rishni juda xohlaydigan shogirdlariga tez-tez shunday deb yozgan edi: "Men sizning *kutasthangiz* (ruhiy ko'rishingiz) doirasida bo'lsam, nega mening suyaklarim va tanamni ko'rishga keldingiz?"

Men sakkiz yoshlarimda Lahiri Mahasayaning surati orqali ajoyib shifo topish baxtiga muyassar bo'ldim. Bu tajriba mening sevgimga kuch bag'ishladi. Bengalning Ichapur shahridagi oilaviy mulkimizda bo'lganimda, men Osiyo vabosiga chalingan edim. Hayotim umidsizlikka uchragan edi; shifokorlar buni qila olishardi. hech narsa. Yotoqxonam yonida onam vahima bilan menga boshim ustidagi devordagi Lahiri Mahasayaning rasmiga qarashni ishora qildi.

"Unga aqlan ta'zim qiling!" U mening qo'llarimni ko'tarib salomlashishga ham oqizligimni bilardi. "Agar siz chin dildan sadoqatingizni ko'rsatib, uning oldida ichingizdan tiz cho'ksangiz, hayotingiz saqlanib qoladi!"

Men uning fotosuratiga tikilib qaradim va u yerda tanamni va butun vujudimni o'rab turgan ko'zni qamashtiruvchi yorug'likni ko'rdim. xona. Ko'ngil aynishi va boshqa nazorat qilib bo'lmaydigan alomatlar yo'qoldi; men sog'ayib ketdim. Darhol o'zimni kuchli his qildim va onamning ustoziga bo'lgan cheksiz ishonchini qadrlab, egilib, oyoqlariga tegishga tayyor edim. Onam boshini kichkina rasmga qayta-qayta bosdi.

"O Hamma joyda mavjud Ustoz, Men rahmat senga bu seniki yorug'lik has sog'ayib ketdi mening o'g'lim!

Men u ham odatda o'limga olib keladigan kasallikdan darhol sog'ayib ketganimning yorqin alangasiga guvoh bo'lganini angladim.

Mening eng qimmatbaho buyumlarimdan biri o'sha fotosurat. Otamga Lahiri Mahasayaning o'zi tomonidan sovg'a qilingan bu fotosurat muqaddas tebranishlarni o'zida mujassam etgan. Surat mo''jizaviy kelib chiqishi bor edi. Men bu hikoyani otamning ukasi shogirdi Kali Kumar Roydan eshitganman.

Aftidan, ustoz suratga tushishni yoqtirmagan. Uning noroziligi tufayli bir marta u va Kali Kumar Roy kabi bir guruh muxlisning surati olingan. Barcha shogirdlarning aniq tasvirlari bo'lgan lavhada Lahiri Mahasayaning konturlarini topishni kutgan markazda bo'sh joy borligini aniqlagan hayratlanarli fotograf edi. Bu hodisa keng muhokama qilindi.

Talaba va tajribali fotograf Ganga Dhar Babu qochoq figura undan qochib qutula olmasligi bilan maqtandi. Ertasi kuni ertalab guru yog'och skameykada lotus shaklida o'tirganida Uning orqasida parda, Ganga Dhar Babu o'z jihozlari bilan yetib keldi. Muvaffaqiyatga erishish uchun barcha choralarni ko'rib, u ochko'zlik bilan o'n ikkita likopchani ochdi. Tez orada har birida yog'och skameyka va pardaning izini topdi, ammo yana ustaning shakli yo'q edi.

Ko'z yoshlari va mag'rurligi bilan Ganga Dhar Babu o'z ustozini qidirdi. Lahiri Mahasaya uning sukunatini homilador so'zlari bilan buzgunga qadar bir necha soat o'tdi:

"Men ertalab Ruh. Can sizning kamera aks ettirish ... hamma joyda mavjud Ko'rinmasmi?"

"Ko'ryapmanki, bu mumkin emas! Lekin, muqaddas janob, men faqat mening tor tasavvurimga ko'ra, Ruh to'liq yashaydigan ko'rinadigan jismoniy ma'badning tasvirini mehr bilan xohlayman."

"Keling, keyin, ertaga tong. Men vasiyatnoma poza uchun sen."

Fotosuratchi yana kamerasini fokusladi. Bu safar sirli sezilmaslik bilan qoplangan muqaddas qiyofa lavhada o'tkir edi. Usta boshqa hech qachon suratga tushmadi; hech bo'lmaganda, men hech birini ko'rmaganman.

Surat ushbu kitobda keltirilgan. Lahiri Mahasayaning ajoyib qiyofasi, universal aktyor sifatida, uning qaysi irqqa mansubligini deyarli ko'rsatmaydi. Uning Xudo bilan muloqotdan olgan kuchli quvonchi unda biroz namoyon bo'ladi. a biroz sirli tabassum. Uning ko'zlar, yarim ochiq ga ifodalash a nominal yo'nalish yoqilgan ... tashqi dunyo ham yarim yopiq. Yerning bechora jozibalaridan butunlay bexabar holda, u butunlay uyg'oq edi. Uning ne'matini so'rab murojaat qilgan izlovchilarning ma'naviy muammolariga doimo murojaat qiladi.

Guruning surati kuchi bilan shifo topganimdan ko'p o'tmay, men ta'sirli ruhiy tasavvurga ega bo'ldim. Bir kuni ertalab to'shagimda o'tirib, chuqur xayolga cho'mdim.

"Yopiq ko'zlar zulmatining ortida nima bor?" Bu o'ychan fikr xayolimga kuchli kirib keldi. Ichki nigohimga darhol ulkan yorug'lik chaqnadi. Tog' g'orlarida meditatsiya holatida o'tirgan avliyolarning ilohiy shakllari miniatyura kinofilmlari kabi shakllangan edi.

peshonamda katta nurli parda. "Sen

kimsan?" deb baland ovozda aytdim.

"Biz Himoloy yogislarimiz." Samoviy javobni tasvirlash qiyin; yuragim hayajonda edi.

"Voy, men Himolay tog'lariga borib, siz kabi bo'lishni juda xohlayman!" Bu tasavvur yo'qoldi, ammo kumush nurlar tobora kengayib borayotgan doiralarda cheksizlikka yoyildi.

"Nima bu bu ajoyib nur?"

"Men Isvara. **1-11** "Men Nurman." Ovoz bulutlarning

pichirlashi kabi edi. "Men Sen bilan bir bo'lishni

xohlayman!"

Ilohiy ekstazimning asta-sekin kamayib borayotganidan, men Xudoni izlash uchun doimiy ilhom merosini saqlab qoldim. "U abadiy, doimo yangi quvonch!" Bu xotira osmonga ko'tarilish kunidan keyin ham uzoq vaqt saqlanib qoldi.

Yana bir erta xotira ajoyib; va tom ma'noda shunday, chunki men shu kungacha chandiqni olib yuraman. Opam Uma bilan men erta tongda Gorakhpur makonimizdagi *neem* daraxti ostida o'tirgan edik. U menga Bengal tilidagi primerni tayyorlashda yordam berayotgan edi, men esa yaqin atrofdagi to'tilarning pishgan margosa mevasini yeyishidan nigohimni ayamash edim. Uma oyog'idagi chiriganlikdan shikoyat qildi va bir banka malham olib keldi. Men bilagimga malhamdan ozgina surtdim.

"Nima uchun qil siz foydalanish dori yoqilgan a sog'lom qo'lmi?"

"Xo'sh, opa, ertaga chirigan bo'ladi deb o'ylayman. Men malhamingizni chirigan paydo bo'ladigan joyda sinab ko'rmoqdaman."

"Siz kichik yolg'onchi!

"Singlim, qilmang qo'ng'iroq meni a yolg'onchi qadar siz ko'rish nima sodir bo'ladi ichida ... tong. G'azab to'ldirilgan meni.

Uma taassurot qoldirmadi va uch marta istehzosini takrorladi. Sekin javob berganimda, ovozimda qat'iy qaror eshitildi.

"Ichimdagi iroda kuchi bilan aytamanki, ertaga qo'limning aynan shu joyida katta chirigan bo'ladi; va *sizning* chiriganingiz hozirgi hajmidan ikki baravar

kattalashadi!"

Ertalab ko'rsatilgan joyda menda kuchli chivin borligini ko'rdim; Umaning chivinining kattaligi ikki baravar ko'paygan edi. Singlim qichqiriq bilan onamning oldiga yugurdi. "Mukunda sehgarga aylandi!" Onam jiddiy ohangda menga hech qachon so'z kuchidan zarar yetkazish uchun foydalanmaslikni buyurdi. Men uning maslahatlarini doim yodda tutganman va ularga amal qilganman.

Mening qaynatish edi jarrohlik yo'li bilan davolangan. A sezilarli chandiq, chapga tomonidan ... shifokorning kesma, bu hozirgi bugun. Yoqilgan

mening o'ng bilak bu a doimiy eslatma ning ... kuch ichida erkakning aniq so'z.

Uma uchun chuqur diqqat bilan aytilgan bu sodda va zararsiz iboralar bomba kabi portlashi va aniq, ammo zararli ta'sir ko'rsatishi uchun yetarlicha yashirin kuchga ega edi. Keyinchalik men nutqdagi portlovchi tebranish kuchini hayotni qiyinchiliklardan xalos qilish uchun oqilona yo'naltirish mumkinligini va shu tariqa chandiq yoki tanbehsiz ishlash mumkinligini angladim. **1-12**

Oilamiz Panjobdagi Lahor shahriga ko'chib o'tdi. U yerda men Ilohiy Onaning Kali ma'budasi qiyofasida suratini oldim. **1-13** Bu uyimizning balkonidagi kichik norasmiy ziyoratgohni muqaddas qildi. Menda o'sha muqaddas joyda aytilgan har qanday ibodatimning bajarilishiga aniq ishonch paydo bo'ldi. Bir kuni Uma bilan u yerda turib, juda tor ko'chaning qarama-qarshi tomonidagi binolarning tomlari ustidan ikkita varrak uchib ketayotganini ko'rdim.

"Nima uchun bor siz shunday tinchmi?" Uma itarib yubordi meni o'ynoqi tarzda.

"Ilohiy Onam menga nima so'rasam ham, berishi naqadar ajoyib ekanligi

haqida o'ylayapman." "O'ylaymanki, u sizga o'sha ikkita varrakni

berardi!" Opam istehzo bilan kuldi.

"Nima uchun emasmi?" Men boshladi jim ibodatlar uchun ularning egalik qilish.

Hindistonda o'yinlar iplari yelim va maydalangan shisha bilan qoplangan varraklar bilan o'ynaladi. Har bir o'yinchi raqibining ipini uzishga harakat qiladi.

Bo'shatilgan varrak tomlar ustidan suzib o'tadi; uni ushlash juda qiziqarli. Uma bilan men balkonda bo'lganimiz sababli, biron bir bo'shatilgan varrak qo'limizga tushishi imkonsizdek tuyulardi; uning ipi tabiiy ravishda tomlar ustida osilib turardi.

Yo'lakning narigi tomonidagi o'yinchilar o'yinni boshladilar. Bir ip kesildi; darhol varrak men tomonga suzib ketdi. Shamol to'satdan pasayganligi sababli, u bir zum harakatsiz qoldi. Qarama-qarshi uyning tepasidagi kaktus o'simligi bilan ipni mahkam bog'lab qo'yish kifoya edi. Tutqanoq uchun mukammal halqa hosil qilindi. Men sovrinni Umaga uzatdim.

"Bu shunchaki favqulodda baxtsiz hodisa edi va ibodatingizga javob bo'lmadi. Agar boshqa varrak sizga yetib kelsa, men ishonaman." Opaning qora ko'zlarida uning so'zlaridan ko'ra hayrat ko'proq ifodalangan edi.

Men ibodatlarimni katta shiddat bilan davom ettirdim. Boshqa o'yinchining majburan tortilishi uning uçurtmasini to'satdan yo'qotishiga olib keldi. U shamolda

raqsga tushib, menga qarab yo'naldi. Mening yordamchim, kaktus o'simligi, yana uçurtma ipini kerakli halqaga mahkamladi, shunda men uni ushlay olaman. Men ikkinchi sovrinimni Umaga taqdim etdim.

"Haqiqatan ham, Ilohiy Ona sizni tinglaydi! Bu men uchun juda g'alati!" Opa qo'rqib ketgan kiyikday qochib ketdi.

.....
1-2 : Ma'naviy o'qituvchi; dan Sanskritcha ildiz *gur* , ga ko'tarish, ga ko'tarish.

1-3 : A amaliyotchi ning yoga, "ittifoq", qadimgi hind fan ning meditatsiya yoqilgan Xudo.

1-4 : Mening ism edi o'zgartirilgan ga Yogananda qachon Men kirdi ... qadimgi monastir Swami Buyurtma ichida 1914-yil. Mening guru 1935-yilda menga *Paramhansa* diniy unvonini berdi (24 -boblarga qarang). va 42).

1-5 : An'anaga ko'ra, ... ikkinchi kasta ning jangchilar va hukmdorlar.

1-6 : Bular qadimgi dostonlar bor ... xazina ning Hindistonning tarix, mifologiya, va falsafa. An "Har bir insonning Kutubxona" hajm,

.*Ramayana va Mahabharata* , bu a kondensatsiya ichida Inglizcha oyat tomonidan Romesh Dutt (Yangi York: E. P. Dutton)

1-7 *Mahabharata* dostonining bir qismi sifatida uchraydigan bu olijanob sanskrit she'ri Hindu Injilidir. Eng she'riy inglizcha tarjima Edvin Arnoldning "*Samoviy qo'shiq*" asaridir (Filadelfiya: Devid MakKey, 75 sent). Eng yaxshi tarjimalardan biri bilan batafsil sharh bu Shri Aurobindoning *Xabar Ning The Gita* (Yupiter Matbuot, 16 Semudoss St., Madras, Hindiston, 3.50 dollar).

1-8 : *Babu* (Janob) bu joylashtirilgan ichida Bengal tili ismlar da ... oxiri.

1-9 : The ajoyib vakolatlar egallab olingan tomonidan ajoyib ustalar bor tushuntirildi ichida bob 30 , "The Qonun ning Mo"jizalar.

1-10 : A yogik texnika shu bilan ... sensorli g'alayon bu jim qoldi, ruxsat beruvchi erkak ga erishish bir tobora ortib borayotgan shaxs kosmik ong bilan. (26-bobga qarang.)

1-11 : A Sanskritcha ism uchun Xudo sifatida Hukmdor ning ... koinot; dan ... ildiz *Bu* , ga qoida. U yerda bor 108 ismlar uchun Xudo ichida hind yozuvlari, ularning har biri turli xil falsafiy ma'noga ega.

1-12 : The cheksiz kuchlar ning tovush hosil qilish dan ... Ijodiy So'z, *Aum* , ... kosmik tebranuvchi kuch orqada hammasi atom energiyalari. Aniq anglash va chuqur diqqat bilan aytilgan har qanday so'z moddiylashtiruvchi qiymatga ega. Baland yoki jim takrorlash ning ilhomlantiruvchi so'zlar bor bo'lgan topildi samarali ichida Kueizm va o'xshash tizimlar ning psixoterapiya; ... sir yolg'onlar ichida qadam tashlash ning ... aqlning tebranuvchi stavka. The shoir Tennyson bor chapga biz, ichida uning *Xotiralar* , bir hisob ning uning Ongli ondan tashqariga superongga o'tish uchun takroriy qurilma:

Bir turdagi uyg'oq trans - bu yaxshiroq so'z yo'qligidan kelib chiqadi - men bolaligimdan ancha oldin yolg'iz bo'lganimda " tez-tez boshdan kechirganman", deb yozgan Tennyson. "Bu menga o'z ismimni o'zimga jimgina *takrorlash orqali keldi* , toki birdaniga, go'yo individuallik ongi intensivligidan kelib chiqqandek, individuallikning o'zi erib, yo'qolib ketganday tuyuldi." cheksiz bo'lish, va bu emas a chalkash davlat lekin ... eng aniq, ... eng ishonchli ning ... eng ishonchli, butunlay undan tashqarida "O'lim deyarli kulgili imkonsizlik bo'lgan so'zlar - shaxsiyatning yo'qolishi (agar shunday bo'lsa) yo'q bo'lib ketmaydigan, balki yagona haqiqiy hayotdek tuyuladi." U qo'shimcha qilib shunday deb yozgan edi: "Bu noaniq ".ekstaz emas, balki ongning mutlaq ravshanligi bilan bog'liq bo'lgan transcendent hayrat holatidir

1-13 : Kali bu a belgi ning Xudo ichida ... jihat ning abadiy Ona Tabiat.

BOB: 2

Mening Onaning O'lim Va The Tasavvuf Amulet

Mening onasining eng zo'r istak edi ... nikoh ning mening katta yoshli aka. "A, qachon
Men qarang ... yuz ning

"Ey Anantaning xotini, men bu yerda jannatni topaman!" Men onamning oilaning davomiyligiga bo'lgan kuchli hindcha tuyg'usini shu so'zlar bilan ifodalaganini tez-tez eshitardim.

Anantaning unashtiruv marosimi o'tkazilgan paytda men o'n bir yoshda edim. Onam Kalkuttada edi va to'yga tayyorgarlikni quvonch bilan nazorat qilar edi. Dadam bilan men Hindistonning shimolidagi Bareilly shahridagi uyimizda yolg'iz qoldik, otam Lahorda ikki yildan keyin u yerga ko'chirilgan edi.

Men ilgari ikkita katta opam Roma va Uma uchun to'y marosimlarining ulug'vorligiga guvoh bo'lgan edim; lekin Ananta uchun, to'ng'ich o'g'il sifatida, rejalar chindan ham puxta edi. Onam har kuni uzoq uylardan Kalkuttaga keladigan ko'plab qarindoshlarini kutib olardi. U ularni Amherst ko'chasidagi 50-uyda joylashgan katta, yangi sotib olingan uyga qulay tarzda joylashtirdi. Hamma narsa tayyor edi - ziyofat taomlari, aka-uka kelinning uyiga olib ketiladigan quvnoq taxt, rang-barang chiroqlar qatori, ulkan karton fillar va tuyalar, ingliz, shotlandiya va hind orkestrlari, professional artistlar, qadimgi marosimlar uchun ruhoniylar.

Otam bilan men, bayramona kayfiyatda, marosimga vaqtida oilamizga qo'shilishni rejalashtirayotgan edik. Biroq, buyuk kundan sal oldin, men dahshatli bir tush ko'rdim.

Bu Bareillyda yarim tunda sodir bo'ldi. Men bungalovimiz maydonida otamning yonida uxlab yotganimda, karavot ustidagi chivin to'rining g'alati bir ovozi meni uyg'otdi. Yupqa pardalar ochildi va men onamning sevimli qiyofasini ko'rdim.

"Otangni uyg'ot!" Uning ovozi shunchaki pichirlash edi. "Bugun ertalab soat to'rtida birinchi bo'sh poyezdga chiqing. Agar meni ko'rmoqchi bo'lsangiz, Kalkuttaga shoshiling!" Arvohga o'xshash qiyofa g'oyib bo'ldi.

"Ota, ota! Onam o'lyapti!" Ovozimdagi dahshat uni darhol uyg'otdi. Men bu halokatli xabarni yig'lab yubordim.

— Gallyutsinatsiyangizning ahamiyati yo'q. — Ota yangi vaziyatga o'ziga xos inkorini bildirdi. — Onangizning sog'lig'i juda yaxshi. Agar biron yomon xabar eshitsak, ertaga ketamiz.

"Hozir boshlamaganingiz uchun hech qachon o'zingizni kechirmaysiz!" Alam meni achchiqlanib qo'shishga majbur qildi: "Men ham sizni hech qachon kechirmayman!"

G'amgin tong aniq so'zlar bilan boshlandi: "Onam xavfli kasal; to'y kechiktirildi; darhol keling."

Otam bilan men chalg'ib ketdik. Yo'lda bizni amakilarimdan biri transfer nuqtasida kutib oldi. Biz tomonga teleskopik kuch bilan momaqaldiroqday poyezd kelayotgan

edi. Ichki g'azabimdan o'zimni temir yo'l relslariga tashlashga to'satdan qat'iy qaror qildim. Onamdan allaqachon ayrilganim uchun, to'satdan suyaklarigacha barbod bo'lgan dunyoga chiday olmasligimni his qildim. Onamni yer yuzidagi eng aziz do'stimdek sevardim. Uning taskin beruvchi qora ko'zlari bolalikning arziyas fojialarida mening eng ishonchli panohim bo'lgan edi.

"Qiladimi u hali tirikmi?" Men to'xtadi uchun bitta oxirgi savol ga mening amaki.

"Albatta, u tirik!" U mening yuzimdagi umidsizlikni tushunishga shoshilmadi. Lekin men unga deyarli ishonmadim.

Kalkuttadagi uyimizga yetib kelganimizda, o'limning hayratlanarli siriga duch kelishimiz kerak edi. Men deyarli jonsiz holatga tushib qoldim. Yuragimga yarashishdan oldin yillar o'tdi. Jannat darvozalariga bostirib kirib, faryodlarim nihoyat Ilohiy Onani chaqirdi. Uning so'zlari mening yiringlagan yaralarimga oxirgi shifo berdi:

"Men seni ko'p onalarning mehr-muhabbati bilan umr bo'yi kuzatib kelganman! Mening nigohimda izlayotgan ikkita qora ko'zni, yo'qolgan go'zal ko'zlarni ko'r!"

Dadam bilan men azizlarim uchun kuydirish marosimidan ko'p o'tmay Bareillyga qaytdik. Har kuni erta tongda men bungalovimiz oldidagi silliq, yashil-oltin maysazorni soya qilib turgan katta *sheoli daraxtiga achinarli yodgorlik - ziyoratga borar edim. She'riy lahzalarda men oq sheoli* gullari o'tli qurbongoh ustiga ixtiyoriy sadoqat bilan sochilayotgan deb o'ylardim. Ko'z yoshlarim shudring bilan aralashib, men tez-tez tongdan g'alati boshqa dunyo nuri chiqayotganini ko'rardim. Xudoga bo'lgan qattiq sog'inish meni qamrab olardi. Men Himolay tog'lariga kuchli jalb qilinganimni his qilardim.

Muqaddas tepaliklarda sayohat qilgan amakivachchalarimdan biri Bareillyda bizga tashrif buyurdi. Men uning yogilar va svamilarning baland tog'li maskani haqidagi hikoyalarini diqqat bilan tingladim. **2-1**

"Kelinglar, Himolay tog'lariga qochib ketamiz." Bir kuni Bareillydagi uy egamizning kichik o'g'li Dvarka Prasadga qilgan taklifim befarqlik bilan qabul qilindi. U mening rejamni otamni ko'rishga kelgan akamga aytib berdi. Ananta kichkina bolaning bu amaliy bo'lmagan rejasi ustidan yengilgina kulish o'rniga, meni masxara qilishni aniq maqsad qilib qo'ydi.

"Qayerda bu sizning to'q sariq xalat? Siz qila olmaydi bo'lish a swami holda ana shu!"

Lekin uning so'zlari meni hayratga soldi. Ular mening Hindistonda rohib sifatida kezib yurganimni aniq tasavvur qilishimga yordam berdi. Ehtimol, ular o'tmishdagi hayot xotiralarini uyg'otgandir; har holda, men qadimgi monastir ordenining libosini qanday tabiiy ravishda kiyishimni tushuna boshladim.

Bir kuni ertalab Dvarka bilan suhbatlashib, Xudoning ko'chki kuchi bilan tushayotganiga bo'lgan muhabbatni his qildim. Hamrohim keyingi notiqlikka qisman e'tibor berdi, lekin men o'zimni chin dildan tinglardim.

Men o'sha kuni tushdan keyin Himolay tog' etaklaridagi Naini Talga qochib ketdim. Ananta qat'iyat bilan quvdi; Men qayg'u bilan Bareillyga qaytishga majbur bo'ldim.

Menga ruxsat berilgan yagona ziyorat tong otganda *sheoli* daraxtiga odatiy ziyorat edi. Yuragim yo'qolgan insoniy va ilohiy onalar uchun yig'ladi.

Onamning o'limi oilada qolgan ziyonni tuzatib bo'lmas darajada edi. Otam qirq yoshga yaqin umri davomida boshqa turmushga chiqmadi. Kichik suruviga ota-ona rolini o'z zimmasiga olgan holda, u sezilarli darajada mehrliroq va ochiqroq bo'lib qoldi. Xotirjamlik va aql-idrok bilan u turli oilaviy muammolarni hal qildi. Ish vaqtidan keyin u xuddi zohid kabi xonasining kamerasiga chiqib, shirin xotirjamlikda *Kriya Yoga bilan shug'ullandi* . Onamning o'limidan ancha keyin men...

Ota-onamning hayotini yanada qulayroq qiladigan tafsilotlarga e'tibor berish uchun ingliz hamshirasi. Lekin dadam bosh chayqadi.



Mening Ona

A Shogird ning Lahiri Mahasaya

— Menga xizmat onang bilan tugadi. — Uning ko'zlari umrbod sadoqat bilan uzoqlashdi. — Men boshqa hech bir ayolning xizmatini qabul qilmayman.

Onamning vafotidan o'n to'rt oy o'tgach, u menga muhim xabar qoldirganini bildim. Ananta uning o'lim to'shagida hozir bo'lgan va uning so'zlarini yozib olgan edi. Garchi u bu xabarni menga bir yil ichida aytishni so'ragan bo'lsa-da, akam kechiktirdi. U tez orada onam tanlagan qizga uylanish uchun Bareillydan Kalkuttaga jo'nab ketmoqchi edi. **2-2** Bir kuni kechqurun u meni yoniga chaqirdi .

— Mukunda, men sizga g'alati xabar berishdan ikkilanib yurgan edim. — Anantaning ohangida taslim bo'lish ohangi sezilib turardi. — Mening qo'rquvim sizning uydan ketish istagingizni kuchaytirish edi. Lekin har holda, siz ilohiy ishtiyoq bilan to'lib-toshgansiz. Yaqinda Himolay tog'lariga ketayotganingizda sizni qo'lga olganimda, aniq bir qarorga keldim. Tantanali va'damni bajarishni bundan keyin ham kechiktirmasligim kerak. — Akam menga kichik qutichani uzatdi va onamning xabarini yetkazdi.

"Bu so'zlar mening oxirgi duoim bo'lsin, sevimli o'g'lim Mukunda!" dedi onam. "Tug'ilganingdan keyin sodir bo'lgan bir qator ajoyib voqealarni aytib berishim kerak bo'lgan vaqt keldi. Men sening taqdiringni birinchi marta qo'llarimda go'dakligingda

bilardim. O'shanda seni Benaresdagi gurunning uyiga olib bordim. Shogirdlarim orqasida deyarli yashirinib, Lahiri Mahasaya chuqur mulohaza yuritayotganini zo'rg'a ko'ra oldim.

"Men seni silab qo'yar ekanman, buyuk guru menga e'tibor berib, duo qilishini so'rab ibodat qilardim. Mening jimgina ibodat talabim kuchayib borar ekan, u ko'zlarini ochdi va meni yaqinlashishga ishora qildi. Boshqalar menga yo'l ochishdi; men muqaddas oyoqlarimga bosh egdim. Ustozim seni tizzasiga o'tqazdi va qo'lini peshonangga qo'yib, seni ruhiy suvga cho'mdirdi."

"Kichkina onajon, o'g'lingiz yogi bo'ladi. U ruhiy dvigatel sifatida ko'plab jonlarni Xudoning shohligiga olib boradi."

"Hamma narsani biluvchi guru tomonidan maxfiy ibodatim ijobat bo'lganini ko'rib, yuragim quvonchdan larzaga keldi. Tug'ilishingdan sal oldin u menga uning yo'lidan borishingni aytgan edi."

"Keyinchalik, o'g'lim, Buyuk Yorug'lik haqidagi tasavvuring menga va singling Romaga ma'lum bo'ldi, chunki qo'shni xonadan seni karavotda qimirlamay turganingni ko'rdik. Kichkina yuzing yorishib ketdi; ovozing esa Ilohiylikni izlab Himolay tog'lariga borish haqida gapirganingizda, u temir qat'iyat bilan jiringladi."

"Shu yo'llar bilan, aziz o'g'lim, men sizning yo'lingiz dunyoviy ambitsiyalardan uzoqda ekanligini angladim. Hayotimdagi eng g'alati voqea yana bir tasdiq keltirdi - bu voqea endi mening o'lim to'shagidagi xabarimni keltirib chiqarmoqda."

"Bu Panjobdagi bir donishmand bilan suhbat edi. Oilamiz Lahorda yashayotgan paytda, bir kuni ertalab xizmatkor xonamga shoshilinch ravishda kirib keldi."

"Xonim, a g'alati *sadhu* **2-3** bu Bu yerga. U turib oladi bu u "ko'rish ... ona ning Mukunda."

"Bu oddiy so'zlar ichimda chuqur ta'sir qildi; men darhol mehmonni kutib olish uchun bordim. Uning oyoqlariga egilib, oldimda haqiqiy Xudoning odami turganini his qildim."

"Onajon," dedi u, "buyuk ustozlar sizning yer yuzida uzoq vaqt qolishingiz mumkin emasligini bilishingizni xohlashadi. Keyingi kasallik sizning oxirgi kasallikingiz bo'ladi." **2-4** Sukunat hukm surdi, bu vaqt ichida men hech qanday xavotirni sezmadim, faqat ulkan tinchlik tebranishi eshitildi. Nihoyat u yana menga murojaat qildi:

"Siz ma'lum bir kumush tumorning qo'riqchisi bo'lishingiz kerak. Men uni bugun sizga bermayman; so'zlarim bilan haqiqatni ko'rsatish uchun, talisman ertaga siz meditatsiya qilayotganingizda qo'lingizda paydo bo'ladi. O'lim to'shagida siz katta o'g'lingiz Anantaga tumorni bir yil saqlashni va keyin uni ikkinchi o'g'lingizga topshirishni buyurishingiz kerak. Mukunda buyuklardan talismaning ma'nosini tushunadi. U uni barcha dunyoviy umidlaridan voz kechishga va Xudoni izlashga

tayyor bo'lgan paytda olishi kerak. U tumorni bir necha yil saqlaganida va u o'z maqsadiga xizmat qilganida, u yo'q bo'lib ketadi. Eng maxfiy joyda saqlansa ham, u kelgan joyidan qaytib keladi."

2-5 sadaqa berdim" avliyoga murojaat qilib, uning oldida katta hurmat bilan bosh egdi. qurbonlik qilib, u duo bilan jo'nab ketdi. Ertasi kuni kechqurun, qo'llarimni bir-biriga bog'lab, meditatsiya qilib o'tirganimda, *sadhu* va'da qilganidek, kaftlarim orasida kumush tumor paydo bo'ldi. U o'zini ko'rsatdi. tomonidan a sovuq, silliq teginish. Men ega bo'lish hasad bilan qo'riqlanadigan uni uchun Ko'proq nisbatan ikki yillar, va Endi uni Anantaning ixtiyorida qoldiring. Men uchun qayg'urmang, chunki meni buyuk ustozim olib kelgan bo'lardi.

ichiga ... qo'llar ning ... Cheksiz. Xayrlashuv, mening bola; ... Kosmik Ona vasiyatnoma himoya qilish sen."

Tumorni qo'lga kiritish bilan meni yorug'lik chaqnadi; ko'plab uxlab yotgan xotiralar uyg'ondi. Dumaloq va qadimiy g'alati tumor sanskrit harflari bilan qoplangan edi. Men buni o'tmishdagi ustozlardan kelganini, ular mening qadamlarimni ko'rinmas tarzda boshqarayotganini angladim. Darhaqiqat, bu yerda yana bir ahamiyat bor edi; lekin tumorning qalbini to'liq ochib berolmaydi.

Bu talisman hayotimdagi chuqur baxtsiz vaziyatlar orasida qanday qilib g'oyib bo'lganini va uning yo'qolishi mening guruga ega bo'lishimning xabarchisi bo'lganini bu bobda aytib bo'lmaydi.

Ammo Himolay tog'lariga chiqishga urinishida muvaffaqiyatsizlikka uchragan kichkina bola har kuni tumorining qanotlarida uzoqlarga sayohat qilar edi.

.....
2-1 : Sanskritcha ildiz ma'no ning *swami* bu "u JSSV bu bitta bilan uning O'zini (*Swa*)." Qo'llanilgan ga a a'zo ning ... hind buyurtma rohiblar orasida bu unvon rasmiy ravishda "hurmatli" hurmatga ega.

2-2 : The hind odatiy, shu bilan ota-onalar tanlash ... hayot sherigi uchun ularning bola, bor qarshilik ko'rsatdi ... to'mtoq hujumlar ning vaqt. Baxtli hind nikohlarining foizi yuqori.

2-3 : An ankorit; bitta JSSV ta'qib qiladi a *sadhana* yoki yo'l ning ma'naviy intizom.

2-4 : Qachon Men kashf etilgan tomonidan bular so'zlar bu Ona bor edi egallab olingan sir bilim ning a qisqa hayot, Men tushunilgan uchun birinchi vaqt nima uchun u bor edi bo'lgan qat'iyatli yoqilgan shoshilish ... rejalar uchun Anantaning nikoh. Garchi u vafot etdi oldin ... to'yda, uning tabiiy onalik orzusi marosimlarga guvoh bo'lish edi.

2-5 : A odatiy imo-ishora ning hurmat ga *sadhus* .

BOB: 3

The Avliyo Bilan Ikki Jasadlar

"Ota, agar Men va'da ga qaytish uy holda majburlash, may Men olish a diqqatga sazovor joylarni tomosha qilish sayohat ga Benarestlarmi?

Sayohatga bo'lgan mehr-muhabbatimga otam kamdan-kam hollarda to'sqinlik qilardi. U menga, hatto bolaligimda ham, ko'plab shaharlar va ziyoratgohlarni ziyorat qilishga ruxsat berdi. Odatda do'stlarimdan biri yoki bir nechtasi menga

hamrohlik qilardi; biz otam tomonidan taqdim etilgan birinchi toifali yo'llanmalar bilan bermalol sayohat qilardik. Uning temir yo'l xodimi sifatidagi mavqei oiladagi ko'chmanchilarni to'liq qoniqtirardi.

Ota va'da qilingan ga berish mening so'rov to'lash kerak ko'rib chiqish. The Keyingisi kun u chaqirilgan meni va ushlab turilgan

tashqarida a borish va qaytish sayohati o'tish dan Bareilly ga Benares, a raqam ning rupiya yozuvlar, va ikki harflar.

"Men Benareslik do'stim Kedar Nath Babuga ish yuzasidan taklif qilmoqchiman. Afsuski, uning manzilini yo'qotib qo'ydim. Lekin ishonamanki, siz bu xatni unga bizning umumiy do'stimiz Svami Pranabananda orqali yetkaza olasiz. Svami, mening shogirdim, yuksak ma'naviy yuksaklikka erishdi. Uning hamrohligi sizga foyda keltiradi; bu ikkinchi yozuv sizning kirish so'zingiz bo'ladi."

Otaning ko'zlar yarqiragan sifatida u qo'shildi, "Aql, yo'q Ko'proq parvozlar dan uy!"

Men o'n ikki yillik ishtiyoqim bilan yo'lga chiqdim (garchi vaqt hech qachon yangi manzaralar va g'alati yuzlarga bo'lgan zavqimni so'ndirmagan bo'lsa ham). Benaresga yetib borgach, darhol svamilarning uyiga yo'l oldim. Kirish eshigi ochiq edi; men ikkinchi qavatdagi uzun, dahlizga o'xshash xonaga yo'l oldim. Faqat belbog' kiygan, ancha semiz bir kishi biroz ko'tarilgan platformada lotus shaklida o'tirar edi. Uning boshi va ajinsiz yuzi soqol olingan edi; lablarida yoqimli tabassum o'ynardi. Men aralashib qolganim haqidagi fikrimni yo'qotish uchun u meni eski do'stimdek kutib oldi.

" *Baba anand* (azizimga baxt tilab)." Uni bolalarcha ovozda samimiy kutib olishdi. Men tiz cho'kib, oyoqlariga tegdim.

"Agar siz Swami Pranabananda?"

U bosh irg'adi. "Siz Bhagabatining o'g'limisiz?" Uning so'zlari cho'ntagimdan otamning xatini olishga ulgurmasdan oldin aytilgan edi. Hayratlanib, unga endi ortiqcha tuyulgan tanishtiruv xatini uzatdim.

"Albatta, men siz uchun Kedar Nath Babuni topaman." Avliyo yana meni o'zining bashoratliligi bilan hayratda qoldirdi. U xatga bir qarab qo'ydi va ota-onamga bir nechta mehrli ishoralar qildi.

"Bilasizmi, men ikkita pensiyadan bahramand bo'lyapman. Biri otangizning tavsiyasi bilan, men bir vaqtlar uning uchun..." ishladi ichida ... temir yo'l ofis. The boshqa bu tomonidan ... tavsiya ning mening Samoviy Ota, men uning uchun hayotdagi yer yuzidagi burchlarimni vijdonan bajardim."

Bu gap menga juda noaniq tuyuldi. "Janob, siz Samoviy Otadan qanday pensiya olasiz? U sizning tizzangizga pul tushiradimi?"

U kuldi. "Men cheksiz xotirjamlik pensiyasini nazarda tutyapman - ko'p yillik chuqur mulohaza uchun mukofot. Men endi hech qachon pulga muhtoj emasman. Mening ozgina moddiy ehtiyojlarim to'liq qondiriladi. Keyinchalik ikkinchi pensiyaning ahamiyatini tushunasiz."

Suhbatimizni to'satdan tugatib, avliyo jiddiy qimirlamay qoldi. Uni sfinksga o'xshash havo qamrab oldi. Avvaliga uning ko'zlari chaqnab ketdi, go'yo qiziqarli narsani ko'rayotgandek, keyin xiralashdi. Men uning pausiloquidan uyaldim; u menga hali otamning do'sti bilan qanday uchrashishim mumkinligini aytmagan edi. Ikkimizdan boshqa hech kim bo'lmagan bo'sh xonada bemalol atrofimga qaradim. Bo'sh nigohim platforma o'rindig'i ostida yotgan yog'och sandallariga tushdi.

"Kichkina janob, **3-1** Xavotir olmang. Ko'rishni istagan odamingiz yarim soatdan keyin siz bilan bo'ladi." Yogi mening fikrlarimni o'qiyotgan edi - bu hozircha unchalik qiyin emas edi!

U yana tushunarsiz sukutga cho'mdi. Soatim menga o'ttiz daqiqa o'tganini

ko'rsatdi. Svami o'zini uyg'otdi. "Menimcha, Kedar Nat Babu eshikka

yaqinlashmoqda."

Zinadan kimdir ko'tarilayotganini eshitdim. To'satdan hayratda qolgan tushunmovchilik paydo bo'ldi; fikrlarim chalkashib ketdi: "Qanday qilib otamning do'sti bu yerga xabarchi yordamisiz chaqirilgan bo'lishi mumkin? Men kelganimdan beri svami faqat men bilan gaplashdi !"

To'satdan xonadan chiqib, zinapoyadan tushdim. Yo'lning yarmida o'rtacha bo'yli, ozg'in, oq tanli bir odamga duch keldim. U shoshilayotganga o'xshardi.

"Agar siz Kedar Nat Bobu?" Hayajon rangli mening ovoz.

"Ha. Sen meni kutib olish uchun shu yerda kutib turgan Bhagabatining o'g'li emasmisan?" U do'stona jilmaydi .

"Janob, Qanaqasiga qil siz sodir bo'lmoq ga kelmoq Bu yerga?" Men kigiz hayron bo'lgan xafagarchilik ustidan uning tushunarsiz mavjudlik.

"Bugun hamma narsa sirli! Bir soatdan kamroq vaqt oldin men Gangda cho'milishni tugatgan edim, Swami Pranabananda yaqinlashdi meni. Men ega bo'lish yo'q g'oya Qanaqasiga u bilardi Men edi U yerda da bu vaqt.

"Bhagabatining o'g'li sizni mening kvartiramda kutmoqda", dedi u. "Men bilan borasizmi?" Men mamnuniyat bilan rozi bo'ldim. Qo'lma-qo'l yurganimizda, yog'och sandallarini kiygan svami g'alati tarzda mendan o'tib keta oldi, garchi men bu qalin yurish poyabzallarini kiygan bo'lsam ham.

"Mening uyimga yetib borish uchun qancha vaqt ketadi?' Pranabanandaji to'satdan to'xtab, menga bu savolni berdi.

"Haqida yarim bir soat.

"Hozir boshqa qiladigan ishim bor." U menga sirli bir nigoh tashladi. "Seni orqada qoldirishim kerak. Uyimga qo'shilasan, u yerda Bhagabatining o'g'li bilan men seni kutamiz."

"Men e'tiroz bildirishga ulgurmasdan oldin, u tezda yonimdan yugurib o'tib, olomon orasida g'oyib bo'ldi. Men bu yerga iloji boricha tezroq yurdim."

Bu tushuntirish faqat ortdi mening hayratlanish. Men so'ralgan Qanaqasiga uzoq u bor edi ma'lum ... svami.

ghatida ko'rib juda xursand bo'ldim ."

"Men qila olmaydi ishonish mening quloqlar! Am Men yutqazish mening aql? qildi siz uchrashish uni ichida a ko'rish, yoki qildi siz aslida

ko'rish uni, teginish uning qo'l, va eshitish ... tovush ning uning oyoqlarmi?"

— Nimaga haydab ketayotganingizni bilmayman! — deb jahl bilan qizarib ketdi u. — Sizga yolg'on gapirmayapman. Faqat svami orqaligina meni shu yerda kutayotganingizni bilganimni tushunmayapsizmi ?

"Nega endi, o'sha odam, Svami Pranabananda, men bir soat oldin kelganimdan beri bir lahza ham ko'z oldimdan ketmadi." Men butun voqeani aytib berdim.

Uning ko'zlari keng ochildi. "Biz bu moddiy davrda yashayapmizmi yoki tush ko'ryapmizmi? Hayotimda bunday mo'jizaga guvoh bo'lishni hech kutmagan edim! Men bu svamini oddiy odam deb o'ylagandim va endi men..." u qo'shimcha tanani shakllantirib, uni yengib o'tishini aniqladi!" Biz birgalikda avliyoning xonasiga kirdik.

ghatda kiygan sandallari , — deb pichirladi Kedar Nat Babu. — U hozir ko'rib turganimdek, faqat belbog' bilan o'ralgan edi.

As ... mehmon ta'zim qildi oldin uni, ... avliyo o'girildi ga meni bilan a savolli tabassum.

"Nega bularning baridan hayratda qoldingiz? Fenomenal dunyoning nozik birligi haqiqiy yogilardan yashirin emas. Men darhol uzoq Kalkuttadagi shogirdlarimni ko'raman va ular bilan suhbatlashaman. Ular ham xuddi shunday, qo'pol materiyaning har qanday to'sig'ini o'z xohishiga ko'ra yengib o'tishlari mumkin."

Ehtimol, svami mening yosh ko'kragimda ruhiy ishtiyoqni uyg'otish maqsadida mensimagan. ga aytib berish meni ning uning vakolatlar ning astral radio va televizor. **3-2** Lekin buning o'rniga Ishtiyoqdan faqat hayratga tushgan qo'rquvni his qildim. Ilohiy izlanishlarimni hali uchratmagan bitta guru - Shri Yuktesvar orqali amalga oshirishga nasib etganim sababli, Pranabanandani o'zimning ustozim sifatida qabul qilishga moyil emas edim. Unga shubha bilan qaradim, o'ylab ko'rdimki, u yoki mendan oldingi hamkasbi edi.



Swami Pranabananda
"The Avliyo Bilan Ikki "Jasadlar"

An yuksaltirilgan Shogird ning Lahiri Mahasaya

Ustoz ruhni uyg'otuvchi nigoh bilan qarash va o'z ustozini haqida ilhomlantiruvchi so'zlar bilan mening bezovtaligimni yo'qotishga harakat qildi.

"Lahiri" Mahasaya edi ... eng zo'r yogi Men har doim bilardi. U edi Ilohiyot O'zi ichida ... shakl ning go'sht."

Agar shogird o'z xohishiga ko'ra qo'shimcha tanaviy shaklga kira olsa, uning ustozini uchun qanday mo'jizalar to'sqinlik qilishi mumkin, deb o'yladim men.

"Men sizga guruning yordami naqadar bebaho ekanligini aytib beraman. Men har kecha sakkiz soat davomida boshqa bir shogird bilan meditatsiya qilardim. Kunduzi temir yo'l idorasida ishlashimiz kerak edi. Ruhoniy vazifalarimni bajarishda qiynalib, butun vaqtimni Xudoga bag'ishlashni xohladim. Sakkiz yil davomida tinimsiz meditatsiya qildim, tunning yarmini meditatsiya qildim. Ajoyib natijalarga erishdim; ulkan ma'naviy idroklar ongimni yoritib turdi. Lekin men va Cheksizlik o'rtasida har doim kichik bir parda bor edi. Hatto g'ayritabiiy samimiyat bilan ham, men oxirgi qaytarib bo'lmaydigan birlikdan mahrum bo'lganimni ko'rdim. Bir kuni kechqurun men Lahiri Mahasayaga tashrif buyurdim va uning ilohiy shifoatini so'radim. Mening ikkilanishim butun tun davomida davom etdi.

"Farishtalar Gurusi, mening ruhiy azoblarim shunchalik kuchliki, endi Buyuk Sevimli bilan yuzma-yuz uchrashmasdan hayotimni ko'tara olmayman!"

"Nima banka Men qilmoq? Siz kerak meditatsiya qilish Ko'proq chuqur.

"Ey Xudoyim, Rabbim, Senga iltijo qilaman! Sening jismoniy tanamda oldinda gavdalanganingni ko'ryapman; Seni cheksiz shaklingda ko'rishim uchun menga baraka ber!"

"Lahiri Mahasaya qo'lini xushmuomalalik bilan uzatdi. "Endi borib meditatsiya qilishingiz mumkin. Men siz uchun Brahma bilan shifoat qildim." **3-3**

"Cheksiz ko'tarinki kayfiyatda uyimga qaytdim. O'sha kecha meditatsiya qilib, hayotimning yonayotgan maqsadiga erishdim. Endi men tinimsiz ma'naviy nafaqadan bahramand bo'laman. O'sha kundan beri hech qachon baxtli Yaratguvchi hech qanday xayol pardasi ortida ko'zlarimdan yashirinmagan."

Pranabanandaning yuzi ilohiy nurga to'lgan edi. Yuragimga boshqa dunyoning tinchligi kirdi; barcha qo'rquv qochib ketgan edi. Avliyo yana bir bor ishonch bildirdi.

"Bir necha oydan keyin men Lahiri Mahasayaga qaytib, unga cheksiz in'omni bergani uchun minnatdorchilik bildirishga harakat qildim. Keyin yana bir masalani tilga oldim."

"Ilohiy Guru, men endi ofisda ishlay olmayman. Iltimos, meni qo'yib yuboring. Brahma meni doimiy ravishda mast qilib turadi."

"Kompaniyangizdan pensiya olish uchun

ariza bering." "Xizmatimning bunchalik

erta boshlanishiga nima sabab bo'lishi

mumkin?" "Nima his qilayotganingizni

ayting."

"The Keyingisi kun Men qilingan mening dastur. The shifokor so'ralgan ... maydonlar uchun mening muddatidan oldin so'rov.

"Ishda umurtqa pog'onamda kuchli bir tuyg'u paydo bo'layotganini sezaman. 3-4 Bu butun tanamga singib ketadi, meni vazifalarimni bajarishga yaroqsiz qiladi.

"Shifokor boshqa savol bermasdan menga pensiya olishni tavsiya qildi, men tez orada uni oldim. Bilaman, Lahiri Mahasayaning ilohiy irodasi shifokor va temir yo'l amaldorlari, jumladan, otangiz orqali ham ishlagan. Ular avtomatik ravishda buyuk guruning ma'naviy ko'rsatmalariga bo'ysunishdi va meni Sevimli bilan uzluksiz aloqa hayoti uchun ozod qilishdi." 3-5

Bu g'ayrioddiy vahiydan so'ng, Swami Pranabananda uzoq sukut saqlashga majbur bo'ldi. Men xayrlashayotgan edim, hurmat bilan uning oyoqlariga tegib, u menga duo qildi:

"Sizning hayotingiz voz kechish va yoga yo'liga tegishli. Keyinroq sizni yana otangiz bilan ko'raman." Yillar bu ikkala bashoratning ham amalga oshishiga olib keldi. 3-6

Kedar Nath Babu to'lib toshgan qorong'ulikda yonimda yurar edi. Men otamning xatini yetkazdim, uni hamrohim ko'cha chiroqi ostida o'qidi.

"Otangiz menga temir yo'l kompaniyasining Kalkutta ofisida lavozim olishni taklif qilmoqda. Svami Pranabananda ega bo'lgan pensiyalardan kamida bittasini kutish naqadar yoqimli! Lekin bu mumkin emas; men Benaresni tark eta olmayman. Afsuski, men uchun hali ikkita jasad yo'q!"

3-1 : *Choto Mahasaya* bu ... muddat tomonidan qaysi a raqam ning hind avliyolar murojaat qilingan meni. Bu tarjima qiladi "kichik janob."

3-2 Fizika fanlari o'ziga xos tarzda yogilar tomonidan aqliy fan orqali kashf etilgan qonunlarning haqiqiyiligini tasdiqlamoqda. Masalan, a namoyish bu erkak bor televizion vakolatlar edi berilgan yoqilgan Noyabr 26, 1934-yil da ... Qirollik Universitet ning Rim. "Neyropsixologiya professori doktor Juzeppe Kalligaris sub'ekt tanasining ayrim nuqtalarini bosdi va sub'ekt devorning qarama-qarshi tomonidagi boshqa odamlar va buyumlarning batafsil tavsiflari bilan javob berdi. Doktor Kalligaris boshqa professorlarga, agar terining ayrim joylari qo'zg'alsa, sub'ektga o'ta sezgir taassurotlar berilishini, bu esa unga boshqacha tarzda idrok eta olmaydigan narsalarni ko'rish imkonini berishini aytdi. Subyekt devorning narigi tomonidagi narsalarni ajrata olishi uchun professor Kalligaris ko'krak qafasining o'ng tomonidagi nuqtani

o'n besh daqiqa davomida bosdi. Doktor Kalligarisning aytishicha, agar tananing boshqa joylari qo'zg'alsa, sub'ektlar bu narsalarni ilgari ko'rganmi yoki yo'qmi, istalgan masofada narsalarni ko'rishlari mumkin."

3-3 : Xudo ichida Uning jihat ning Yaratuvchi; dan Sanskritcha ildiz *brih* , ga kengaytirish. Qachon Emersonning she'r *Brahma* paydo bo'ldi ichida Atlantika *Oylik* ichida 1857-yil, eng ... o'quvchilar edilar hayratda qolgan. Emerson xirilladi. "Ayting ularni," u dedi, "ga aytmog' "Brahma" o'rniga "Yahova" deb aytsalar, ular hech qanday hayratlanishmaydi.

3-4 : Ichkarida chuqur meditatsiya, ... birinchi tajriba ning Ruh bu yoqilgan ... qurbongoh ning ... umurtqa pog'onasi, va keyin ichida ... miya. The To'fonli ne'matlar cheksizdir, ammo yogi o'zining tashqi ko'rinishlarini boshqarishni o'rganadi.

3-5 : Keyin uning pensiya, Pranabananda yozgan bitta ning ... eng chuqur sharhlar yoqilgan ... *Bhagavad* Gita, Bengal va hind tillarida mavjud.

BOB: 4

Mening To'xtatildi Parvoz Tomon The Himolaylar

"Qandaydir arzimas bahona bilan sinfingizdan chiqib keting va aravachaga o'tiring. Uyimda hech kim sizni ko'rmaydigan tor ko'chada to'xtang."

Bu mening Himolay tog'lariga men bilan birga borishni rejalashtirgan maktabdagi do'stim Amar Mitterga bergan so'nggi ko'rsatmalarim edi. Biz parvozimiz uchun ertasi kunini tanlagan edik. Ananta hushyor ko'z bilan qaraganligi sababli, ehtiyot choralari zarur edi. U mening xayolimda eng yuqori o'rinda turgan deb taxmin qilgan qochish rejalarini barbod qilishga qaror qildi. Tumor, ruhiy xamirturush kabi, ichimda jimgina ishlayotgan edi. Himolay qorlari orasida men yuzi menga tez-tez vahiylarda ko'rinadigan xo'jayinni topishga umid qilardim.

Oila endi Kalkuttada yashar edi, otam u yerga doimiy ravishda ko'chirilgan edi. Patriarxal hind odatiga ko'ra, Ananta kelinini bizning uyimizga, hozir Gurpar yo'li 4-uyda joylashgan uyga olib kelgan edi. U yerda kichkina chordoq xonasida men har kuni meditatsiya bilan shug'ullanardim va ongimni ilohiy izlanishga tayyorladim.

Yodda qolarli tong noqulay yomg'ir bilan yetib keldi. Yo'lda Amarning aravachasi g'ildiraklarining tovushini eshitib, shoshilib adyol, bir juft sandal, Lahiri Mahasayaning rasmini, nusxasini bog'ladim. Bhagavad *Gita*, bir qator ibodat munchoqlari va ikkita belbog'. Bu bog'lamni uchinchi qavatdagi derazamdan uloqtirdim. Zinadan yugurib tushib, eshik oldida baliq sotib olayotgan amakimning yonidan o'tib ketdim.

"Nima bu ... hayajonmi?" Uning nigoh raved shubhali tarzda ustidan mening shaxs.

Men unga beparvo tabassum qildim va ko'chaga qarab yurdim. Yukxaltamni olib, ehtiyotkorlik bilan Amarga qo'shildim. Biz Chadni Chowk savdo markaziga bordik. Bir necha oy davomida ingliz kiyimlarini sotib olish uchun pul yig'ib yurgan edik. Aqlli akam detektiv rolini osongina o'ynashi mumkinligini bilib, uni yevropacha kiyim bilan aldashni o'yladik.

Vokzalga ketayotganimizda, men Jatinda deb atagan amakivachcham Jotin Ghoshni ko'rish uchun to'xtadik. U Himolay tog'larida guruni orzu qilib, yangi dinga kirgan edi. U biz tayyorlab qo'ygan yangi kostyumni kiygan edi. Yaxshi kamuflyaj qilingan, deb umid qilgan edik! Qalbimizni chuqur quvonch egalladi.

"Endi bizga faqat kanvas poyabzal kerak." Men hamrohlarimni rezina taglikli poyabzallar sotiladigan do'konga boshlab bordim. "Maqolalar ning charm, olingan faqat orqali ... so'yish ning hayvonlar, kerak bo'lish yo'q "Bu muqaddas safarda." Men *Bhagavad Gitadan charm qopqoqni* va inglizcha *sola topee* (dubulg'a) dan charm kamarlarni yechish uchun ko'chada to'xtadim .

Vokzalda biz Burdvanga chiptalar sotib oldik, u yerdan Himolay tog' etaklaridagi Hardvarga o'tishni rejalashtirdik. Poyezd, xuddi biz kabi, jo'nab ketishi bilan men ham bir nechta ajoyib orzularimni amalga oshirdim.

"Tasavvur qiling-a!" deb xitob qildim men. "Biz ustalar tomonidan tashabbus ko'rsatamiz va kosmik ong transini boshdan kechiramiz. Bizning tanamiz shunchalik magnit bilan to'ldiriladiki, Himolay tog'larining yovvoyi hayvonlari bizga bo'ysunib yaqinlashadi. Yo'lbarslar bizning erkalashimizni kutayotgan kamtar uy mushuklaridan boshqa narsa bo'lmaydi!"

Menga jozibador deb hisoblagan bu fikr, ham majoziy, ham tom ma'noda, Amarning g'ayratli tabassumini uyg'otdi. Lekin Jatinda nigohini boshqa tomonga burib, derazadan yugurib kelayotgan manzaraga qaratdi.

— Pul uch qismga bo'linsin. — Jatinda bu taklif bilan uzoq sukutni buzdi. — Har birimiz Burdvandan o'z chiptamizni sotib olishimiz kerak. Shunday qilib, bekatda hech kim biz birga qochib ketayotganimizni taxmin qilmaydi.

Men shubhasiz rozi bo'ldim. Qorong'i tushganda poyezdimiz Burdvanda to'xtadi. Jatinda chiptaxonaga kirdi; Amar bilan men platformada o'tirdik. Biz o'n besh daqiqa kutdik, keyin befoyda savollar berdik.

Biz hamma yo'nalishda qidirib, qo'rquv bilan Jatindaning ismini baqirib yubordik. Lekin u kichkina bekatni o'rab turgan qorong'u noma'lumlikka singib ketgan edi.

Men butunlay asabiylashib, g'alati karaxtlikdan hayratda qoldim. Xudo bu tushkunlikka yo'l qo'yishini bilsam edi! Undan keyin birinchi puxta rejalashtirilgan parvozimning romantik lahzasi shafqatsizlarcha buzildi.

"Amar, biz uyga qaytishimiz kerak." Men boladek yig'lab yubordim. "Jatindaning shafqatsiz ketishi yomon alomat. Bu safar muvaffaqiyatsizlikka mahkum."

"Is bu sizning sevgi uchun ... Hazrat? Mumkin emas siz stend ... kichik sinov ning a xoin hamrohmi?"

Amarning ilohiy sinov haqidagi taklifi bilan yuragim tinchlandi. Biz mashhur Burdvan shirinliklari, *sitabhog* (ma'buda uchun taom) va *motichur* (shirin marvarid bo'laklari) bilan tetiklandik. Bir necha soatdan so'ng, Bareilly orqali Hardvarga yo'l oldik. Moghul Serai shahrida poyezdlarni almashtirib, platformada kutib turar

ekanmiz, muhim bir masalani muhokama qildik.

"Amar, tez orada bizni temir yo'l rasmiylari jiddiy so'roq qilishlari mumkin. Men akamning topqirligini kamsitmayapman! Natija qanday bo'lishidan qat'i nazar, men yolg'on gapirmayman."

"Hammasi Men so'rash ning sen, Mukunda, bu ga saqlash hali ham. Qilmang kulgi yoki tabassum shu bilan birga Men ertalab gaplashmoqda."

Shu payt yevropalik stansiya agenti menga yaqinlashdi. U telegrammani silkitib, uning mazmunini darhol angladim.

"Agar siz yugurish uzoqda dan uy ichida g'azabmi?"

"Yo'q!" Uning so'z tanlashi menga qat'iy javob berishga imkon berganidan xursand edim. Mening noan'anaviy xatti-harakatlarim uchun g'azab emas, balki "ilohiy melanxoliya" sababchi ekanligini bilardim.

Keyin amaldor Amarga o'girildi. Keyingi aql-idrok dueli menga maslahat berilgan stoik jiddiylilikni saqlab qolishga deyarli imkon bermadi.

— Uchinchi bola qayerda? — Erkak ovoziga to'liq ishonch ohangini qo'shdi. — Qani, rostini ayting!

— Janob, ko'zoynak taqib olganingizni payqadam. Biz atigi ikki kishi ekanligimizni ko'rmayapsizmi? — Amar beparvolik bilan jilmaydi. — Men sehrigar emasman; uchinchi hamrohni o'ylab topa olmayman.

Bu beparvolikdan sezilarli darajada xavotirga tushgan amaldor yangi hujum maydonini qidirdi. "Ismingiz nima?"

"Mening ismim Tomas. Men ingliz ona va xristian dinini qabul qilgan hind otaning o'g'liman." "Do'stingizning ismi nima?"

"Men qo'ng'iroq uni Tompson.

Bu paytga kelib ichki xursandchiligim avj nuqtasiga yetgan edi; jo'nash uchun hushtak chalib, tantanali ravishda poyezdga qarab yo'l oldim. Amar esa ishonch bilan va xushmuomala bo'lgan amaldor bilan birga uning orqasidan ergashdi. bizni yevropaliklarga ajratilgan bo'limda sayohat qilayotgan ikki yarim ingliz bolasini o'ylab, u juda xafa bo'lgan ko'rinadi. U xushmuomalalik bilan chiqib ketganidan so'ng, men o'rindiqa suyanib, o'zimni tutolmay kuldim. Do'stimning yuzida tajribali yevropalik amaldorni aldab qo'yganidan mamnunlik ifodasi paydo bo'ldi.

Men platformada telegrammani o'qib chiqdim. Akamdan kelgan xabar quyidagicha edi: "Ingliz kiyimidagi uchta bengal bola uydin Mog'ul Seray orqali Hardvar tomon qochib ketmoqda. Iltimos, ularni men kelgunimcha ushlab turing. Xizmatlaringiz uchun katta mukofot."

"Amar, men senga uyingda belgilangan jadvallarni qoldirmaslikni aytdim."

Qarashim malomatga to'la edi. "Akam u yerdan bittasini topgan bo'lsa kerak."

Do'stim uyalib, itarish kuchini tan oldi. Biz Dvarkaning Bareilly shahrida qisqa vaqt to'xtadik. Prasad bizni Anantadan telegramma bilan kutib turardi. Eski do'stim bizni ushlashga jasorat bilan harakat qildi; men uni parvozimiz osonlikcha amalga oshirilmaganiga ishontirdim. Avvalgi safargidek, Dvarka

rad etdi mening taklifnoma ga to'plam oldinga ga ... Himolay tog'lari.

O'sha kecha poyezdimiz bekatda turganida va men yarim uxlab yotgan edim, Amarni boshqa bir savol beruvchi amaldor uyg'otdi. U ham "Tomas" va "Tompson"ning gibrid jozibasi qurboni bo'ldi. Poyezd bizni Hardvarga tong saharida g'alaba bilan olib keldi. Uzoqdan ulug'vor tog'lar jozibali ko'rinib turardi. Biz bekatdan yugurib o'tib, shahar olomonining erkinligiga kirdik. Bizning birinchi harakatimiz mahalliy kiyimni kiyish edi, chunki Ananta bizning yevropacha niqobimizga qandaydir tarzda kirib kelgan edi. Asirga olinish haqidagi oldindan sezish xayolimni qamrab oldi.

Hardvardan darhol chiqib ketishni maqsadga muvofiq deb bilgan holda, biz shimolga, ko'plab xo'jayinlarning oyoqlari bilan muqaddas qilingan Rishikeshga borish uchun chiptalar sotib oldik. Men allaqachon poyezdga chiqqan edim, Amar esa platformada ortda qoldi. Politsiyachining qichqirig'i uni to'satdan to'xtatdi. Nomaqbul qo'riqchimiz bizni stansiya bungaloviga kuzatib qo'ydi va pulimizni o'z zimmasiga oldi. U xushmuomalalik bilan akam kelguncha bizni ushlab turish uning burchi ekanligini tushuntirdi.

O'rganish bu ... darsdan qochganlarning manzil bor edi bo'lgan ... Himolaylar, ... ofitser bog'liq a g'alati hikoya.

"Ko'ryapmanki, sizlar avliyolarga aqldan ozgansizlar! Men ko'rgan odamdan buyukroq Xudo odamini hech qachon uchratmaysiz." kechagina. Akam ofitser bilan men uni birinchi marta besh kun oldin uchratdik. Biz patrullik qilayotgan edik Gang daryosi bo'yida, ma'lum bir qotilni qidirib. Bizning ko'rsatmalarimiz uni tirikmi yoki o'likmi, qo'lga olish edi. U ziyoratchilarni talash uchun *sadhu qiyofasida qiyofa olgani ma'lum edi*. Bizdan sal oldinroq, jinoyatchining tasviriga o'xshash bir odamni ko'rdik. U to'xtash buyrug'imizni e'tiborsiz qoldirdi; biz uni yengish uchun yugurdik. Uning orqasiga yaqinlashib, boltamni juda katta kuch bilan ishlatdim; odamning o'ng qo'li deyarli tanasidan uzilgan edi.

"Notanish odam hayratlanarli darajada tez yurishini davom ettirdi. Biz uning oldiga sakrab o'tayotganimizda, u jimgina gapirdi."

"Men ertalab emas ... qotil siz bor izlayapman.

"Ilohiy ko'rinishga ega donishmandning shaxsini jarohatlaganimni ko'rib, juda afsuslandim. Sajda qilish Oyoqlariga yiqilib, undan kechirim so'radim va og'ir qon oqimini to'xtatish uchun sallamni uzatdim.

— O'g'lim, bu shunchaki sizning tushunarli xatongiz edi. — Avliyo menga mehr bilan qaradi. — Yugur va o'zingni ayblama. Sevimli Onam menga g'amxo'rlik qilmoqda. — U osilib turgan qo'lini uning poyasiga tiqdi va mana! u yopishib qoldi; qon tushunarsiz ravishda oqishni to'xtatdi.

"Uch kundan keyin anavi daraxt tagida mening oldimga keling, shunda meni to'liq sog'aygan holda topasiz. Shunda siz hech qanday pushaymon bo'lmaysiz."

"Kecha akam ofitser bilan men belgilangan joyga intiqlik bilan bordik. *Sadhu* u yerda edi va bizga uning qo'lini tekshirishga ruxsat berdi. Unda hech qanday chandiq yoki jarohat izi yo'q edi!"

"Men ertalab ketayotgan orqali Rishikesh ga ... Himoloy yolg'izliklar. U muborak bo'lgan bizni sifatida u ketdi tezda. Men

his qilish bu mening hayot bor bo'lgan ko'tarilgan orqali uning muqaddaslik."

Oftser taqvodor ohang bilan yakunladi; uning tajribasi uni odatdagi chuqurliklaridan tashqariga olib chiqqani aniq edi. U ta'sirli imo-ishora bilan menga mo'jiza haqida bosma parcha uzatdi. Shov-shuvli gazetalarning odatiy buzib ko'rsatilgan uslubida (afsuski, hatto Hindistonda ham yo'q emas), muxbirning versiyasi biroz bo'rttirilgan edi: unda sadhu *bo'lganligi* ko'rsatilgan edi deyarli boshi kesilgan!

Amar va men ta'qibchini Masihga o'xshab kechira oladigan buyuk yogini sog'inganimizdan afsuslandik. So'nggi ikki asr davomida moddiy jihatdan qashshoq bo'lgan Hindiston, ammo ilohiy boylikning cheksiz jamg'armasiga ega; ma'naviy "osmono'par binolar"ga ba'zan yo'l chetida, hatto bu politsiyachi kabi dunyoviy odamlar ham duch kelishi mumkin.

Biz oftserga ajoyib hikoyasi bilan zerikishimizni yengillashtirgani uchun minnatdorchilik bildirdik. U, ehtimol, bizdan ko'ra omadliroq ekanligini aytayotgan edi: u hech qanday kuch sarflamasdan nurli avliyo bilan uchrashgan edi; bizning jiddiy qidiruvimiz xo'jayinning oyoqlarida emas, balki qo'pol politsiya bo'limida yakunlandi!

Himolay tog'lari yaqinida bo'lsa-da, asirlikda bo'lganimizda, shu paytgacha Amarga ozodlikka intilishga ikki barobar moyil ekanligimni aytdim .

"Imkoniyat tug'ilganda qochib ketaylik. Muqaddas Rishikeshga piyoda borishimiz mumkin." Men dalda beruvchi jilmayib qo'ydim.

Lekin pulimizning asosiy tayanchi tortib olinishi bilan hamrohim pessimistga aylandi.

"Agar biz bunday xavfli o'rmon ustidan sayohatni boshlagan bo'lsak, avliyolar shahrida emas, balki yo'lbarslarning qornida tugashimiz kerak!"

Ananta va Amarning ukasi uch kundan keyin yetib kelishdi. Amar qarindoshini mehr bilan kutib oldi. Men yarasholmasdim; Ananta mendan qattiq tanbeh berishdan boshqa hech narsa olmadi.

— Men sizning his-tuyg'ularingizni tushunaman, — dedi akam yumshatib. — Sizdan faqat bir narsani so'rayman, men bilan birga Benarestga borib, ma'lum bir avliyo bilan uchrashishingiz va bir necha kunga Kalkuttaga borib, qayg'u chekayotgan otangizni ziyorat qilishingiz mumkin. Keyin bu yerda ustoz izlashni davom ettirishingiz mumkin.

Amar shu payt suhbatga men bilan birga Hardvarga qaytish niyati borligini rad etish uchun aralashdi. U oilaviy iliqlikdan zavqlanayotgan edi. Lekin men hech

qachon o'z ustozimni izlashdan voz kechmasligimni bilardim.

Bizning ziyofat o'rganib qolgan uchun Benares. U yerda Men bor edi a yakka va bir zumda javob ga mening ibodatlar.

sannyasi yo'lidan qaytarishga va'da berishgan edi . **4-1**

Ananta meni uylariga olib bordi. O'g'il, jo'shqin fe'l-atvorli yigit, hovlida meni kutib oldi. U men bilan uzoq falsafiy suhbatlashdi. Kelajagimni bashoratli bilaman deb da'vo qilib, u rohib bo'lish haqidagi fikrimni rad etdi.

"Agar odatiy majburiyatlaringizdan voz kechishda qat'iy tursangiz, doimiy baxtsizlikka duch kelasiz va Xudoni topa olmaysiz! O'tmishdagi karmangizni hal qila olmaysiz **4-2** dunyoviy tajribalarsiz."

Krishnaning o'lmas so'zlari javoban lablarimga yetdi: "Hatto eng yomon karmaga ega bo'lgan va Men haqimda tinimsiz mulohaza yuritgan odam ham o'tmishdagi yomon harakatlarining oqibatlarini tezda yo'qotadi. Yuksak ruhli mavjudotga aylanib, u tez orada abadiy tinchlikka erishadi. Arjuna, buni aniq biling: Menga ishongan fidoyi hech qachon halok bo'lmaydi!" **4-3**

Lekin yigitning qat'iy bashoratlari mening ishonchimni biroz susaytirdi. Qalbidagi barcha ishtiyoq bilan Xudoga ichimda ibodat qildim:

"Iltimos, mening hayratimni yeching va agar meni ruhan taslim bo'lgan yoki dunyoviy odam kabi yashashimni istasangiz, hozir va shu yerda javob bering!"

punditning uyi hovlisining tashqarisida turgan olijanob yuzli *sadhuni* payqadim . Aftidan, u o'zini folbin deb atagan bu odam bilan mening o'rtamizdagi jo'shqin suhbatni eshitgan, chunki notanish odam meni yoniga chaqirdi. Uning xotirjamligidan ulkan kuch oqib chiqayotganini his qildim. ko'zlar.

"O'g'lim, bu johil odamga quloq solma. Ibodatingizga javoban, Rabbim menga bu hayotdagi yagona yo'lingiz voz kechganlarning yo'li ekanligiga ishontirishimni aytdi."

Bilan hayrat sifatida quduq sifatida minnatdorchilik, Men jilmayib qo'ydi baxtli ravishda da bu hal qiluvchi xabar.

"U odamdan uzoqlashing!" "Johil" meni hovlidan chaqirayotgan edi. Mening avliyo yo'lboshchim duo qilib qo'lini ko'tardi va sekin ketdi.

"Bu *sadhu* ham sen kabi aqldan ozgan." Bu maftunkor kuzatuvni oq sochli ekspert aytgan edi. U va o'g'li menga g'amgin qarab turishardi. "Eshitganimga qaraganda, u ham Xudoni izlab uyini tark etganmish."

Men yuz o'girdim. Anantaga mezbonlarimiz bilan boshqa suhbatlashmasligimni aytdim. Akam darhol ketishga rozi bo'ldi; biz tez orada Kalkuttaga yo'l oldik.



Men stand orqada mening katta yoshli aka, Ananta.



Shri Yuktesvar tomonidan 1935-yil dekabr oyida nishonlangan So'nggi Quyosh Tushish Festivali. Mening Guru markazda o'tirgan; men uning o'ng tomonida, Serampordagi uning ibodatxonasining katta hovlisidaman

"Janob detektiv, mening ikkita hamrohim bilan qochib ketganimni qanday bildingiz?" Uyga qaytayotganimizda Anantaga qiziquvchanligimni bildirdim. U shafqatsiz jilmaydi.

"Maktabingizda Amarning sinfdan chiqib ketganini va qaytib kelmaganini ko'rdim. Ertasi kuni ertalab uning uyiga bordim va belgilangan jadvalni topdim. Amarning otasi hozirgina ketayotgan edi.

arava va edi gaplashish ga ... aravachi.

"O'g'lim bugun ertalab men bilan maktabga bormaydi. U g'oyib bo'ldi!" deb nolidi ota.

— Men bir aravachi akamdan eshitganimdek, o'g'lingiz va yana ikki kishi Yevropa kostyumlarini kiyib, Howrah stansiyasida poyezdga chiqishgan, — dedi u. — Ular taksi haydovchisiga charm poyabzallarini sovg'a qilishdi.

"Shunday qilib Men bor edi uch maslahatlar- jadval, ... uchlik ning o'g'il bolalar, va ... Inglizcha kiyim-kechak."

Men Anantaning gaplarini kulgi va g'azab aralash holda tinglayotgan edim. Aravachiga bo'lgan saxiyligimiz biroz befoyda bo'lgan ekan!

"Albatta, men Amar jadvalda ta'kidlagan barcha shaharlardagi stansiya xodimlariga telegrammalar yuborishga shoshildim. U Bareillyni tekshirgan edi, shuning uchun men do'stingiz Dvarkani u yerga telefon qildim. Kalkutta mahallamizda so'rovlardan so'ng, amakivachcham Jatinda bir kecha yo'qligini, lekin ertasi kuni ertalab uyga yevropacha kiyimda kelganini bildim. Men uni qidirib topdim va kechki ovqatga taklif qildim. U mening do'stona munosabatimdan butunlay quolsizlanib, rozi bo'ldi. Yo'lda men uni shubhasiz politsiya bo'limiga olib bordim. Uni ilgari ularning shafqatsiz ko'rinishi uchun tanlagan bir nechta ofitserlar qurshab olgan edi. Ularning dahshatli nigohi ostida Jatinda o'zining sirli xatti-harakatlarini tushuntirishga rozi bo'ldi.

"Men Himolay tog'lariga ko'tarinki ruhda yo'l oldim", deb tushuntirdi u. "Ustozlar bilan uchrashish umidida ilhomlandim. Ammo Mukunda: "Himolay g'orlaridagi ekstazlarimiz paytida yo'lbarslar sehlranib, atrofimizda qo'l sichqonlari kabi o'tirishadi", degan zahotiyoyq ruhim muzlab qoldi; peshonamda ter tomchilari paydo bo'ldi. "Unda nima bo'ladi?" deb o'yladim. "Agar yo'lbarslarning yovuz tabiati bizning ruhiy transimiz kuchi bilan o'zgartirilmasa, ular bizga uy mushuklari kabi mehr bilan munosabatda bo'lishadimi?" Xayolimda men o'zimni allaqachon biron bir yo'lbarsning oshqozonining majburiy asiri sifatida ko'rdim - u yerga butun tanasi bilan emas, balki uning bir nechta qismlarini bo'lak-bo'lak qilib kirishim kerak edi!"

Jatindaning g'oyib bo'lishidan g'azabim kulgida yo'qoldi. Poyezddagi kulgili davomi uning menga keltirgan barcha azob-uqubatlarga arziydi. Tan olishim kerakki, ozgina mamnuniyat hissi bilan: Jatinda ham politsiya bilan to'qnashuvdan qochib qutula olmadi!

"Ananta, ~~4-4~~ "Sen tug'ma fohishasan!" Mening kulgili nigohim biroz g'azabdan xoli emas edi. "Va men Jatindaga aytamanki, uni xiyonat kayfiyati emas, balki faqat o'zini himoya qilishning oqilona instinkti qo'zg'atganidan xursandman!"

Kalkuttadagi uyda otam menga hech bo'lmaganda o'rta maktabni tugatgunimcha oyoqlarimni tiyib yurishimni iltimos qildi. Men yo'qligimda u mehr bilan avliyo ekspert Svami Kebalanandani **4-5 hisobida taklif qilib, fitna uyushtirgan edi.** uyga muntazam ravishda kelish.

"The adaçayı vasiyatnoma bo'lish sizning Sanskritcha o'qituvchi," mening ota-ona e'lon qilindi ishonch bilan.

Ota umid qilgan ga qoniqtirish mening diniy sog'inchlar tomonidan ko'rsatmalar dan a o'rgangan faylasuf. Lekin vaziyat asta-sekin o'zgarib ketdi: yangi o'qituvchim intellektual idrokdan uzoq bo'lib, Xudoga intilishimning cho'g'larini yoqib yubordi. Otam bilmagan holda, Svami Kebalananda Lahiri Mahasayaning yuksak shogirdi edi. Tengsiz guru minglab shogirdlarga ega edi, ular jimgina unga jalb qilingan edi. uning ilohiy magnetizmining qarshilik ko'rsatmasligi tufayli. Keyinchalik bildimki, Lahiri Mahasaya ko'pincha Kebalanandani *rishi* yoki nurli adaçayı sifatida ta'riflagan.

Ustozimning kelishgan yuzi hashamatli jingalak sochlar bilan o'ralgan edi. Uning gora ko'zlari bolalarnikiga o'xshash shaffoflik bilan beparvo edi. Uning yengil tanasining barcha harakatlari xotirjamlik va mulohaza bilan ajralib turardi. Doim muloyim va mehribon bo'lgan u cheksiz ongda mustahkam o'rnashgan edi. Birgalikda o'tkazgan baxtli soatlarimizning ko'pi chuqur *Kriya* meditatsiyasida o'tdi.

Kebalananda qadimgi *shastralalar* yoki muqaddas kitoblar bo'yicha taniqli obro'ga ega edi: uning bilimi unga odatda "Shastri Mahasaya" unvonini bergan edi, bu unvon unga murojaat qilishardi. Ammo sanskrit ilmidagi yutuqlarim e'tiborga loyiq emas edi. Men nasriy grammatikadan voz kechish va yoga va Lahiri Mahasaya haqida gapirish uchun har bir imkoniyatni qidirdim. Bir kuni ustozim menga ustoz bilan bo'lgan hayotidan bir narsa aytib berish orqali meni rozi qildi.

"Kamdan-kam hollarda omadli, Men edi qodir ga qolish yaqinida Lahiri Mahasaya uchun o'n yillar. Uning Benares Uyga borish mening tungi ziyoratimning maqsadi edi. Guru har doim birinchi qavatdagi kichik old mehmonxonada bo'lardi. U orqasiz yog'och o'rindiqa lotus shaklida o'tirganida, shogirdlari uni yarim doira shaklida gulchambarlar bilan bezashardi. Uning ko'zlari Ilohiy quvonchdan chaqnab, raqsga tushardi. Ular doim yarim yumuq bo'lib, ichki teleskopik shar orqali abadiy saodat doirasiga qarar edi. U kamdan-kam hollarda uzoq gapirardi. Ba'zan uning nigohi yordamga muhtoj talabaga qaratilardi; shifobaxsh so'zlar yorug'lik ko'chkisi kabi yog'ilardi.

"Xo'jayinning nigohida ichimda ta'riflab bo'lmaydigan tinchlik gullab-yashnadi. Men uning hidiga to'lib-toshgan edim, go'yo cheksizlik lotusidan. U bilan birga bo'lish, hatto kunlar davomida birorta ham so'z almashmasdan ham, butun borlig'imni o'zgartirgan tajriba edi. Agar yo'limda biron bir ko'rinmas to'siq paydo bo'lsa..." Diqqatimni jamlab, guruning oyoqlarida meditatsiya qilardim. U yerda eng zaif holatlarni osongina anglab yetardim. Bunday tasavvurlar menga pastroq ustozlar oldida yetib bormasdi. Ustoz Xudoning tirik ma'badi edi, uning maxfiy eshiklari barcha shogirdlar uchun sadoqat orqali ochiq edi.

"Lahiri Mahasaya muqaddas yozuvlarning kitobiy talqinchisi emas edi. U bemalol "ilohiy kutubxona"ga sho'ng'idi. Uning hamma narsani bilish favvorasidan so'zlar ko'pigi va fikrlar oqimi otilib chiqdi. Uning Vedalarga qadim zamonlardan beri

singib ketgan chuqur falsafiy fanni ochadigan ajoyib klavishlari bor *edi* . **4-6** Agar undan qadimgi matnlarda tilga olingan ongning turli darajalarini tushuntirish so'ralganda, u tabassum bilan rozi bo'lardi.

"Men o'sha holatlarni boshdan kechiraman va hozir nimani ko'rganimni sizga aytib beraman." Shunday qilib, u mutlaqo boshqacha edi ... o'qituvchilar JSSV majburiyat olish Muqaddas Kitob ga xotira va keyin berish oldinga amalga oshirilmagan abstraksiyalar.

"Iltimos, muqaddas baytlarni ma'nosi sizga kelganida tushuntirib bering." Jimgina gapiradigan guru ko'pincha yaqin atrofdagi shogirdiga shunday ko'rsatma berardi. "Men sizning fikrlaringizni yo'naltiraman, to'g'ri talqin bo'lsin."

Shu tariqa Lahiri Mahasayaning ko'plab tasavvurlari turli talabalar tomonidan katta hajmdagi sharhlar bilan yozib olindi.

"Ustoz hech qachon qullik e'tiqodini maslahat bermagan. "So'zlar shunchaki qobiq", dedi u. "Meditatsiya orqali o'zingizning quvonchli aloqangiz orqali Xudoning borligiga ishonch hosil qiling."

"Yo'q masala nima ... shogirdning muammo, ... guru tavsiya qilingan *Kriya Yoga* uchun uning yechim.

"Yogika kaliti men endi tanangizda sizga yo'l-yo'riq ko'rsatish uchun mavjud bo'lmaganimda o'z samaradorligini yo'qotmaydi. Bu texnikani nazariy ilhomlar kabi bog'lab, arxivlab va unutib bo'lmaydi. Kuchi amalda bo'lgan *Kriya orqali ozodlik yo'lingizda tinimsiz davom eting.*"

"Men o'zim *Kriyani* insonning Cheksizlikni izlashda o'z-o'zini boshqarish orqali najot topishning eng samarali vositasi deb bilaman." Kebalananda ushbu samimiy guvohlik bilan xulosa qildi. "Uning qo'llanilishi orqali barcha odamlarda yashiringan qudratli Xudo Lahiri Mahasaya va uning bir qator shogirdlarining tanasida ko'rinadigan tarzda mujassamlandi."

Lahiri Mahasaya tomonidan Masihga o'xshash mo'jiza Kebalananda huzurida sodir bo'ldi. Mening avliyo ustozim bir kuni bu voqeani bizdan oldin yozilgan sanskrit matnlaridan uzoqda aytib berdi.

"Ko'r shogird Ramu mening rahmimga sabab bo'ldi. U bizning xo'jayinimizga sodiq xizmat qilganida, uning ko'zlarida yorug'lik bo'lmasligi kerakmidi, unda Ilohiylik to'liq yonib turardi? Bir kuni ertalab men Ramu bilan gaplashmoqchi bo'ldim, lekin u sabr bilan soatlab guruni qo'lda yasalgan palma bargidan yasalgan *pankha bilan yelpib o'tirdi*. Muhlis nihoyat xonadan chiqib ketganida, men uning orqasidan ergashdim."

"Ramu, Qanaqasiga uzoq ega bo'lish siz bo'lgan ko'rmi?

"Tug'ilganimdan beri, janob! Ko'zlarim hech qachon quyosh nuri bilan

porlamagan." "Bizning qudratli ustozimiz sizga yordam bera oladi.

Iltimos, ibodat qiling."

"Ertasi kuni Ramu ikkilanib Lahiri Mahasayaga yaqinlashdi. Shogird o'zining ma'naviy mo'l-ko'lchiligiga jismoniy boylik qo'shilishini so'rashdan deyarli uyaldi."

"Ustoz, kosmosning nurlantiruvchisi sizda. Quyoshning xira nurini ko'rishim uchun Uning nurini ko'zlarimga olib kirishingizni so'rayman."

"Ramu, kimdir meni qiyin ahvolga solib qo'yish uchun hiyla ishlatdi. Menda shifobaxsh kuch yo'q." "Janob, ichingizdagi Cheksiz Zot, albatta, shifo bera oladi."

"Bu haqiqatan ham boshqacha, Ramu. Xudoning chegarasi yo'q! Yulduzlar va go'sht hujayralarini sirli hayot nuri bilan yoqadigan Zot, albatta, ko'zlaringizga yorqinlik baxsh etishi mumkin."

"Usta Ramuning peshonasiga qoshlar orasidagi nuqtaga tegdi. 4-7 "Fikringizni jamlang U yerda, va tez-tez qo'shiq aytish ... ism ning ... payg'ambar Rama 4-8 uchun yetti kunlar. The

ulug'vorlik ning ... quyosh kerak ega bo'lish a maxsus tong uchun sen.

"Mana! Bir hafta ichida shunday bo'ldi. Ramu birinchi marta tabiatning go'zal qiyofasini ko'rди. Hamma narsani biluvchi Zot shogirdiga boshqa barcha avliyolardan ko'ra ko'proq sevadigan Rama ismini takrorlashni xatosiz buyurgan edi. Ramuning imoni guruning kuchli doimiy urug'i bo'lgan fidoyilik bilan haydalgan tuproq edi. shifo unib chiqdi. Kebalananda edi jim uchun a lahza, keyin pullik a bundan keyin uning ustoziga hurmat.

"Lahiri Mahasaya tomonidan ko'rsatilgan barcha mo''jizalarda u hech qachon ego tamoyiliga yo'l qo'ymaganligi yaqqol ko'rinib turardi - **4-9**. o'zini sababchi kuch deb hisoblash. Qarshiliksiz taslim bo'lishning mukammalligi orqali ustoz Bosh Shifolash Kuchining u orqali erkin oqishini ta'minladi.

"Lahiri Mahasaya orqali ajoyib tarzda davolangan ko'plab jasadlar oxir-oqibat krematsiya alangasini yoqib yuborishga majbur bo'ldi. Ammo u amalga oshirgan jim ruhiy uyg'onishlar, u yaratgan Masihga o'xshash shogirdlar uning abadiy mo''jizalaridir."

Men hech qachon bo'ldi a Sanskritcha olim; Kebalananda o'rgatilgan meni a folbin sintaksis.

.....
4-1 : So'zma-so'z, "voz kechmoq." Kimdan Sanskritcha fe'l ildizlar, "ga aktyorlar tarkibi chetga."

4-2 : Effektlar ning o'tmish harakatlar, ichida bu yoki a sobiq hayot; dan Sanskritcha *kri* , "ga qil."

4-3 : *Bhagavad Gita* , IX, 30-31. Krishna edi ... eng zo'r payg'ambar ning Hindiston; Arjuna edi uning eng avvalo shogird.

4-4 : Men har doim murojaat qilingan uni sifatida Ananta-da. *Da* bu a hurmatli qo'shimcha qaysi ... eng kattasi aka ichida bir hind oila kichik aka-uka va opa-singillardan oladi.

4-5 Uchrashuvimiz paytida Kebalananda hali Swami ordeniga qo'shilmagan edi va odatda "Shastri Mahasaya" deb atalardi. Kimga oldini olish chalkashlik bilan ... ism ning Lahiri Mahasaya va ning Usta Mahasaya (**bob 9**), Men ertalab havola qilish mening Sanskritcha repetitor faqat tomonidan uning keyinroq monastir ism ning Swami Kebalananda. Uning tarjimai hol bor bo'lgan yaqinda nashr etilgan ichida

Bengal tili Tug'ilgan ichida ... Xulna tuman ning Bengal ichida 1863-yil, Kebalananda berdi yuqoriga uning tana ichida .Benares da ... yosh ning oltmish sakkiz

.Uning oila ism edi Ashutosh Chatterji

4-6 : The qadimgi to'rtta *Vedalar* o'z ichiga oladi ustidan 100 mavjud bo'lgan kanonik kitoblar. Emerson pullik ... ergashish hurmat ichida uning Vedik fikrlariga *kundalik* : "Bu issiqlik, tun va nafas oldirmaydigan okean kabi ulug'vor. Unda har bir diniy tuyg'u, har bir olijanob she'riy ongga tashrif buyuradigan barcha buyuk axloq mavjud. Kitobni chetga surib qo'yishning foydasi yo'q; agar men o'zimga ishonsam..."

o'rmonlar yoki ichida a qayiq ustiga ... hovuz, Tabiat qiladi a *Brahmin* ning meni hozirda: abadiy zarurat, abadiy Bu uning e'tiqodi. Tinchlik, deydi u menga, poklik va kompensatsiya, tushunarsiz kuch, uzluksiz sukunat. mutlaq

.tashlab ketish- bular panatseya kafforat qilmoq hammasi gunoh va olib kelmoq siz ga ... baxt-saodat ning ... Sakkiz Xudolar

4-7 : The o'rindiq ning ... "yakka" yoki ma'naviy ko'z. Da o'lim ... ong ning erkak bu odatda chizilgan ga bu muqaddas o'liklarda topilgan ko'tarilgan ko'zlarni hisobga olgan holda, dog'.

4-8 : The markaziy muqaddas figura ning ... Sanskritcha epik, *Ramayana* .

4-9 : Ahankara, xudbinlik; tom ma'noda, "Men qil." The ildiz sabab ning dualizm yoki illyuziya ning *maya* , shu bilan ... mavzu (ego) obyekt sifatida ko'rinadi; mavjudotlar o'zlarini yaratuvchilar deb tasavvur qiladilar.

BOB: 5

A "Atir Avliyo" Displeylar Uning Mo''jizalar

"Kimga har bir narsa U yerda bu a mavsum, va a vaqt ga har bir maqsad ostida ... jannat."

Menga tasalli beradigan Sulaymonning donoligi yo'q edi; uydan chiqayotgan har qanday sayohatda taqdirimdagi ustozimning yuzini izlab atrofimga sinchkovlik bilan tikilib qarardim. Lekin mening yo'lim o'rta maktabni tugatgandan keyingina uning yo'lidan o'tdi.

Amar bilan Himolay tog'lariga parvoz qilganimdan va Shri Yuktesvar hayotimga kirgan buyuk kungacha ikki yil o'tdi. Shu vaqt ichida men bir qator donishmandlar - "Atir avliyosi", "Yo'lbars Svami", Nagendra Nath Bhaduri, Ustoz Mahasaya va mashhur bengal olimi Jagadis Chandra Bose bilan uchrashdim.

"Atir avliyosi" bilan uchrashuvim ikkita kirish so'zidan iborat edi, biri uyg'un, ikkinchisi esa kulgili.

"Xudo sodda. Qolgan hamma narsa murakkab. Mutlaq qadriyatlarni tabiatning nisbiy dunyosida izlamang ."

Men Kalining ibodatxonadagi haykali oldida jimgina turganimda, bu falsafiy yakuniy fikrlar qulog'imga muloyimlik bilan kirib keldi. O'girilib, uzun bo'yli bir odamga duch keldim, uning kiyimi yoki kiyimsizligi unga adashgan *sadhuni ko'rsatib turardi* .

"Siz haqiqatan ham mening fikrlarimning chalkashligini angladingiz!" Men minnatdorchilik bilan jilmayib qo'ydim. "Kali tomonidan ramziy ma'noda tabiatdagi xushmuomala va dahshatli jihatlarning chalkashligi, **5-1** menikidan ham aqlliyoq boshlari bor!

"Uning sirini yechadiganlar kam! Yaxshilik va yomonlik - bu hayot sfinksga o'xshash har bir aql oldiga qo'yadigan qiyin topishmoq. Hech qanday yechim topishga urinmasdan, ko'pchilik odamlar o'z hayotlari bilan jarima to'laydilar, hozir ham Fiva davridagi kabi jazo. Ba'zan baland va yolg'iz odam hech qachon mag'lubiyatga uchramaydi. Mayya 5-2 **dan** ikkilikdan u birlikning ajralmas haqiqatini tortib oladi.

"Siz gapirish bilan sudlanganlik, janob.

"Men uzoq vaqtdan beri halol ichki tahlilni, donolikka juda og'riqli yondashuvni qo'llayman. O'z-o'zini tekshirish, fikrlarni tinimsiz kuzatish - bu keskin va halokatli tajriba. U eng qat'iy egoni maydalaydi. Ammo haqiqiy o'zini tahlil qilish matematik jihatdan bashoratchilarni yaratish uchun ishlaydi. "O'zini ifoda etish" usuli, individual e'tiroflar, o'z huquqlariga amin bo'lgan egoistlarga olib keladi."

xususiy talqinlar ning Xudo va ... koinot."

"Haqiqat kamtarlik bilan nafaqaga chiqadi, yo'q shubha, oldin shunday takabbur o'ziga xoslik." Men edi zavqlanmoqda ... muhokama.

"Inson o'zini da'volardan xalos bo'lmaguncha, abadiy haqiqatni anglay olmaydi. Asrlar davomida shakllangan balg'amga aylangan inson ongi son-sanoqsiz dunyoviy aldanishlarning jirkanch hayoti bilan to'lib-toshgan."

Bu yerda, inson birinchi marta ichki dushmanlar bilan kurashganda, jang maydonlaridagi kurashlar ahamiyatsiz bo'lib qoladi! Bu dahshatli dushmanlar yo'q, ularni dahshatli kuchlar mag'lub etadi! Hamma joyda mavjud, bezovta, hatto uyqusida ham insonni ta'qib qiluvchi, mitti qurol bilan nozik qurollangan bu johil shahvat askarlari barchamizni o'ldirishga intiladi. O'z ideallarini ko'mib, taslim bo'lgan odam beparvodir. umumiy taqdir. U ojiz, yog'ochsiz, sharmandali ko'rinishdan boshqa narsa ko'rinishi mumkinmi?

"Hurmatli janob, hayratda qolgan olomonga

achinmaysizmi?" Donishmand bir zum jim qoldi, keyin

qiyshiq ohangda javob berdi.

"Ko'rinmas Xudoni, barcha fazilatlar omborini va ko'rinadigan, hech narsaga ega bo'lmagan odamni sevish ko'pincha hayratlanarli! Ammo ixtirochilik labirintga teng. Ichki tadqiqotlar tez orada barcha inson ongidagi birlikni - xudbinlik niyatlarining mustahkam qarindoshligini ochib beradi. Hech bo'lmaganda bir ma'noda, insonning birodarligi oshkor bo'ladi. Bu darajani oshiruvchi kashfiyotdan keyin dahshatli kamtarlik paydo bo'ladi. Bu o'zgalarga nisbatan rahm-shafqatga aylanadi, o'rganishni kutayotgan qalbning shifobaxsh kuchlariga ko'r bo'ladi."

"The avliyolar ning har bir yosh, janob, ega bo'lish kigiz kabi o'zingiz uchun ... qayg'ular ning ... dunyo."

"Faqat yuzaki odamgina o'zining tor azob-uqubatlariga cho'kib, boshqalarning hayotidagi qayg'ularga javob berishni yo'qotadi." SADHUNING qattiqqo'l yuzi sezilarli darajada yumshadi. "Mashq qiluvchi..." skalpel bilan o'zini o'zi o'rganish universal rahm-shafqatning kengayishini biladi. Unga o'z egosining kar qiluvchi talablaridan xalos bo'lish imkoniyati beriladi. Xudoning sevgisi bunday tuproqda gullaydi. Maxluqot nihoyat Yaratuvchisiga murojaat qiladi, faqat azob-uqubat bilan: "Nega, Rabbim, nega?" deb so'rash uchun. Og'riqning beparvo qamchilari bilan inson nihoyat Cheksiz Huzurga olib boriladi, uning go'zalligi uni o'ziga jalb qilishi kerak.

Donishmand bilan men Kalkuttadagi Kalighat ibodatxonasida edik, men u yerga uning mashhur ulug'vorligini tomosha qilish uchun borgan edim. Tasodifiy hamrohim qo'lini silkitib, bezakli obro'-e'tiborni e'tiborsiz qoldirdi.

"G'ishtlar va minomyot qo'shiq aytish bizni yo'q eshitiladigan ohang; ... yurak ochiladi faqat ga ... inson qo'shiq aytish ning bo'lish."

Biz kirish eshigi oldidagi jozibali quyosh nuri tomon sayr qildik, u yerda ko'plab imonlilar u yoqdan bu yoqqa o'tib ketayotgan edi.

— Sen yoshsan, — dedi donishmand menga o'ychanlik bilan. — Hindiston ham yosh. Qadimgi *rishilar* ⁵⁻³ ma'naviy hayotning ajralmas naqshlarini yaratdi. Ularning eskirgan ko'rsatmalari bugungi kun uchun yetarli va o'z kuchini yo'qotmadi. Eskirgan emas, materializm hiylalariga qarshi murakkab bo'lmagan, intizomiy ko'rsatmalar Hindistonni hali ham shakllantirmoqda. Ming yillar davomida - uyatchan olimlardan ko'ra ko'proq! - shubhali Vaqt Vedik qadriyatlarini tasdiqladi. Buni o'z merosingiz sifatida qabul qiling.

sadhu bilan hurmat bilan xayrlashayotganimda , u bashoratchi bir tasavvurni ochib

berdi: "Bugun bu yerdan ketganingizdan keyin sizni g'ayrioddiy voqea kutmoqda".

Men ma'baddan chiqib, maqsadsiz yo'l bo'ylab yurdim. Burilishdan burilib, eski tanishimga duch keldim - suhbatlashish qobiliyati vaqtni e'tiborsiz qoldirib, abadiyatni qabul qiladigan uzoq gapiradigan yigitlardan biri.

"Agar olti yillik ajralishimiz davomida nima bo'lganini menga aytib bersangiz, sizni juda qisqa vaqt ichida qo'yib yuboraman."

"Nima a paradoks! Men kerak ketish siz hozir."

Lekin u qo'limdan ushlab, ma'lumotlarning mayda-chuydalarini chiqarib yubordi. U ochko'z bo'riga o'xshardi, deb o'yladim hazil bilan; qancha uzoq gapirsam, u shunchalik ochko'zlik bilan yangiliklar izlardi. Ichkarida men ma'buda Kalidan gochishning nafis yo'lini topishini yolvordim.

Hamrohim to'satdan meni tark etdi. Yengil xo'rsinib, shovqinli isitmaga qayta qo'shilishdan qo'rqib, qadamimni ikki baravar oshirdim. Orqamdan tez qadam tovushlarini eshitib, tezligimni oshirdim. Orqaga qarashga jur'at eta olmadim. Lekin yigit yelkamdan mahkam ushlab, menga qo'shildi.

"Sizga u uyni bezab turgan Gandha Baba (Atir avliyosi) haqida aytishni unutibman." U ishora qildi bir necha metr naridagi uy. "U bilan tanishing; u qiziq. Sizda g'ayrioddiy tajriba bo'lishi mumkin. Xayr," va u aslida meni tark etdi.

sadhu haqidagi shunga o'xshash bashorat xayolimga keldi. Shubhasiz, qiziqib, uyga kirdim va keng mehmonxonaga olib kirildim. Qalin to'q sariq rangli gilam ustida sharqona uslubda bir guruh odamlar o'tirishardi. Qulog'imga hayrat bilan pichirlash eshitildi:

"Qoplon terisidagi Gandha Babaga qarang. U har qanday gulning tabiiy hidini hidsiz gulga bera oladi." bitta, yoki jonlantirish a so'lib qolgan gullash, yoki yasash a shaxsning teri chiqarib yuborish yoqimli xushbo'y hid.

Men to'g'ridan-to'g'ri avliyoga qaradim; uning tezkor nigohi menda edi. U to'laqonli va soqolli, qora tanli va katta, yaltiroq ko'zli edi.

"O'g'lim, seni ko'rganimdan xursandman. Nima xohlasang ayt. Atir

istaysanmi?" "Nima uchun?" Uning gapi menga bolalarcha tuyuldi.

"Atirlardan bahramand bo'lishning mo'jizaviy usulini

boshdan kechirish uchun." "Xudodan foydalanib, hidlar yaratyapsizmi?"

"Nima ning u? Xudo qiladi atir baribir."

"Ha, lekin U yangi ishlatish va tashlash uchun mo'rt gulbarglar shishalarini yasaydi. Siz gullarni moddiylashtira olasizmi?"

"Men moddiylashmoq atirlar, kichik do'stim."

"Keyin hid fabrikalar vasiyatnoma borish tashqarida ning biznes."

"Men ularga o'z kasblarini davom ettirishga ruxsat beraman! Mening maqsadim

Xudoning qudratini namoyish etishdir." "Janob, Xudoni isbotlash kerakmi? U

hamma narsada, hamma joyda mo'jizalar yaratmayaptimi?" "Ha, lekin biz ham

Uning cheksiz ijodiy xilma-xilligini namoyon qilishimiz kerak."

"San'atingizni o'zlashtirish uchun

qancha vaqt kerak bo'ldi?" "O'n ikki

yil."

"Astral vositalar bilan xushbo'y hidlar ishlab chiqargani uchun! Aftidan, aziz avliyo, siz gul do'konidan bir necha rupiyga sotib olishingiz mumkin bo'lgan xushbo'y hidlar uchun o'n ikki yilni behuda sarflayapsiz."

"Atirlar rangi oqarish bilan gullar."

"Atirlar rangi oqarish bilan o'lim. Nima uchun kerak Men istak bu qaysi yoqtiradi ... tana faqat?"

"Janob faylasuf, siz mening xayolimni xushnud etdingiz. Endi o'ng qo'lingizni uzating." U duo qilish ishorasini qildi.

Men Gandha Babadan bir necha fut narida edim; tanamga tegadigan boshqa hech kim yo'q edi. Qo'limni uzatdim, yogi unga tegmadi.

"Qanday atir istaysiz?"

"Rose."

"Bo'l uni shunday."

Ajablanarlisi shundaki, kaftimning o'rtasidan atirgulning maftunkor hidi kuchli taralayotgan edi. Men jilmayib, yaqin atrofdagi vazadan katta, oq, hidsiz gulni oldim.

"Bu hidsiz gulga yasemin singib ketishi

mumkinmi?" "Shunday bo'lsin."

Gulbarglardan bir zumda yasemin hidi taraldi. Men mo''jizakorga minnatdorchilik bildirdim va uning shogirdlaridan birining yoniga o'tirdim. U menga asl ismi Vishudhananda bo'lgan Gandha Baba Tibetdagi ustadan ko'plab hayratlanarli yoga sirlarini o'rganganini aytdi. Tibetlik

yogi, Men edi ishonch hosil qilgan, bor edi erishilgan ... yosh ning ustidan a ming yillar.

"Uning shogirdi Gandha Baba har doim ham atir-upalarini siz hozirgina guvohi bo'lgan oddiy og'zaki tarzda bajaravermaydi." Shogird ustozi bilan faxrlanib gapirdi. "Uning fe'l-atvori xilma-xilligiga mos ravishda juda xilma-xil. U ajoyib! Kalkutta ziyolilarining ko'plab a'zolari uning izdoshlari qatorida."

Ichkaridan ularning soniga qo'shilmaslikka qaror qildim. Juda "ajoyib" guru menga yoqmadi. Gandha Babaga xushmuomalalik bilan minnatdorchilik bildirib, jo'nab ketdim. Uyga qaytib, kun davomida yuz bergan uchta xil uchrashuv haqida o'yladim.

Gurpar ko'chasidagi eshigimizdan kirganimda

singlim Uma meni kutib oldi. "Atirlardan foydalanib,

juda zamonaviylashib ketyapsiz!"

Usiz a so'z, Men ishora qildi uni ga hid mening qo'l.

"Nima bir jozibali atirgul xushbo'y hid! Bu bu g'ayrioddiy kuchli!"

Buni "juda g'ayrioddiy" deb o'ylab, men jimgina astral hidli gulni uning burun teshigi ostiga qo'ydim.

"Voy, menga yasemin yoqadi!" U gulni ushlab oldi. U hidsiz ekanligini yaxshi biladigan gul turidan yasemin hidini qayta-qayta hidlar ekan, yuzida kulgili bir hayrat paydo bo'ldi. Uning reaksiyalari Gandha Babaning o'z-o'zini taklif qiluvchi holatni keltirib chiqarganiga va men faqat o'zim hidlarni sezishim mumkinligiga shubhamni yo'q qildi.

Keyinchalik do'stim Alakanandadan eshitdimki, "Atir avliyosi"ning shunday kuchga ega ekanligi, men esa Osiyoning va bugungi kunda Yevropaning ochlikdan o'layotgan millionlab odamlari ham shunday kuchga ega bo'lishini istardim.

"Men Burdvandagi Gandha Babaning uyida yuzlab boshqa mehmonlar bilan birga edim", dedi menga Alakananda. "Bu tantanali tadbir edi. Yogi havodan narsalarni ajratib olish qobiliyatiga ega deb hisoblangani uchun men undan kulib, mavsumdan tashqari mandarinlarni yasashni so'radim. Darhol *luchilar* ⁵⁻⁴ Barcha banan barglari likopchalarida mavjud bo'lgan nonlar shishib ketdi. Har bir non konvertida tozalangan mandarin borligi aniqlandi. Men o'zimirni biroz qo'rquv bilan tishladim, lekin uni juda mazali deb topdim.

Yillar o'tgach, men ichki idrok bilan Gandha Baba o'zining moddiylashuviga qanday erishganini angladim. Afsuski, bu usul dunyoning och qo'shinlari uchun erishib bo'lmaydigan darajada.

Inson reaksiyaga kirishadigan turli xil sezgi stimullari - taktik, vizual, ta'm, eshitish va hid bilish - elektronlar va protonlarning tebranish o'zgarishlari orqali hosil bo'ladi. O'z navbatida, tebranishlar beshta o'ziga xos sezgi g'oyasi - moddalar bilan aqlli ravishda zaryadlangan nozik hayot kuchlari yoki atomdan nozikroq energiyalar - "lifetronlar" tomonidan boshqariladi.

Gandha Baba, ma'lum yogik amaliyotlari orqali o'zini kosmik kuch bilan sozlab, yo'l-yo'riq ko'rsatishga muvaffaq bo'ldi. lifetronlar o'zlarining tebranish tuzilishini qayta tuzish va kerakli natijani ob'ektivlashtirish uchun. Uning atirlari, mevalari va boshqa mo''jizalari gipnoz orqali hosil qilingan ichki hislar emas, balki oddiy tebranishlarning haqiqiy moddiylashuvi edi. 5-5

"Atir Avliyo" ko'rsatgan mo''jizalar ajoyib, ammo ma'naviy jihatdan foydasiz. O'yin-kulgidan boshqa hech qanday maqsadga ega bo'lmagan holda, ular Xudoni jiddiy izlashdan chetga chiqishdir.

Gipnoz shifokorlar tomonidan kichik operatsiyalarda og'riqsizlantiruvchi vosita ta'sirida xavf ostida bo'lishi mumkin bo'lgan odamlar uchun ruhiy xloroformning bir turi sifatida qo'llanilgan. Ammo gipnoz holati unga tez-tez duchor bo'lganlar uchun zararli; vaqt o'tishi bilan miya hujayralarini chalg'itadigan salbiy psixologik ta'sir paydo bo'ladi.

Gipnoz - bu boshqa birovning ongiga bostirib kirishdir. Uning vaqtinchalik hodisalari ilohiy idrokka ega odamlar tomonidan ko'rsatilgan mo''jizalar bilan hech qanday umumiylikka ega emas. Xudoda uyg'oq bo'lgan haqiqiy avliyolar bu tush dunyosida o'zgarishlarni Ijodkor Kosmik Xayolparastga uyg'unlashgan iroda orqali amalga oshiradilar.

G'ayrioddiy kuchlarning dabdabali namoyishi ustalar tomonidan qoralanadi. Fors mistigi Abu Said bir paytlar suv, havo va kosmos ustidagi mo''jizaviy kuchlari bilan faxrlanadigan ba'zi *fakirlarga kulgan*.

— Qurbaqa ham suvda o'z uyida! — dedi Abu Said muloyim istehzo bilan. — Qarg'a va kalxat havoda osongina uchishadi; shayton bir vaqtning o'zida Sharqda ham, G'arbda ham mavjud! Haqiqiy inson. bu u JSSV yashaydi ichida solihlik orasida uning hamkasb erkaklar, JSSV sotib oladi va sotadi, hali bu hech qachon "Xudoni bir lahza unutish uchun!" Boshqa bir safar buyuk fors ustozi diniy hayot haqidagi qarashlarini quyidagicha bayon qildi: "Boshingizdagi narsalarni (xudbin istaklar va ambitsiyalarni) chetga surib qo'yish; qo'lingizdagi narsalarni bemalol berish; va hech qachon qiyinchilik zarbalaridan qo'rqmaslik!"

Kalighat ibodatxonasidagi xolis donishmand ham, tibetliklarda tarbiyalangan yogi ham mening guruga bo'lgan ishtiyoqimni qondira olmadi. Yuragim o'zining e'tirofi uchun ustozga muhtoj emas edi va o'zining "Bravos!" deb baqirdi, chunki bu jimlikdan tez-tez chaqirilardi. Nihoyat ustozim bilan uchrashganimda, u menga faqat o'zining yuksak namunasi bilan haqiqiy insonning o'lchamini o'rgatdi.

5-1 : Kali ifodalaydi ... abadiy tamoyil ichida tabiat. U bu an'anaviy ravishda tasvirlangan sifatida a to'rt qo'lli ayol, tik turgan yoqilgan shakl ning ... Xudo Shiva yoki ... Cheksiz, chunki tabiat yoki ... ajoyib dunyo bu ildiz otgan ichida ... Noumenon. The to'rtta Qo'llar asosiy fazilatlarini, ikkitasi foydali, ikkitasi halokatli xususiyatlarni anglatadi, bu materiya yoki yaratilishning asosiy ikkiligini ko'rsatadi.

5-2 : Kosmik illyuziya; tom ma'noda, "bu o'lchovchi." *mayya* bu ... sehrli kuch ichida ijod tomonidan qaysi cheklovlar va bo'linishlar aftidan hozirgi ichida ... O'lchovsiz va Ajralmas. Emerson yozgan ... ergashish she'r, ga qaysi u berdi *Maya*

nomi :

Illyuziya asarlar o'tib bo'lmaydigan, To'quvchilik to'rlar son-sanoqsiz, Uning gey rasmlar hech qachon muvaffaqiyatsizlikka uchragan, Olomon har biri boshqa, parda yoqilgan parda, aldanishni istagan odam ishonadigan .sehrGAR

5-3 : The *rishislar* , so'zma-so'z "ko'ruvchilar", edilar ... mualliflar ning ... *Vedalar* ichida bir

aniqlab bo'lmaydigan qadimiylik.. 5-4: Yassi, yumaloq hind noni..

Oddiy odamlar zo'rg'a anglab yetmoq ... ulkan qadamlar ning yigirmanchi asr fan. Transmutatsiya ning metallar va :5-5 boshqa alkimyoviy tushlar bor ko'rish bajarish har bir kun ichida markazlar ning ilmiy tadqiqot ustidan ... dunyo. The taniqli Fransuzcha kimyogar, M. Jorj Klod 1928-yilda Fontenbleoda kislorodning kimyoviy o'zgarishi haqidagi bilimlari orqali ilmiy yig'ilishdan oldin "mo''jizalar" ko'rsatgan. Uning "sehrgar tayoqchasi" stol ustidagi naychada pufakchalar hosil qiluvchi oddiy kislorod edi. Olim "bir hovuch qumni qimmatbaho toshlarga, temirni eritilgan shokoladga o'xshash holatga . "keltirdi va gullarni ranglaridan mahrum qilgandan so'ng, ularni shisha konsistentsiyasiga aylantirdi

Janob Klod dengizni kislorodni millionlab funt ot kuchiga aylantirish orqali qanday qilib aylantirish mumkinligini " tushuntirdi; Qanaqasiga suv qaysi furunkullar bu emas albatta yonish; Qanaqasiga kichik tepaliklar ning qum, tomonidan a yolg'iz hid ning ... kislorodli puflagichni safir, yoqut va topazlarga aylantirish mumkin edi; va u odamlar sho'ng'in uskunalarisiz okean tubida yurishlari mumkin bo'lgan vaqtni bashorat qildi. Nihoyat, olim quyosh nurlaridan .qizil rangni olib tashlash orqali tomoshabinlarning yuzlarini qora rangga aylantirib, hayratda qoldirdi

Bu taniqli fransuz olimi suyuq havoni kengaytirish usuli bilan ishlab chiqardi, bunda u turli xil moddalarni ajratib olishga muvaffaq bo'ldi. gazlar ning ... havo, va bor kashf etilgan turli xil degani ning mexanik foydalanish ning farqlar ning harorat .ichida dengiz suvi

BOB: 6

The Yo'lbars Swami

"Men ega bo'lish kashf etilgan ... Yo'lbars Swami's manzil. Ruxsat bering bizni tashrif uni ertaga."

Bu xush kelibsiz taklif maktabdagi do'stlarimdan biri Chandidan keldi. Men rohiblikdan oldingi hayotida yalang'och qo'llari bilan yo'lbarslarni tutib, ularga qarshi kurashgan avliyo bilan uchrashishni juda xohlardim. Bunday ajoyib ishlarga bolalarcha ishtiyoq ichimda kuchli edi.

Ertasi kuni qishki sovuq tong otdi, lekin Chandi bilan men xursand bo'lib yugurdik. Kalkutta tashqarisidagi Bhovanipurda behuda ov qilganimizdan so'ng, biz to'g'ri uyga yetib keldik. Eshikda ikkita temir halqa bor edi, men ularni teshib yubordim. Shovqin-suronga qaramay, xizmatkor bemalol yaqinlashdi. Uning kinoyali gaplari tabassum nazarda tutilgan bu tashrif buyuruvchilar, qaramay ularning shovqin, edilar kuchsiz ga bezovta qilmoq ... xotirjamlik avliyoning uyidan.

Jimgina tanbehni his qilib, hamrohim bilan mehmonxonaga taklif qilinganimizdan minnatdor bo'ldik. U yerda uzoq kutishimiz noqulay shubhalarni keltirib chiqardi. Hindistonning haqiqat izlovchi uchun yozilmagan qonuni sabr-toqatdir; usta ataylab

odamning u bilan uchrashishga bo'lgan ishtiyoqini sinab ko'rishi mumkin. Bu psixologik hiyla G'arbda shifokorlar va stomatologlar tomonidan bemalol qo'llaniladi!

Nihoyat xizmatkor chaqirib, Chandi bilan men yotoqxonaga kirdik. Mashhur Sohong **6-1** Svami o'z karavotida o'tirgan edi. Uning ulkan tanasini ko'rish bizga g'alati ta'sir qildi.

Ko'zlarimiz bo'rtib, biz so'zsiz turdik. Biz ilgari hech qachon bunday ko'krak qafasini yoki futbol to'piga o'xshash bicepsni ko'rmagan edik. Ulkan bo'ynida svaming shafqatsiz, ammo xotirjam yuzi uzun sochlar, soqol va mo'ylov bilan bezatilgan edi. Uning qora ko'zlarida kaptar va yo'lbarsga xos fazilatlar aks etgan edi. U yechinmagan edi, faqat mushakdor belida yo'lbars terisi bor edi.

Ovozimizni topib, do'stim bilan rohibni kutib oldik va uning mushuklar arenasidagi ajoyib mahoratiga qoyil qolishimizni bildirdik.

"Iltimos, bizga eng shafqatsiz o'rmon hayvonlari - qirollik Bengallarini yalang'och mushtlar bilan qanday bo'ysundirish mumkinligini aytib bera olmaysizmi?"

— O'g'illarim, yo'lbarslar bilan jang qilish men uchun hech narsa emas. Agar kerak bo'lsa, bugun ham qila olaman. — U bolalarcha kuldi. — Sizlar yo'lbarslarga yo'lbars deb qaraysizlar; men ularni mushukcha deb bilaman.

"Svamiji, menimcha, yo'lbarslar mushukchalar degan fikr bilan ong ostimga ta'sir qila olaman, lekin yo'lbarslarni bunga ishontira olamanmi?"

"Albatta, kuch ham kerak! Yo'lbarsni uy mushugi deb tasavvur qilgan chaqaloqdan g'alaba kutish mumkin emas! Kuchli qo'llar mening yetarli qurolim."

U bizdan ayvonga chiqishimizni so'radi, u yerda devorning chetiga urildi. G'isht yerga quladi; osmon devorning yorilgan tishidan dadil qarab turardi. Men hayratdan gindiraklab qoldim; mustahkam devordan ohaklangan g'ishtlarni bir zarba bilan olib tashlay oladigan odam, albatta, yo'lbarslarning tishlarini joyidan siljita oladi deb o'yladim!

"Bir qator odamlar meniki kabi jismoniy kuchga ega, ammo baribir o'ziga ishonchlari yo'q. Jismoniy jihatdan baquvvat, ammo ruhiy jihatdan baquvvat bo'lmaganlar o'rmonda erkin uchib yurgan yovvoyi hayvonni ko'rish bilan hushidan ketishlari mumkin. Yo'lbars o'zining tabiiy shafqatsizligi va yashash muhiti bilan afyun bilan oziqlangan sirk hayvonidan juda farq qiladi!"

"Shunga qaramay, ulkan kuchga ega bo'lgan ko'plab odamlar qirollik Bengalining hujumi oldida dahshatli ojizlikka tushib qolishgan. Shunday qilib, yo'lbars o'z ongida bu odamni ... ga aylantirdi. mushukning holati kabi asabsiz. Juda kuchli tanaga va nihoyatda qat'iyatli inson yo'lbarsni vaziyatdan chiqarib, uni himoyasizligiga ishontirishi mumkin. Men buni qanchalik tez-tez qilganman!"

Men oldimdagi titan yo'lbars-pussicat metamorfozini bajara olganiga ishonishga tayyor edim. U didaktik kayfiyatda ko'rindi; Chandi va men hurmat bilan tingladik.

"Aql mushaklarning egasidir. Bolg'a zarbasining kuchi qo'llaniladigan energiyaga bog'liq; insonning jismoniy vositasi tomonidan ifodalangan kuch uning tajovuzkor

irodasi va jasoratiga bog'liq. Tana tom ma'noda ong tomonidan ishlab chiqariladi va saqlanadi. O'tmishdagi hayotdan olingan instinktlar bosimi orqali kuchli yoki zaif tomonlar asta-sekin inson ongiga singib ketadi. Ular odatlar sifatida namoyon bo'ladi, bu esa o'z navbatida istalgan yoki istalmagan tanaga aylanadi. Tashqi zaiflik aqliy kelib chiqishga ega; yomon doirada odatga bog'liq tana ongni barbod qiladi. Agar xo'jayin o'ziga yo'l qo'ysa...

xizmatkor tomonidan boshqarilsa, ikkinchisi avtokratik bo'lib qoladi; ong ham xuddi shunday tanaviy buyruqqa bo'ysunish orqali qul bo'ladi.

Bizning iltimosimizga javoban, ta'sirchan svami bizga o'z hayotidan bir

narsa aytib berishga rozi bo'ldi. "Mening eng dastlabki orzuim yo'lbarslar

bilan kurashish edi. Mening irodam kuchli edi, lekin tanam zaif edi."

Men hayratdan ehtiros bilan titrab ketdim. Endi "Atlantika yelkalari bilan, ko'tarishga layoqatli" bo'lgan bu odamning zaiflikni bilganiga aql bovar qilmas darajada tuyuldi.

"Sog'liq va kuch haqidagi fikrlarimdagi qat'iyatlilik tufayli nogironligimni yengib chiqdim. Qirollik Bengallarining haqiqiy bosqinchisi deb bilgan jozibali ruhiy kuchni ulug'lash uchun barcha asoslarim bor."

"Hurmatli svami, sizcha, men yo'lbarslar bilan jang qila olamanmi?" Bu g'alati ambitsiya xayolinga kelgan birinchi va oxirgi marta edi!

— Ha, — deb jilmayib qo'ydi u. — Lekin yo'lbarslarning turlari ko'p; ba'zilar insoniy istaklar junglida kezib yuradi. Hayvonlarni hushidan ketkazishdan hech qanday ma'naviy foyda ko'rmaysiz. Aksincha, ichki talonchilar ustidan g'alaba qozoning.

"May biz eshitish, janob, Qanaqasiga siz o'zgartirilgan dan a bo'ysundiruvchi ning yovvoyi yo'lbarslar ga a bo'ysundiruvchi ning yovvoyi ehtirolarmi?"

Yo'lbars Svami jimlikka cho'mdi. Uning nigohida uzoqlik paydo bo'ldi va o'tmishdagi yillarni tasavvur qildi. Men uning iltimosimni bajarish-qilmasligini hal qilish uchun ozgina ruhiy qiynalayotganini payqadim. Nihoyat u rozilik bilan jilmaydi.

"Shuhratim cho'qqiga chiqqanida, mag'rurlik mastligi paydo bo'ldi. Men nafaqat yo'lbarslar bilan kurashishga, balki ularni turli xil hiyla-nayranglarda ko'rsatishga qaror qildim. Mening maqsadim vahshiy hayvonlarni uy hayvonlari kabi o'zini tutishga majburlash edi. Men o'z ishlarimni omma oldida, mamnuniyat bilan bajara boshladim.

"Bir kechqurun mening ota kirdi mening xona ichida o'ychan kayfiyat.

"O'g'lim, menda ogohlantirish so'zlari bor. Men seni sabab va oqibat silliqdash g'ildiraklari keltirib chiqaradigan yaqinlashib kelayotgan balolardan qutqarardim."

"Siz fatalistmisiz, ota? Xurofotga qudratli suvlarni yoki mening harakatlarimni rangsizlantirishga yo'l qo'yish kerakmi?"

"Men fatalist emasman, o'g'lim. Lekin men muqaddas yozuvlarda o'rgatilganidek,

adolatli qasos qonuniga ishonaman. O'rmon oilasida sizga qarshi norozilik bor; ba'zan bu sizga zarar keltirishi mumkin."

"Ota, meni hayratda qoldiryapsiz! Yo'lbarslar qanday go'zal, ammo shafqatsiz ekanligini yaxshi bilasiz! Hatto baxtsiz jonzotni juda ko'p yeb qo'ygandan so'ng ham, yo'lbars yangi o'ljani ko'rib, yangi shahvat bilan yonadi. Bu o'rmon o'tlari ustidan kezib yurgan quvonchli jayron bo'lishi mumkin. Uni tutib, yumshoq tomog'ini tishlab, yovuz niyatli hayvon jimgina yig'layotgan qonning ozgina ta'mini sezadi,

va ketadi uning bema'ni yo'l.

"Yo'lbarslar o'rmon zotining eng jirkanch zoti! Kim biladi? Mening zarbalarim ularning qalin boshlariga ozgina aql-idrok singdirishi mumkin. Men ularga muloyim xulq-atvorni o'rgatish uchun o'rmonni tugatish maktabida direktorman!"

"Iltimos, Ota, meni hech qachon yo'lbarsni bo'ysundiruvchi deb biling, yo'lbarsni qotil deb emas. Qanday qilib mening yaxshi ishlarim menga yomonlik keltirishi mumkin? Sizdan iltimos qilaman, menga hayot tarzimni o'zgartirishni buyurmang."

Chandi va men o'tmishdagi muammoni tushunib, diqqatimizni jamladik. Hindistonda bola ota-onasining xohish-istaklariga yengilgina bo'ysunmaydi.

Otam mening tushuntirishimni sukut bilan tingladi. Keyin u jiddiy ohangda bir gap aytdi.

"O'g'lim, sen meni avliyoning og'zidan chiqqan dahshatli bashoratni aytib berishga majbur qilyapsan. Kecha men kundalik meditatsiyam bilan ayvonda o'tirganimda u menga yaqinlashdi.

""Aziz do'stim, men sizning urushqoq o'g'lingizga xabar olib kelyapman. U o'zining vahshiyliklarini to'xtatsin. Aks holda, uning keyingi yo'lbars bilan to'qnashuvi og'ir jarohatlarga, so'ngra olti oylik o'limga olib keladigan kasallikka olib keladi. Keyin u avvalgi yo'llaridan voz kechib, rohib bo'ladi."

"Bu hikoya menga ta'sir qilmadi. Men otam aldangan mutaassibning beparvo qurboni bo'lgan deb o'ylagandim."

Yo'lbars Svami bu iqro'ni go'yo qandaydir ahmoqlik qilgandek sabrsiz imo-ishora bilan qildi. Uzoq vaqt jimgina o'tirgan holda, u bizning borligimizni bilmaganday tuyuldi. U hikoyasining osilgan ipini olganida, u to'satdan, past ovozda edi.

"Otamning ogohlantirishidan ko'p o'tmay, men poytaxt Kuch Beharga tashrif buyurdim. Bu go'zal hudud men uchun yangi edi va men tinchlantiruvchi o'zgarishlarni kutgan edim. Odatdagidek, hamma joyda ko'chalarda qiziquvchan olomon menga ergashdi. Men pichirlab aytilgan gaplarni eshitib qolardim:

""Bu yovvoyi yo'lbarslar bilan jang

qiladigan odam.' ""Uning oyoqlari

bormi yoki daraxt tanasi bormi?'

"Qarang da uning yuz! U kerak bo'lish bir mujassamlanish ning ... qirol ning yo'lbarslar o'zi!

"Qishloq kishanlari gazetaning so'nggi nashrlari kabi qanday ishlashini bilasiz! Ayollarning undan ham kechroq nutq byulletenlari uyma-uy qanday tezlikda tarqaladi! Bir necha soat ichida butun shahar mening borligimdan hayajonga tushdi."

"Kechqurun jimgina dam olayotgan edim, birdan chopayotgan otlarning tuyoq tovushlarini eshitdim. Ular mening uyim oldida to'xtashdi. Bir nechta uzun bo'yli, sallali politsiyachilar kirib kelishdi.

"Men hayratda qoldim. "Bu inson qonunlari mavjudotlari uchun hamma narsa mumkin", deb o'yladim. "Qiziq, ular meni menga umuman noma'lum bo'lgan ishlar bo'yicha javobgarlikka tortishadimi?" Lekin zobitlar odatiy bo'lmagan xushmuomalalik bilan bosh egishdi.

"Hurmatli janob, biz sizni Kuch Behar shahzodasi nomidan kutib olish uchun yuborildik. U sizni ertaga ertalab o'z saroyiga taklif qilishdan mamnun."

"Men bu istiqbol haqida bir oz taxmin qildim. Noma'lum sabablarga ko'ra, tinch safarimdagi bu to'siqdan qattiq afsuslandim. Lekin politsiyachilarning iltifotli munosabati meni hayratga soldi; men borishga rozi bo'ldim.

"Ertasi kuni meni eshigimdan to'rtta ot aravachasida hayrat bilan kuzatib qo'yishganidan hayratda qoldim. Xizmatkor meni jazirama quyosh nurlaridan himoya qilish uchun bezakli soyabon ko'tarib turardi. Shahar va uning o'rmon chekkalari bo'ylab yoqimli sayohatdan zavqlandim. Qirollik avlodining o'zi meni kutib olish uchun saroy eshigi oldida edi. U o'zining oltin brokadli o'rindig'ini taqdim etdi va tabassum bilan sodda dizayndagi kresloga o'tirdi.

"Bu xushmuomalalik, albatta, menga qimmatga tushadi!" deb o'yladim hayratim ortib borayotgan bir paytda. Shahzodaning niyati bir nechta beparvo gaplardan keyin ma'lum bo'ldi.

"Mening shahrim yovvoyi yo'lbarslarga faqat yalang'och qo'llar bilan qarshi kurashish mumkinligi haqidagi mish-mishlarga to'la. Bu haqiqatmi?"

"Bu bu juda rost.

"Ishonolmayapman! Siz shahar aholisining oq guruchi bilan o'sgan Kalkutta bengalisiz. Ochig'ini ayting, iltimos; siz faqat umurtqasiz, afyun bilan oziqlangan hayvonlar bilan kurashmadingizmi?" Uning ovozi baland va kinoyali, viloyat aksenti bilan ifodalangan edi.

"Men kafolatlangan yo'q javob ga uning haqoratli savol.

"Men sizni yangi ovlangan yo'lbarsim Raja Begum bilan jang qilishga chaqiraman.

6-2 Agar siz unga qarshilik ko'rsata olsangiz, uni zanjir bilan bog'lab, qafasini hushida qoldirsangiz, sizda bu qirollik Bengali bo'ladi! Bir necha ming rupiy va boshqa ko'plab sovg'alar ham beriladi. Agar siz u bilan jangda uchrashishdan bosh tortsangiz, men sizning nomingizni butun shtat bo'ylab firibgar sifatida e'lon qilaman!

Uning qo'pol so'zlari menga o'q otganday tuyuldi. Men g'azab bilan qabul qildim. Hayajondan yarim stuldan turdi, shahzoda sadist tabassum bilan orqaga cho'kdi. Menga masihiylarni hayvonlar maydonlariga qo'yishdan zavqlanadigan Rim

imperatorlari esga tushdi.

"Jang bir haftadan keyin bo'lib o'tadi. Sizga yo'lbarsni oldindan ko'rishga ruxsat bera olmaganimdan afsusdaman."

"Shahzoda men hayvonni gipnoz qilishga urinishimdan qo'rqdimi yoki unga yashirincha afyun berib qo'yishimdan qo'rqdimi, bilmayman!"

"Men saroydan chiqib ketdim va qirollik soyaboni va yelkali arava endi yo'qligini xursandchilik bilan payqadam."

"Keyingi hafta men ongim va tanamni yaqinlashib kelayotgan sinovlarga metodik ravishda tayyorladim. Xizmatkorim orqali men ajoyib ertaklarni bilib oldim. Avliyoning otamga aytgan dahshatli bashorati qandaydir yo'l bilan tarqalib, kengayib bordi. Ko'plab oddiy qishloq aholisi xudolar la'natlagan yovuz ruh kechalari turli jinlar qiyofasini oladigan, ammo kunduzi chiziqli hayvon bo'lib qoladigan yo'lbarsga aylanganiga ishonishgan. Bu jin-yo'lbars meni kamtar qilish uchun yuborilgan bo'lishi kerak edi.

"Yana bir xayoliy versiya shundaki, Yo'lbars Jannatiga qilingan hayvonlarning ibodatlari Raja Begum qiyofasida javob bergan. U meni jazolash uchun vosita bo'lishi kerak edi - butun yo'lbars turi uchun juda haqoratli bo'lgan jasur ikki oyoqli! Tirnoqli qo'lli, baquvvat oyoqli yo'lbarsga qarshi chiqishga jur'at etgan mo'ynasiz, tishsiz odam! Barcha xo'rlangan yo'lbarslarning konsentratsiyalangan zahari - qishloq aholisi e'lon qildi - yashirin qonunlarni amalga oshirish va mag'rur yo'lbarsni bo'ysundiruvchining qulashiga olib kelish uchun yetarli kuchga ega bo'ldi ."

"Xizmatkorim menga shahzoda odam va hayvon o'rtasidagi jangni boshqarish vazifasini o'z zimmasiga olganini aytdi. U bo'rondan himoyalangan pavilyonni qurishni nazorat qilgan edi, u yerda minglab. Uning markaz ushlab turilgan Raja Begum ichida bir ulkan temir qafas, o'ralgan tashqi xavfsizlik xonasi yonida. Asir qonni titratuvchi ovozlari bilan to'xtovsiz baqirdi. Uni g'azablangan ishtahani qo'zg'atish uchun kam ovqatlantirdilar. Balki shahzoda meni mukofot taomi bo'lishimni kutgandir!

"Shahar va shahar atrofidagi olomon noyob tanlovni e'lon qiluvchi baraban sadolari ostida chiptalarni ishtiyoq bilan sotib olishdi. Jang kuni yuzlab odamlar o'rindiqlar yetishmasligi sababli qaytib ketishdi. Ko'p erkaklar chodir teshiklarini buzib kirishdi yoki galereyalar ostidagi har qanday joyni to'ldirishdi."

Yo'lbars Svami hikoyasi avj nuqtasiga yaqinlashgan sari, mening hayajonim ham kuchayib bordi; Chandi ham juda jim edi.

"Raja Begumning o'tkir ovoz portlashlari va biroz qo'rqib ketgan olomonning shovqin-suroni orasida men jimgina paydo bo'ldim. Belimga o'ralgan holda, kiyimlarim bilan himoyalangan edim. Xavfsizlik xonasi eshigining qulfini ochdim va uni xotirjamlik bilan orqamga qulfladim. Yo'lbars qonni sezdi. U panjaralariga momaqaldiraqday urilib sakrab, dahshatli kutib oldi. Tomoshabinlar achinarli qo'rquvdan jim bo'lishdi; men g'azablangan hayvon oldida kamtar qo'zichoqday edim.

"Bir zumda qafas ichida edim; lekin eshikni qarsillatib yopganimda, Raja Begum

menga bosh bilan qaradi. O'ng qo'lim umidsiz ravishda yirtilgan edi. Yo'lbarsning eng buyuk lazzati bo'lgan inson qoni dahshatli oqimlarga oqib tushdi. Avliyoning bashorati amalga oshadigandek tuyuldi.

"Men hayotimda olgan birinchi jiddiy jarohatning shokidan darhol o'zimni qo'lga oldim. Uni haydab chiqarish Qonli barmoqlarimni belim ostiga tiqib, ularni ko'rib, chap qo'limni suyaklarni yoruvchi zarba bilan silkitdim. Yirtqich orqaga chekindi, qafasning orqa tomonida aylanib, titroq bilan oldinga sakradi. Mening mashhur mushtli jazom uning boshiga yog'di.

"Ammo Raja Begumning qon ta'mi uzoq vaqtdan beri muhtojlikda bo'lgan dipsoman uchun birinchi sharob qultumidek tuyuldi. Kar qiluvchi bo'kirish bilan kesilgan vahshiyning hujumlari g'azabga aylandi. Faqat bitta qo'lim bilan yetarlicha himoya qilmasligim meni tirnoq va tishlar oldida zaif qildi. Lekin men hayratlanarli qasos oldim. O'zaro shahvatparast bo'lib, biz o'linga qadar kurashdik. Qafas vayron bo'ldi, qon har tomonga sachrab, hayvoniy tomog'idan og'riq va halokatli shahvat otildi.

"Uni otib tashlang!" "Yo'lbarsni o'ldiring!" deb qichqiriqlar eshitildi. Odam va hayvon shunchalik tez harakat qilishdiki, qo'riqchining o'qi noto'g'ri ketdi. Men bor irodamni to'pladim, qattiq baqirdim va oxirgi marta miya chayqalishini amalga oshirdim. Yo'lbars yiqilib, jimgina yotdi.

"Yoqdi a mushukcha! Men gapni bo'lib qo'ydi.

The swami kuldi ichida samimiy minnatdorchilik, keyin davom etdi ... qiziqarli ertak.

"Nihoyat Raja Begum mag'lub bo'ldi. Uning shohona g'ururi yanada kamtarlandi: yirtilgan qo'llarim bilan jasorat bilan uning jag'larini ochishga majbur qildim. Bir lahza boshimni esnaydigan o'lim tuzog'iga tiqdim. Atrofga zanjir qidirdim. Zanjirni yerdagi qoziqdan tortib olib, yo'lbarsni bo'ynidan qafas panjaralariga bog'ladim. G'alaba bilan eshik tomon yurdim.

"Lekin bu jin mujassamlangan, Raja Begum, bor edi chidamlilik munosib ning uning taxmin qilingan jinga chalingan kelib chiqishi. U ajoyib bir hujum bilan zanjirni uzib, orqamga sakrab tushdi. Yelkam uning jag'lariga mahkam bosildi, men qattiq yiqildim. Lekin bir zumda uni ostimga qisib qo'ydim. Shafqatsiz zarbalar ostida xoin hayvon hushidan ketdi. Bu safar men uni ehtiyotkorlik bilan mahkamladim. Sekin qafasdan chiqib ketdim.

"Men o'zimni yangi shov-shuv ichida topdim, bu safar quvonchli shovqin. Olomonning hayqirig'i go'yo uzilib qolgandek bo'ldi. bitta ulkan tomoq. Dahshatli tarzda ezilgan bo'lsam ham, men jangning uchta shartini bajargan edim - yo'lbarsni hayratda qoldirib, zanjir bilan bog'lab, o'zimga yordam kerak bo'lmasdan qoldirib ketdim. Bundan tashqari, men tajovuzkor hayvonni shunchalik qattiq jarohatladim va qo'rqitdimki, u og'zida mening boshimning qulay yutug'ini e'tiborsiz qoldirishga rozi bo'ldi!

"Yaralarim davolangandan so'ng, meni sharaflashdi va gulchambarlar bilan bezashdi; yuzlab oltin tangalar oyoqlarim ostiga yog'dirildi. Butun shahar bayram davriga kirdi. Har tomondan ko'rilgan eng katta va eng vahshiy yo'lbarslardan biri ustidan qozongan g'alabam haqida cheksiz munozaralar eshitildi. Va'da qilinganidek, Raja Begum menga taqdim etildi, lekin men hech qanday xursandchilikni his qilmadim. Qalbinga ruhiy o'zgarish kirdi. Qafasdan so'nggi chiqishim bilan men dunyoviy ambitsiyalarim eshigini ham yopib qo'ygandek

tuyuldi.

"Oxirgi davr boshlandi. Olti oy davomida qon zaharlanishidan o'lim arafasida yotib qoldim. Kuch Behardan ketishga tayyor bo'lishim bilanoq, o'z ona shahrimga qaytib keldim."

"Endi bilamanki, ustozim dono ogohlantirish bergan avliyo odam." Men bu iqrorni otamga kamtarlik bilan aytdim. "Qani endi uni topsam edi!" Mening orzuim samimiy edi, chunki bir kuni avliyo bexosdan yetib keldi.

"Yetarli ning yo'lbars qo'lga o'rgatish. U gapirdi bilan tinchlaning kafolat. "Keling" bilan men; Men vasiyatnoma o'rgatish siz ga

Inson aqli junglilarida kezib yuruvchi johillik hayvonlarini bo'ysundiring. Siz tomoshabinlarga o'rganib qolgansiz: bu sizning hayajonli yoga mahoratingiz bilan zavqlanadigan farishtalar galaktikasi bo'lsin!

"Meni avliyo ustozim ruhiy yo'lga boshlab bordi. U uzoq vaqtdan beri ishlatilmagan zanglagan va chidamli qalb eshiklarimni ochdi. Qo'lma-qo'l ushlab, tez orada Himolay tog'larida mening mashg'ulotlarim uchun yo'lga chiqdik."

Chandi bilan men svamining oyoqlariga ta'zim qildik, uning chinakam siklonik hayotning yorqin tasviri uchun minnatdor bo'ldik. Sovuq mehmonxonada uzoq vaqt sinovdan o'tkazganim uchun o'zimni juda yaxshi his qildim!

.....
6-1 : *Sohong* edi uning monastir ism. U edi ommabop tarzda ma'lum sifatida ... "Yo'lbars Svami."

6-2 : "Shahzoda Malika"-shunday nomlangan ga ko'rsatmoq bu bu hayvon egallab olingan ... birlashtirilgan vahshiylik ning yo'lbars va yo'lbars.

BOB: 7

The Levitatsiya Avliyo

"Kecha kechqurun guruh yig'ilishida yogining yerdan bir necha fut balandlikda havoda qolib ketganini ko'rdim." Do'stim Upendra Mohun Chowdhury ta'sirchan gapirdi.

Men unga g'ayrat bilan jilmayib qo'ydim. "Balki uning ismini taxmin qila olaman. Yuqori aylana yo'lidan kelgan Bhaduri Mahasaya edimi?"

Upendra bosh iring'adi, yangiliklarni yetkaza olmaganidan biroz xafa bo'ldi. Mening avliyolarga bo'lgan qiziqishim do'stlarim orasida mashhur edi; ular meni yangi yo'lga boshlashdan xursand bo'lishdi.

"Yogi mening uyimga shunchalik yaqin yashaydiki, men uni tez-tez ziyorat qilaman." Mening so'zlarim Upendraning yuzida katta qiziqish uyg'otdi va men o'zimga yanada ko'proq ishonch hosil qildim.

"Men uni ajoyib yutuqlarda ko'rganman. U turli xil *pranayamalarni* **7-1 hisobida mohirona o'zlashtirgan.**" Patanjali tomonidan tasvirlangan qadimgi sakkiz karra yoga.

7-2 Bir safar Bhaduri Mahasaya mening oldimda *Bhastrika Pranayamani* shunday ajoyib kuch bilan ijro etdiki, xonada haqiqiy bo'ron ko'tarilgandek tuyuldi! Keyin u momaqaldiraq nafasini o'chirdi va yuqori darajadagi hushidan ketgan holda harakatsiz qoldi. 7-3 Bo'rondan keyingi tinchlik aurasi unutilmas darajada yorqin edi.

"Men eshitildi bu ... avliyo hech qachon barglar uning uy." Upendra's ohang edi a arzimas narsa ishonib bo'lmaydigan.

"Rostdan ham shunday! U yigirma yildan beri uyda yashab keladi. U muqaddas bayramlarimiz paytida, hatto old yo'lakhasiga ham borganida, o'ziga yuklatilgan hukmronlikni biroz yumshatadi! U yerda tilanchilar to'planishadi, chunki Avliyo Bhaduri o'zining mehribon qalbi bilan mashhur."

"Qanaqasiga qiladi u qolish ichida ... havo, qarshilik ko'rsatuvchi ... qonun ning tortishish kuchi?"

"Yogining tanasi ma'lum *pranayamalardan foydalangandan so'ng o'zining qo'polligini yo'qotadi* . Keyin u sakrab tushayotgan qurbaqa kabi havoda ko'tariladi yoki sakraydi. Hatto rasmiy yoga bilan shug'ullanmaydigan avliyolar ham 7-4 Xudoga qattiq sadoqat holatida havoda ko'tarilishlari ma'lum.

"Men bu donishmand haqida ko'proq bilishni istardim. Siz uning kechki yig'ilishlariga borasizmi?" Upendraning ko'zlari qiziqishdan chaqnab ketdi.

"Ha, men tez-tez boraman. Uning donoligidagi aql-zakovat meni juda xursand qiladi. Ba'zan mening uzoq davom etgan kulgim uning yig'ilishlarining tantanaliligini buzadi. Avliyo norozi emas, lekin uning shogirdlari xanjarday ko'rinadi!"

O'sha kuni tushdan keyin maktabdan uyga qaytayotganimda, Bhaduri Mahasayaning monastiridan o'tib, tashrif buyurishga qaror qildim. Yogi keng jamoatchilik uchun ochiq emas edi. Birinchi qavatda yolg'iz shogird ustozining shaxsiy hayotini qo'riqlardi. Shogird xuddi martinetga o'xshardi; endi u mendan "unashtirilganmi" deb rasman so'radi. Uning gurusini meni qisqa muddatli haydashdan qutqarish uchun o'z vaqtida paydo bo'ldi.

— Mukunda xohlagan paytda kelsin. — Donishmandning ko'zlari chaqnab ketdi. — Mening yolg'izlik qoidam o'zimning emas, balki boshqalarning tasallisi uchun. Dunyoviy odamlar o'zlarining xayollarini yo'q qiladigan ochiqko'ngillikni yoqtirishmaydi. Avliyolar nafaqat kamdan-kam uchraydi, balki bezovta qiladi. Hatto Muqaddas Kitobda ham ular ko'pincha uyatli deb topiladi!

Men Bhaduri Mahasayaning orqasidan uning yuqori qavatdagi oddiy xonasiga bordim, u yerdan u kamdan-kam hollarda chiqib turardi. Ustalar ko'pincha dunyoning shovqin-suronli manzarasini e'tiborsiz qoldiradilar, asrlar davomida markazlashguncha diqqat markazidan chetda qoladilar. Donishmandning zamondoshlari faqat tor hozirgi zamonning zamondoshlari emas.

"Maharishi, 7-5 siz bor ... birinchi yogi Men ega bo'lish ma'lum JSSV har doim qoladi ichkarida."

"Xudo o'simliklar uning avliyolar ba'zan ichida kutilmagan tuproq, ehtimol biz o'ylash

biz may kamaytirish Uni ga a hukmronlik qil!

Donishmand o'zining jonli tanasini lotus holatiga qamab qo'ydi. Yetmish yoshida u hech qanday yoqimsiz yosh yoki o'tirgan hayot alomatlarini ko'rsatmadi. Qattiqqo'l va to'g'riso'z, u har jihatdan ideal edi. Uning yuzi shunday edi. Qadimgi matnlarda tasvirlanganidek, rishi. Olijanob boshli, mo'l soqolli u har doim mahkam tik o'tirar, jimgina ko'zlari Hamma joyda mavjudlikka qadalgan .

The avliyo va Men kirdi ... meditatsiyaga oid davlat. Keyin bir soat, uning muloyim ovoz uyg'ongan meni.

"Siz tez-tez sukutga botasiz, lekin sizda *anubhava rivojlanganmi*?" **7-6** U menga meditatsiyadan ko'ra Xudoni ko'proq sevishni eslatayotgan edi. "Usulni Maqsad bilan adashtirmang."

U menga bir nechta mango taklif qildi. Uning jiddiy tabiatidan zavqlanadigan xushmuomalalik bilan u shunday dedi: "Odamlar odatda *Dhyana Yoga (Xudo bilan birlashish)* dan ko'ra *Jala Yoga* (ovqat bilan birlashish) ni ko'proq yaxshi ko'rishadi".

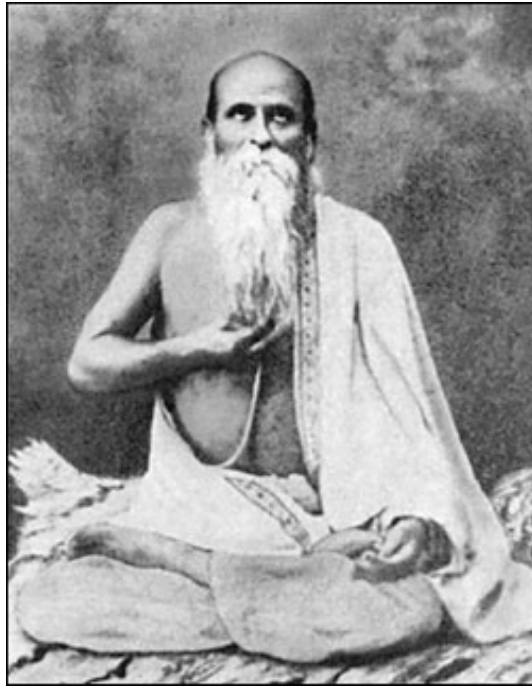
Uning yogik so'z o'yini ta'sirlangan meni shovqin bilan.

"Qanday kulgulisan!" Uning nigohida mehrli chaqnash paydo bo'ldi. Uning o'z chehrasi doim jiddiy, ammo hayajonli tabassum bilan ifodalangan edi. Uning katta, lotus ko'zlarida yashirin ilohiy kulgi aks etgan edi.

— Bu xatlar uzoq Amerikadan kelmoqda. — Donishmand stol ustidagi bir nechta qalin konvertlarni ko'rsatdi. — Men u yerdagi a'zolari yoga bilan qiziqadigan bir nechta jamiyatlar bilan yozishmalar olib boraman. Ular Hindistonni yangidan kashf etmoqdalar, Kolumbga qaraganda yo'nalishni yaxshiroq tushunib yetmoqdalar! Men ularga yordam berishdan xursandman. Yoga haqidagi bilim, xuddi bezatilmagan kunduzgi yorug'lik kabi, hamma uchun bepul.

Rishilar inson najoti uchun muhim deb hisoblagan narsani G'arb uchun suyultirish shart emas. Ruhiy jihatdan bir xil bo'lsa-da, tashqi tajribasi xilma-xil bo'lsa-da, agar biron bir intizomiy yoga shakli qo'llanilmasa, na G'arb, na Sharq gullab-yashnamaydi."

Avliyo menga xotirjam ko'zlari bilan qaradi. Uning nutqi yashirin bashoratli yo'l-yo'riq ekanligini anglamagan edim. Faqat hozir, bu so'zlarni yozayotganimda, u menga tez-tez aytadigan tasodifiy va'dalarning to'liq ma'nosini tushunyapman, bir kun kelib men Hindiston ta'limotini Amerikaga olib boraman.



BHADURI MAHASAYA
"The Levitatsiya Avliyo"

— Janob, — deb so'radim men, — nega dunyo manfaati uchun yoga haqida kitob yozmaysiz? "Men shogirdlar tayyorlayapman", deb javob berdi U. "Ular va ularning shogirdlari vaqtning tabiiy parchalanishiga va tanqidchilarning g'ayritabiiy talqinlariga qarshi tirik kitoblar, dalil bo'ladilar."

"Maharishi, Men tilak siz bo'lardi yozish a kitob yoqilgan yoga uchun ... foyda ning ... dunyo."

"Men shogirdlar tayyorlayapman. Ular va ularning shogirdlari tirik kitoblar bo'lib, vaqtning tabiiy parchalanishiga va tanqidchilarning g'ayritabiiy talqinlariga qarshi dalil bo'ladilar." Bhadurining hazillari meni yana bir kulgiga sabab bo'ldi.

Kechqurun uning shogirdlari kelguncha men yogi bilan yolg'iz qoldim. Bhaduri Mahasaya U o'zining betakror nutqlaridan biriga kirdi. Tinch suv toshqini kabi, u tinglovchilarining aqliy qoldiqlarini supurib tashladi va ularni Xudoga suzib ketdi. Uning ta'sirchan masallari benuqson bengal tilida ifodalangan edi.

Bu oqshom Bhaduri Mirabay hayoti bilan bog'liq turli falsafiy fikrlarni bayon qildi, Sadhular bilan birga bo'lish uchun saroy hayotini tashlab ketgan o'rta asr Rajputani malikasi. Buyuk sannyasilardan biri uni ayol bo'lgani uchun qabul qilishdan bosh tortdi; uning javobi uni kamtarlik bilan oyoqqa turg'izdi.

"Xo'jayinga ayting," dedi u, "men koinotda Xudodan boshqa erkak yo'qligini bilmasdim; biz hammamiz Uning oldida ayol emasmizmi?" (Muqaddas Kitobda Rabbiyning yagona Ijodiy Printsip sifatidagi tushunchasi, Uning yaratilishi faqat passiv *mayadan iborat* .)

Mirabay Hindistonda hali ham qadrlanadigan ko'plab hayajonli qo'shiqlarni yaratgan; men ulardan birini bu yerga tarjima qilaman:

"Agar har kuni cho'milish orqali Xudoni
anglab yetsam, men tezroq tubsizlikdagi kitga
aylanib qolardim;
Agar U ildiz va mevalarni yeyish orqali tanilgan
bo'lsa, Men echki qiyofasini mamnuniyat bilan
tanlardim;
Agar tasbehlarni sanash Uni ochib bersa,
men ulkan munchoqlar ustida ibodatlarimni
o'qiyman; Agar tosh haykallar oldida
egilib, Unga toshli tog'ni ochib bersam,
men kamtarlik bilan sajda qilaman;
Agar sut ichish orqali Rabbimizga singib

ketsa edi, ko'plab buzoqlar va bolalar Uni
tanigan bo'lar edi;
Agar xotinini tashlab ketish Xudoni chaqirsa,
minglab amaldorlar bo'lmaydimi?
Mirabay Ilohiy Zotni topish uchun yagona
zarur narsa bu Sevgi ekanligini biladi.

Bir nechta talabalar Bhaduri yoga holatida o'tirganida yonida yotgan shippaklariga rupiy qo'yishdi. Hindistonda odat bo'lgan bu hurmatli sovg'a shogird o'zining moddiy boyliklarini guruning oyoqlari ostiga qo'yishini anglatadi. Minnatdor do'stlar faqat niqoblangan Rabbii bo'lib, O'z do'stlariga g'amxo'rlik qiladilar.

"Ustoz, siz ajoyibsiz!" Xayrlashayotgan bir talaba patriarxal donishmandga diqqat bilan tikilib qoldi. "Siz Xudoni izlash va bizga donolikni o'rgatish uchun boylik va qulaylikdan voz kechdingiz!" Bhaduri Mahasaya bolaligida, yolg'iz o'zi yoga yo'liga kirganida, katta oilaviy boylikdan voz kechgani hammaga ma'lum edi.

— Siz ishni bekor qilyapsiz! — Avliyoning yuzida yengil tanbeh ifodasi bor edi. — Men bir nechta arzimas rupiy goldirdim, bir nechitasi... mayda-chuyda zavqlar, uchun a kosmik imperiya ning cheksiz baxt. Qanaqasiga keyin ega bo'lish Men rad etildi O'zinga biror narsa kerakmi? Men xazinani baham ko'rishning quvonchini bilaman. Bu qurbonlikmi? Darhaqiqat, kalta ko'radigan dunyoviy odamlar haqiqiy voz kechuvchilardir! Ular bir hovuch dunyoviy o'yinchoqlar evaziga mislsiz ilohiy mulkdan voz kechishadi!

Men voz kechishning bu paradoksal qarashiga kuldim - bu har qanday avliyo tilanchiga Krez kepkasini kiydiradigan, shu bilan birga barcha mag'rur millionerlarni ongsiz shahidlarga aylantiradigan qarash.

"Ilohiy tartib bizning kelajagimizni har qanday sug'urta kompaniyasidan ko'ra oqilona tarzda tashkil qiladi." Ustozning yakuniy so'zlari uning e'tiqodining amalga oshirilgan e'tiqodi edi. "Dunyo tashqi xavfsizlikka ega bo'lgan bezovta imonlilarga to'la. Ularning achchiq fikrlari peshonalaridagi chandiqlarga o'xshaydi. Bizga birinchi nafasimizdanoq havo va sut bergan Zot O'z izdoshlari uchun kundan-kunga qanday ta'minlashni biladi."

Men maktabdan keyingi ziyoratimni avliyoning eshigigacha davom ettirdim. U jimgina g'ayrat bilan menga *anubhavaga erishishimga yordam berdi*. Bir kuni u mening Gurpar yo'lidagi uyim yonidan uzoqda, Ram Mohan Roy yo'liga ko'chib o'tdi. Uning mehribon shogirdlari unga "Nagendra Math" nomi bilan tanilgan yangi ibodatxona qurishgan edi. 7-7

Bu meni hikoyamdan bir necha yil oldinga olib chiqsa-da, men bu yerda Bhaduri Mahasayaning menga aytgan so'nggi so'zlarini aytib beraman. G'arbga yo'l olishimdan sal oldin, men uni qidirib topdim va uning xayrlashuv duosi uchun kamtarlik bilan tiz cho'kdim:

"O'g'lim, Amerikaga bor. Qalqoning uchun oq sochli Hindistonning qadr-qimmatini ol. G'alaba peshanangga yozilgan; uzoqdagi olijanob odamlar seni yaxshi kutib olishadi."

.....

7-1 : Usullari ning nazorat qiluvchi hayot kuchi orqali tartibga

solish ning nafas. 7-2: Yoganing eng qadimgi namoyandasi.

Fransuz professorlari G'arbda birinchi bo'lib o'ta ongli mavjudotlarning imkoniyatlarini ilmiy jihatdan o'rganishga :7-3 tayyor bo'lishdi. aql. Professor Jyul-Bois, a'zo ning ... L'Ecole de Psixologiya ning ... Sorbonna, ma'ruza qildi ichida Amerika 1928-yilda u o'z tinglovchilariga frantsuz olimlari "Freydning ong osti ongiga mutlaqo zid bo'lgan va insonni shunchaki super hayvon emas, balki chinakam insonga aylantiradigan qobiliyat" bo'lgan superongni tan olganliklarini aytdi. M. Jyul-Bua yuqori ongning uyg'onishini "kueizm yoki gipnozizm bilan adashtirmaslik kerak" deb tushuntirdi. Super ongli ongning mavjudligi uzoq vaqtdan beri falsafiy jihatdan tan olingan, aslida esa Supersoul. aytilgan ning tomonidan Emerson, lekin faqat yaqinda bor uni bo'lgan tan olingan ilmiy jihatdan." The Fransuzcha olim uchli ilhom, daho va axloqiy qadriyatlar superongdan kelib chiqishini ko'rsatadi. "Bunga ishonish tasavvuf emas, garchi u

Avliyo Tereza ning Avila va boshqa Xristian avliyolar edilar tez-tez kuzatilgan ichida a :7-4

".davlat ning levitatsiya. 7-5: "Buyuk donishmand

.Haqiqiy idrok ning Xudo :7-6

. The avliyoning to'liq ism edi Nagendranat Bhaduri. *Matematika* degani ermitaj yoki *ashram* :7-7

BOB: 8

Hindistonning Ajoyib Olim, JC Bose

"Jagadilar Chandra Bose's simsiz ixtirolar oldindan aytib bo'lingan ular ning Markoni.

Bu provokatsion gapni eshitib, ilmiy munozaralar olib borayotgan professorlar guruhiga yaqinlashdim. Agar ularga qo'shilishdan maqsadim irqiy g'urur bo'lgan bo'lsa, afsusdaman. Hindistonning nafaqat metafizika, balki fizikada ham yetakchi rol o'ynashi mumkinligiga oid dalillarga bo'lgan qiziqishimni inkor eta olmayman.

"Nima qil siz degani, janob?"

Professor xushmuomalalik bilan tushuntirdi. "Bose simsiz koherer va elektr to'lqinlarining sinishini ko'rsatuvchi asbobni birinchi bo'lib ixtiro qilgan. Ammo hind olimi uning ixtirolaridan tijorat maqsadlarida foydalanmadi. Tez orada u e'tiborini noorganik dunyodan organik dunyoga qaratdi. Uning o'simlik fiziologi sifatidagi inqilobiy kashfiyotlari hatto fizik sifatidagi tub yutuqlaridan ham ustun kelmoqda."

Men ustozimga xushmuomalalik bilan minnatdorchilik bildirdim. U qo'shimcha qildi: "Buyuk olim Prezidentlik kollejidagi aka-ukam professorlardan biri".

Ertasi kuni men Gurpar yo'lidagi mening uyimga yaqin bo'lgan donishmandning uyiga bordim. Men uni uzoq vaqtdan beri hurmat bilan uzoqdan hayratda qoldirgan

edim. Qabrda turgan va nafaqaga chiqayotgan botanik meni xushmuomalalik bilan kutib oldi. U ellik yoshlardagi, qalin sochlari, keng peshonasi va xayolparastning mavhum ko'zlari bilan kelishgan, baquvvat odam edi. Uning ohanglaridagi aniqlik umrbod ilmiy odatni ochib berdi.

"Yaqinda G'arb ilmiy jamiyatlariga ekspeditsiyadan qaytdim. Ularning a'zolari mening ixtiromning nozik asboblariga katta qiziqish bildirishdi, bu esa ... ni namoyish etadi.

butun hayotning ajralmas birligi. **8-1** Bose kreskografi o'n million marta kattalashtirishga ega. Mikroskop atigi bir necha ming marta kattalashadi; ammo u biologiya faniga muhim turtki bo'ldi. Kreskograf son-sanoqsiz manzaralarni ochadi.

"Janob, siz Sharq va G'arbning ilm-fanning shaxssiz qo'lida quchoq ochishini tezlashtirish uchun ko'p ish qildingiz ."

"Men Kembrijda tahsil olganman. G'arbning barcha nazariyalarni sinchkovlik bilan eksperimental tekshirishga topshirish usuli naqadar ajoyib! Bu empirik protsedura mening Sharqiy merosim bo'lgan o'zini tahlil qilish qobiliyati bilan chambarchas bog'liq. Ular birgalikda menga uzoq vaqtdan beri muloqotsiz bo'lgan tabiiy olamlarning sukunatini buzishga imkon berishdi. Mening **8-2-sonli kreskografimning aniqlovchi jadvallari.**" o'simliklar sezgir asab tizimiga va xilma-xilligiga eng shubha bilan qaraydiganlar uchun dalillardir hissiy hayot. Sevgi, nafrat, quvonch, qo'rquv, zavq, og'riq, qo'zg'aluvchanlik, karaxtlik va stimullarga son-sanoqsiz mos javoblar o'simliklarda ham, hayvonlarda ham universaldir.

"Sizning kelishingizdan oldin barcha mavjudotdagi hayotning noyob urishi faqat she'riy obrazlardek tuyulishi mumkin edi, professor! Men ilgari bilgan avliyo hech qachon gullarni uzmaydi. "Atirgul butasini go'zallikdan mahrum qilishim kerakmi? Qo'pollik bilan uning qadr-qimmatini shafqatsizlarcha kamsitishim kerakmi?" Uning hamdardlik so'zlari sizning kashfiyotlaringiz orqali tom ma'noda tasdiqlandi!"

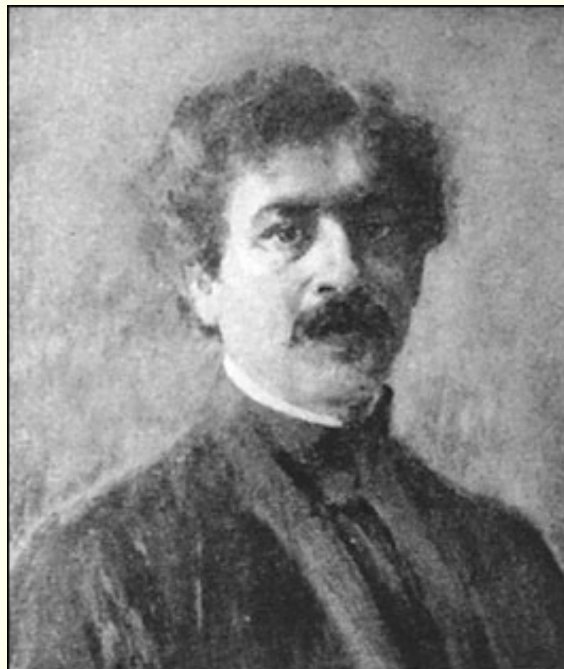
"Shoir haqiqatga yaqin, olim esa noqulay tarzda yaqinlashadi. Qachondir mening laboratoriyamga keling va kreskografning aniq guvohligini ko'ring."

Minnatdorchilik bilan taklifni qabul qildim va jo'nab ketdim. Keyinchalik eshitishimcha, botanik Prezidentlik kollejini tark etgan va Kalkuttada tadqiqot markazi ochishni rejalashtirgan.

Bose instituti ochilganda, men bag'ishlov marosimlarida qatnashdim. Yuzlab odamlar hayajon bilan bino bo'ylab sayr qilishdi. Men yangi ilm-fan uyining badiiyligi va ma'naviy ramziyligiga maftun bo'ldim. Uning old darvozasi, menimcha, uzoqdagi ziyoratgohdan asrlar davomida saqlanib qolgan yodgorlik edi. Lotus ortida **8-3** favvora, mash'alali haykaltarosh ayol figurasi hindlarning ayolga o'lmas nur tashuvchi sifatidagi hurmatini ifodalagan. Bog'da hodisalardan tashqarida Noumenonga bag'ishlangan kichik ma'bad joylashgan edi. Ilohiy tanasizlik haqidagi fikr qurbongoh tasvirining yo'qligi bilan ham ifodalangan.



O'zim da Yosh olti



JAGADIS CHANDRA BOSE

Hindistonning ajoyib fizik, botanik, va ixtirochi ning ... Kreskograf

Bose's nutq yoqilgan bu ajoyib imkoniyat mumkin ega bo'lish berilgan sana dan ... lablar ning bitta ning ... ilhomlangan qadimgi

. *rishis*

"Men bugun ushbu institutni shunchaki laboratoriya emas, balki ibodatxona sifatida bag'ishlayman." Uning ehtiromli tantanasi gavjum auditoriya ustidan ko'rinmas plash kabi o'tib ketdi. "Tadqiqotlarimni davom ettirish jarayonida meni ongsiz

ravishda fizika va fiziologiya chegarasiga olib kirishdi. Hayratga solib, men topdim...

Tirik va jonsiz olamlar o'rtasidagi chegara chiziqlari yo'qolib, aloqa nuqtalari paydo bo'la boshladi. Noorganik materiya inert bo'lmagan narsa sifatida qabul qilindi; u ko'p sonli kuchlar ta'sirida hayajonli edi.

"Umumjahon reaksiya metall, o'simlik va hayvonotni umumiy qonunga bo'ysundirganday tuyuldi. Ularning barchasi asosan charchoq va tushkunlikning bir xil hodisalarini namoyon qildi, tiklanish va ... imkoniyatlari bilan." ning yuksalish, sifatida quduq sifatida ... doimiy javob bermaslik bog'liq bilan o'lim. To'ldirilgan Bu ajoyib umumlashtirishdan hayratda qolgan holda, men Qirollik Jamiyati oldida natijalarimni e'lon qilishga katta umid bilan qaror qildim - natijalar tajribalar orqali isbotlangan edi. Ammo hozir bo'lgan fiziologlar menga ularning qo'riqxonalariga tajovuz qilish o'rniga, muvaffaqiyatim kafolatlangan jismoniy tadqiqotlar bilan cheklanishni maslahat berishdi. Men bilmasdan notanish kasta tizimi doirasiga kirib qoldim va shu tariqa uning odob-axloq qoidalarini buzdim.

"Shuningdek, ongsiz ilohiy tarafkashlik ham mavjud edi, bu esa johillikni imon bilan chalkashtirib yuboradi. Bizni doimiy ravishda rivojlanib borayotgan yaratilish sirlari bilan o'rab turgan Zot bizga savol berish va tushunish istagini ham singdirgani ko'pincha unutiladi. Ko'p yillik noto'g'ri tushunishlar orqali men ilm-fan fidoyisining hayoti muqarrar ravishda cheksiz kurashlarga to'la ekanligini angladim. Uning hayotini yutuq va yo'qotish, muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlikka bog'liq bo'lgan qizg'in qurbonlik sifatida taqdim etishi kerak."

"Vaqt o'tishi bilan dunyoning yetakchi ilmiy jamiyatlari mening nazariyalarim va natijalarimni qabul qilishdi va hindlarning fanga qo'shgan hissasining muhimligini tan olishdi. **8-4** Hindiston ongini biron bir kichik yoki cheklangan narsa qoniqtira oladimi? Uzluksiz tirik an'ana va yoshartirishning hayotiy kuchi bilan bu yer son-sanoqsiz o'zgarishlar orqali o'zini qayta tikladi. Soatning bevosita va o'ziga tortadigan mukofotidan voz kechib, hayotdagi eng yuqori ideallarni amalga oshirishga intilgan hindular doimo paydo bo'lgan - passiv voz kechish orqali emas, balki faol kurash orqali. Mojarodan voz kechgan, hech narsaga ega bo'lmagan zaif odamning voz kechadigan hech narsasi yo'q. Faqatgina intilgan va g'alaba qozongan odam o'zining g'alabali tajribasi samarasini berish orqali dunyoni boyitishi mumkin.

"Bose laboratoriyasida moddaning reaksiyasi bo'yicha allaqachon olib borilgan ishlar va o'simlik hayotidagi kutilmagan kashfiyotlar fizika, fiziologiya, tibbiyot, qishloq xo'jaligi va hatto psixologiyada juda keng tadqiqotlar sohalarini ochib berdi. Ilgari hal qilib bo'lmaydigan deb hisoblangan muammolar endi eksperimental tadqiqotlar doirasiga kiritildi."

"Ammo yuqori muvaffaqiyatga qat'iy aniqliksiz erishib bo'lmaydi. Shuning uchun mening dizayndagi o'ta sezgir asboblardan va apparatlarning uzoq batareyasi bugun kirish zalida sizning oldingizda turibdi. Ular sizga ko'rinmaydigan haqiqatga aldamchi ko'rinishni ortda qoldirish uchun uzoq davom etgan sa'y-harakatlar,

insoniy cheklovlarni yengib o'tish uchun talab qilinadigan doimiy mehnat, qat'iyat va topqirlik haqida hikoya qiladi. Barcha ijodkor olimlar haqiqiy laboratoriya - bu aql ekanligini bilishadi, bu yerda ular illyuziyalar ortida haqiqat qonunlarini ochib berishadi.

"Bu yerda o'qiladigan ma'ruzalar shunchaki ikkinchi qo'l bilimlarning takrorlanishi bo'lmaydi. Ular ushbu zallarda birinchi marta namoyish etilgan yangi kashfiyotlarni e'lon qiladi. Institut ishlarini muntazam ravishda nashr etish orqali ushbu hindlarning hissalari butun dunyoga yetib boradi."

Ular davlat mulkiga aylanadi. Hech qachon patent olinmaydi. Milliy madaniyatimiz ruhi bizdan bilimdan faqat shaxsiy manfaatlar uchun foydalanish kabi tahqirlardan abadiy ozod bo'lishimizni talab qiladi.

"Men ushbu institutning imkoniyatlaridan iloji boricha barcha mamlakatlardan kelgan ishchilar foydalanishi uchun foydalanishni istayman. Shu bilan men o'z mamlakatim an'analarini davom ettirishga harakat qilyapman. Yigirma besh asr oldin Hindiston o'zining qadimiy universitetlari - Nalanda va Taksila - dunyoning barcha burchaklaridan kelgan olimlarni qabul qilgan."

"Garchi fan bu hech biri ning ... Sharq na ning ... G'arb lekin aksincha xalqaro ichida uning universalligi, ammo Hindiston katta hissa qo'shishga maxsus moslashgan. **8-5** Qarama-qarshi ko'rinadigan faktlar to'plamidan yangi tartib o'rnatishga qodir bo'lgan hind xayoloti diqqatni jamlash odati bilan jilovlanadi. Bu cheklov ongni cheksiz sabr bilan haqiqatni izlashga undash kuchini beradi.

Olimning yakuniy so'zlaridan ko'zlarimga yosh keldi. "Sabr" haqiqatan ham Hindistonning sinonimi emasmi, bu ham Vaqtni, ham tarixchilarni chalkashtirib yuboradimi?

Tadqiqot markazi ochilgan kundan ko'p o'tmay, men yana u yerga tashrif buyurdim. Buyuk botanik o'z va'dasini yodda tutib, meni o'zining tinch laboratoriyasiga olib bordi.

"Men kreskografni bu paporotnikka biriktiraman; kattalashtirish juda ajoyib. Agar salyangozning emaklab yurgan joyi kattalashtirilgan bo'lsa..." ichida ... bir xil nisbat, ... mavjudot bo'lardi paydo bo'lish ga bo'lish sayohat qilish kabi bir ekspress poyezd!

Nigohim kattalashtirilgan paporotnik soyasini aks ettiruvchi ekranga tikilib qoldi. Endi hayotiy daqiqalar aniq sezilib turardi; o'simlik mening maftunkor ko'zlarim oldida juda sekin o'sib borardi. Olim paporotnikning uchiga kichik metall tayoq bilan tegdi. Rivojlanayotgan pantomima to'satdan to'xtab qoldi va tayoqcha tortib olinishi bilanoq notiq ritmlarni davom ettirdi.

"Siz har qanday kichik tashqi aralashuv sezgir to'qimalarga qanchalik zararli ekanligini ko'rdingiz", dedi Bose. "E'tibor bering; men endi xloroform beraman, keyin esa antidot beraman."

Xloroformning ta'siri barcha o'sishni to'xtatdi; antidot jonlantirayotgan edi. Ekrandagi evolyutsion imo-ishoralar meni "kino" syujetidan ko'ra ko'proq hayajonga soldi. Hamrohim (bu yerda yovuz rolida) o'tkir asbob bilan paporotnikning bir qismiga sanchdi; og'riq spazmodik tebranishlar bilan ko'rsatildi. U ustara bilan poyaning bir qismini o'tkazganida, soya qattiq qo'zg'aldi, keyin o'limning oxirgi tinish belgisi bilan o'zini tinchitdi.

"Ulkan daraxtni birinchi marta xloroformatsiyalash orqali men muvaffaqiyatli transplantatsiyaga erishdim. Odatda, o'rmonning bunday monarxlari ko'chirilgandan keyin juda tez o'lishadi." Jagadis hayotni saqlab qolish uchun qilingan manevrani aytib berar ekan, xursand bo'lib jilmaydi. "Mening nozik apparatimning grafiklari daraxtlarning qon aylanish tizimiga ega ekanligini isbotladi; ularning sharbat harakatlari hayvonlar tanasining qon bosimiga mos keladi. Shiraning ko'tarilishini odatda rivojlangan mexanik asoslar, masalan, kapillyar tortishish bilan izohlab bo'lmaydi. Bu hodisa kreskograf orqali tirik hujayralarning faolligi sifatida hal qilindi. Peristaltik to'lqinlar daraxt bo'ylab cho'zilgan silindrsimon naychadan chiqadi va...

haqiqiy yurak vazifasini bajaradi! Biz qanchalik chuqurroq idrok etsak, yagona reja har bir shaklni ko'p qirrali tabiatda bog'lab turishining isboti shunchalik hayratlanarli bo'ladi.

The ajoyib olim uchli ga boshqa Bose asbob.

"Men sizga qalay bo'lagi ustida tajribalar ko'rsataman. Metallardagi hayot kuchi stimullarga salbiy yoki foydali ta'sir ko'rsatadi. Siyoh izlari turli reaksiyalarni qayd etadi."

Men chuqur o'ylanib, atom tuzilishining xarakterli to'lqinlarini qayd etuvchi grafikni kuzatdim. Professor qalayga xloroform qo'llaganida, tebranish yozuvlari to'xtadi. Metall asta-sekin normal holatiga qaytgan sari ular qayta boshlandi. Hamrohim menga bir tomchi berdi. zaharli kimyoviy modda. Qalayning titrayotgan uchi bilan bir vaqtda, igna keskin ravishda kartaga o'lim haqidagi xabarnoma yozib qo'ydi.

"Bose asboblari qaychi va mashinalarda ishlatiladigan po'lat kabi metallarning charchashga moyilligini va vaqti-vaqti bilan dam olish orqali samaradorlikni tiklashini ko'rsatdi. Metallardagi hayot pulsi elektr toklari yoki kuchli bosim orqali jiddiy ravishda shikastlanadi yoki hatto o'chadi ."

Men qaradi atrofida ... xona da ... ko'p sonli ixtirolar, notiq guvohlik ning a charchamas ixtirochilik.

"Janob, sizning ajoyib mexanizmlaringizdan to'liqroq foydalanish orqali ommaviy qishloq xo'jaligi rivojlanishi tezlashmayotgani achinarli. Ulardan ba'zilarini o'simliklarning o'sishiga turli xil o'g'itlarning ta'sirini ko'rsatish uchun tezkor laboratoriya tajribalarida qo'llash oson bo'lmaydimi?"

"Siz haqsiz. Bose cholg'ularidan kelajak avlodlar son-sanoqsiz foydalanadilar. Olim kamdan-kam hollarda zamonaviy mukofotni biladi; bu ijodiy xizmat quvonchiga ega bo'lish uchun yetarli."

Charchamas donishmandga cheksiz minnatdorchilik bildirib, men xayrlashdim. "Uning dahosining hayratlanarli darajada serhosilligi hech qachon tugab qolishi mumkinmi?" deb o'yladim.

Yillar o'tishi bilan hech qanday pasayish kuzatilmadi. Bose murakkab asbob - "Rezonansli kardiograf" ni ixtiro qilib, son-sanoqsiz hind o'simliklari bo'yicha keng gamrovli tadqiqotlar olib bordi. Foydali dorilarning shubhasiz ulkan farmakopeyasi kashf etildi. Kardiograf sekundning yuzdan bir qismi ko'rsatilgan aniqlik bilan tuzilgan. grafik. Rezonans yozuvlari o'simlik, hayvon va odamlarda cheksiz kichik pulsatsiyalarni o'lchaydi tuzilishi. Buyuk botanik olim uning kardiografidan foydalanish viviseksiyaga olib kelishini bashorat qilgan. hayvonlar o'rniga o'simliklar.

"O'simlik va hayvonga bir vaqtning o'zida berilgan dori ta'sirining yonma-yon qayd etilishi natijasida hayratlanarli darajada yakdillikni ko'rsatdi", deb ta'kidladi u.

"Insondagi hamma narsa o'simlikda bashorat qilingan. O'simliklar ustida tajriba o'tkazish inson azob-uqubatlarini kamaytirishga yordam beradi."

Yillar o'tib, Bosening o'simliklar haqidagi ilk kashfiyotlari boshqa olimlar tomonidan tasdiqlandi. 1938-yilda Kolumbiya universitetida amalga oshirilgan ishlar *The New York Times gazetasi tomonidan* quyidagicha xabar qilingan:

So'nggi bir necha yil ichida nervlar xabarlarini uzatganda aniqlandi Miya va tananing boshqa qismlari o'rtasida mayda elektr impulslari hosil bo'lmoqda. Bu impulslar nozik galvanometrlar bilan o'lchangan va zamonaviy kuchaytirish apparatlari yordamida millionlab marta kattalashtirilgan. Hozirgacha tirik hayvonlarda yoki odamlarda impulslarning asab tolalari bo'ylab o'tishini o'rganish uchun qoniqarli usul topilmagan edi, chunki bu juda katta. bu impulslarning harakatlanish tezligi.

Doktorlar KS Koul va HJ Kertis oltin baliq idishlarida tez-tez ishlatiladigan chuchuk suv o'simligi nitellasining uzun yakka hujayralari yakka nerv tolalariniki bilan deyarli bir xil ekanligini aniqlaganliklarini xabar qilishdi. Bundan tashqari, ular nitella tolalari qo'zg'alganda, hayvonlar va odamlardagi nerv tolalarinikiga tezligidan tashqari barcha jihatlari bilan o'xshash elektr to'lqinlarini tarqatishini aniqladilar. O'simlikdagi elektr nerv impulslari hayvonlarnikiga qaraganda ancha sekinroq ekanligi aniqlandi. Shuning uchun bu kashfiyot Kolumbiya ishchilari tomonidan nervlardagi elektr impulslarining o'tishini sekin suratga olish vositasi sifatida qo'llanildi.

Shunday qilib, nitella o'simligi ong va materiya chegarasiga yaqin joylashgan qattiq qo'riqlanadigan sirlarni ochish uchun Rosetta toshining bir turiga aylanishi mumkin.

Shoir Rabindranat Tagore Hindistonning idealist olimining sodiq do'sti edi. Unga shirin bengal qo'shiqchisi quyidagi satrlarni yo'lladi: **8-6**

sama deb nomlangan eski madhiyaning asl
so'zlari bilan chaqiring ; "O'rningdan tur!
Uyg'oning!" O'zining *shastrik afsonalari*
bilan maqtanadigan odamga chaqiring. Behuda
pedantik tortishuvlardan, befoyda, ahmoqona
maqtanchoqni tabiat yuziga, bu keng yerga
chiqishga chaqiring, bu chaqiriqni olimlar
guruhiga yuboring; Olov qurbonligingiz
atrofida birga bo'ling.
Hammalari to'plansin. Shunday qilib,
bizning Hindistonimiz, qadimgi
yurtimiz o'ziga qaytsin
O yana bir bor qat'iyatli ishga, burch
va sadoqatga, uning transga qaytishi

Ning jiddiy meditatsiya; ruxsat berish uni o'tirish
Yana bir bor beozor, ochko'z, janjalsiz, sof, 0
yana bir bor o'zining yuksak taxtida
Va platforma, o'qituvchi ning hammasi yerlar.

8-1 : "Hammasi fan bu transandantal yoki boshqa o'tishlar uzoqda. Botanika bu hozir sotib olish ... o'ng nazariya-avatarlar ning "Brahma endi tabiiy tarix darsliklari bo'ladi." - *Emerson*

8-2 : Kimdan ... Lotin tili ildiz, *krescere* , ga kattalashtirish; ko'paytirish. Uchun uning kreskograf va boshqa ixtirolar, Bose edi ritsarlik ichida 1917-yil.

8-3 : The lotus gul bu bir qadimgi ilohiy belgi ichida Hindiston; uning ochilish gulbarglar taklif qilish ... kengaytirish ning ... jon; Uning sof go'zalligining kelib chiqishi loyidan o'sishi yaxshi ruhiy va'da beradi.

8-4 "Hozirda Hindistonni faqat eng oddiy tasodifgina amerikalik kollej talabalari doirasiga kiritadi. Sakkizta universitetda (Garvard, Yel, Kolumbiya, Princeton, Jons Xopkins, Pensilvaniya, Chikago va Kaliforniya) hindshunoslik yoki sanskrit kafedralari mavjud, ammo Hindiston tarix, falsafa, tasviriy san'at, siyosatshunoslik kafedralarida deyarli vakillik qilmaydi. sotsiologiya, yoki har qanday ning ... boshqa bo'limlar ning intellektual tajriba ichida qaysi, sifatida biz ega bo'lish ko'rilgan, Hindiston bor katta hissa qo'shdi. Shuning uchun, biz hech bir o'quv bo'limi, ayniqsa gumanitar fanlar bo'yicha, hech bir

Yirik universitet o'z sohasining hind bosqichlarida yetarlicha tayyorlangan mutaxassissiz to'liq jihozlangan bo'lishi mumkin. Bizning fikrimizcha, ham, bu har bir kollej qaysi maqsadlar ga tayyorlash uning bitiruvchilar uchun aqli ish ichida ... dunyo qaysi bu ga bo'lish ularnikiga jonli ichida, kerak ega bo'lish yoqilgan uning xodimlar a olim vakolatli ichida ... tsivilizatsiya ning Hindiston." - Ekstraktlar dan bir maqola tomonidan Professor W. Norman Jigarrang ning ...

Universitet ning Pensilvaniya qaysi paydo bo'ldi ichida ... May, 1939-yil, masala ning ... *Axborot byulleteni* ning ... Amerika Kengashi ning O'rgangan Jamiyatlar, 907 15-chi St., Vashington, D. C., 25 sent nusxa ko'chirish. Bu masala .(#28) o'z ichiga oladi ustidan 100 "Hind tadqiqotlari uchun asosiy bibliografiya" sahifalari

8-5 : The atom tuzilish ning masala edi taniqli ga ... qadimgi Hindular. Bir ning ... olti tizimlar ning hind falsafa Vaisesika , dan ... Sanskritcha ildiz *visesalar* , "atom individuallik." Bir ning ... eng avvalo *Vaisesika* ta'riflovchilar edi Aulukya, shuningdek, Kanadada, "atom yeyuvchi" deb ham ataladi, taxminan 2800 yil oldin tug'ilgan.

East-West jurnalida chop etilgan maqolada *Vaisesika ilmiy bilimlarining* qisqacha mazmuni quyidagicha berilgan:

"Zamonaviy "atom nazariyasi" odatda fanning yangi yutug'i deb hisoblansa-da, uni ancha oldin "atom yeyuvchi" Kanadalik ajoyib tarzda bayon qilgan. Sanskritcha *anusni* yunoncha "kesilmagan" yoki bo'linmas ma'nosida "atom" deb tarjima qilish mumkin. Miloddan avvalgi Vaisesika risolalarining boshqa ilmiy izohlari *quyidagilarni* o'z ichiga oladi: (1) ignalarning harakati. tomon magnitlar, (2) ... aylanish ning suv ichida o'simliklar, (3) *akash* yoki efir, inert va tuzilmasiz, sifatida a asos nozik kuchlarni uzatish uchun, (4) quyosh olovi boshqa barcha issiqlik shakllarining sababi sifatida, (5) molekulyar o'zgarishning sababi sifatida issiqlik, (6) yer atomlariga o'zlarining jozibador kuchini berish uchun xos bo'lgan xususiyat tufayli yuzaga keladigan tortishish qonuni. yoki pastga Torting, (7) ... kinetik tabiat ning hammasi energiya; sabab-oqibat sifatida har doim ildiz otgan ichida bir xarajatlar ning energiya yoki qayta taqsimlash ning harakat, (8) universal tarqatib yuborish orqali ... parchalanish ning atomlar, (9) ... radiatsiya ning issiqlik va yorug'lik nurlari, cheksiz mayda zarrachalar, aql bovar qilmaydigan tezlikda barcha yo'nalishlarda otilib chiqadi (zamonaviy "kosmik nurlar" ,nazariyasi)

.nisbiylik ning vaqt va makon ... (10)

Vaisesika tayinlangan ... kelib chiqishi ning ... dunyo ga atomlar, abadiy ichida ularning tabiat, ya'ni, ularning yakuniy " Atomning miniatyura quyosh o'ziga xosliklar. Bular atomlar uzluksiz tebranish harakatiga ega deb hisoblangan. ekanligi haqidagi yaqinda kashf etilgan kashfiyot

tizim bo'lardi bo'lish yo'q yangiliklar ga ... eski *Vaisesika* faylasuflar, JSSV shuningdek kamaytirilgan vaqt ga uning eng uzoq matematik eng kichik vaqt birligini (*kala*) atomning o'z fazo birligini kesib o'tish uchun sarflaydigan davri sifatida .ta'riflash orqali tushuncha

8-6 : Tarjima qilingan dan ... Bengal tili ning Rabindranat Tagore, tomonidan Manmohan Ghosh, ichida *Visva- Bharati*.

BOB: 9

The Baxtli Muxlis Va Uning Kosmik Romantika

"Kichik janob, Iltimos bo'lish o'tirgan. Men ertalab gaplashish ga mening Ilohiy Ona.

Men jimgina xonaga katta hayrat bilan kirdim. Ustoz Mahasayaning farishtalarcha qiyofasi meni hayratga soldi. Ipakdek oq soqoli va katta yaltiroq ko'zlari bilan u poklik timsolidek tuyuldi. Uning ko'tarilgan iyagi va qovushgan qo'llari menga birinchi tashrifim uni ibodat paytida bezovta qilganini anglatardi.

Uning sodda salomlashuv so'zlari mening tabiatim hozirgacha boshdan kechirgan eng shafqatsiz ta'sirni keltirib chiqardi. Onamning o'limidan keyingi achchiq ayriliq men uchun barcha azob-uqubatlarning o'lchovi deb o'ylagan edi. Endi Ilohiy Onamdan ayriliq azobi ruh uchun tasvirlab bo'lmaydigan azob edi. Men nola qilib yerga yiqildim.

"Kichik janob, tinch o'zing!" The avliyo edi hamdardlik bilan xafa bo'lgan.

Okean kabi vayronagarchilikda tashlab ketilgan holda, men uning oyoqlarini najotimning yagona sali sifatida mahkam ushladim. "Muqaddas janob, sizning shafoatingiz! Ilohiy Onadan Uning nazarida biron bir marhamat topsam, so'rang!"

Bu va'da bu bitta emas osongina berilgan; ... usta edi cheklangan ga sukunat.

Shubhasiz, men Ustoz Mahasayaning Olam Onasi bilan yaqin muloqotda ekanligiga amin edim. Ko'zlarim hatto shu daqiqada ham avliyoning benuqson nigohini seza-digan Unga ko'r ekanligini anglash chuqur sharmandalik edi. Uyatsizlarcha uning oyoqlaridan ushlab, uning muloyim e'tirozlariga kar bo'lib, men undan aralashuv inoyatini qayta-qayta yolvordim.

"Men sizning iltijongizni Sevimliga aytaman." Xo'jayinning taslim bo'lishi sekin, rahm-shafqatli tabassum bilan keldi.

Nima kuch ichida ular bir nechta so'zlar, bu mening bo'lish kerak bilish ozod qilish dan uning bo'ronli surgunmi?

"Janob, qasamyodingizni eslang! Men uning xabarini olish uchun tez orada qaytib kelaman!" Bir zum oldin qayg'udan yig'layotgan ovozimda quvonchli intizorlik yangradi.

Uzun zinapoyadan tushayotganimda, xotiralar meni qamrab oldi. Amherst ko'chasidagi 50-uyda joylashgan, hozirda usta Mahasayaning qarorgohi bo'lgan bu

uy bir vaqtlar mening oilaviy uyim, onamning o'limi joyi bo'lgan. Bu yerda mening insoniy yuragim g'oyib bo'lgan ona uchun singan edi; va bugun bu yerda mening ruhim Ilohiy Onaning yo'qligida xochga mixlangandek edi. Muqaddas devorlar, og'ir azoblarim va oxirgi shifoimning jim guvohi!

Gurpar yo'lidagi uyimga qaytayotganimda qadamlarim shoshilib borardi. Kichkina chordog'imning tanholigini qidirib, soat o'ngacha meditatsiya bilan o'tirdim. Issiq hind tunining zulmatini to'satdan ajoyib bir vahiy yoritib yubordi.

Ilohiy Ona ulug'vorlikda mening oldimda turardi. Uning mehr bilan jilmayib turgan yuzi go'zallikning o'zi edi.

"Har doim ega bo'lish Men sevilgan seni! Har doim kerak Men sevgi senga!"

The samoviy ohanglar hali ham jiringlash ichida ... havo, U g'oyib bo'ldi.

Ertasi kuni ertalab quyosh usta Mahasayaga ikkinchi marta tashrif buyurganimda, odobli qiyofaga chiqmagan edi. Ta'sirli xotiralar uyidagi zinapoyadan ko'tarilib, uning to'rtinchi qavatdagi xonasiga yetib keldim. Yopiq eshikning tutqichi mato bilan o'ralgan edi; avliyoning shaxsiy hayotni xohlayotganiga ishora, menimcha. Men maydonchada qat'iyat bilan turganimda, eshik ustaning xushmuomala qo'li bilan ochildi. Men uning muqaddas oyoqlari oldida tiz cho'kdim. O'ynoqi kayfiyatda, yuzimga tantanali niqob taqib, ilohiy quvonchni yashirdim.

"Janob, men sizning xabaringiz uchun juda erta keldim, tan olaman! Sevimli Onam men haqimda biror narsa aytdimi?"

"Sharmandali kichik janob!"

Yo'q boshqa izoh bo'lardi u yasash. Aftidan mening taxmin qilingan tortishish kuchi edi ta'sirchan emas.

"Nima uchun shunday sirli, shunday qochish? Qil avliyolar hech qachon gapirish aniqmi?" Balki Men edi a kichik qo'zg'atdi.

— Meni sinab ko'rishingiz kerakmi? — Uning xotirjam ko'zlari tushunishga to'la edi.
— Kecha soat o'nda Go'zal Onaning o'zidan olgan ishonchingizga bugun ertalab bitta so'z qo'sha olamanmi ?

Ustoz Mahasaya qalbimning darvozalarini nazorat qildi: men yana uning oyoqlariga sajda qildim. Lekin bu safar ko'z yoshlarim og'riqdan emas, balki baxtdan oqib chiqdi.

"Sizning sadoqatingiz cheksiz rahm-shafqatga tegmadi deb o'ylaysizmi? Siz insoniy va ilohiy shakllarda sig'ingan Xudoning Onalik sha'ni hech qachon sizning tashlab ketilgan faryodingizga javob bermay qolmaydi."

Bu oddiy avliyo kim edi, uning Olam Ruhiga qilgan eng kichik iltimosi ham shirin rozilik bilan qabul qilindi? Uning dunyodagi roli kamtarin edi, men bilgan eng buyuk kamtarin odamga munosib edi. Amherst ko'chasidagi bu uyda, Master Mahasaya **9-1** O'g'il bolalar uchun kichik o'rta maktabni boshqarardi. Uning og'zidan hech qanday jazo so'zi chiqmasdi; hech qanday qoida va shafqatsizlik uning intizomini saqlab turmasdi. Darhaqiqat, bu kamtarona sinflarda oliy matematika o'qitilardi va darsliklarda sevgi kimyosi yo'q edi. U o'z donoligini o'tkazib bo'lmaydigan amrlar o'rniga ma'naviy yuqumli kasalliklar orqali tarqatdi.

Ilohiy Onaga bo'lgan sodda ehtiros bilan band bo'lgan avliyo, bolaga nisbatan tashqi hurmatni talab qilmadi.

"Men sizning ustozingiz emasman; u biroz keyinroq keladi", dedi u menga. "Uning rahbarligi orqali sizning Ilohiylik haqidagi sevgi va sadoqat haqidagi tajribalaringiz uning cheksiz donolik atamalariga aylanadi."

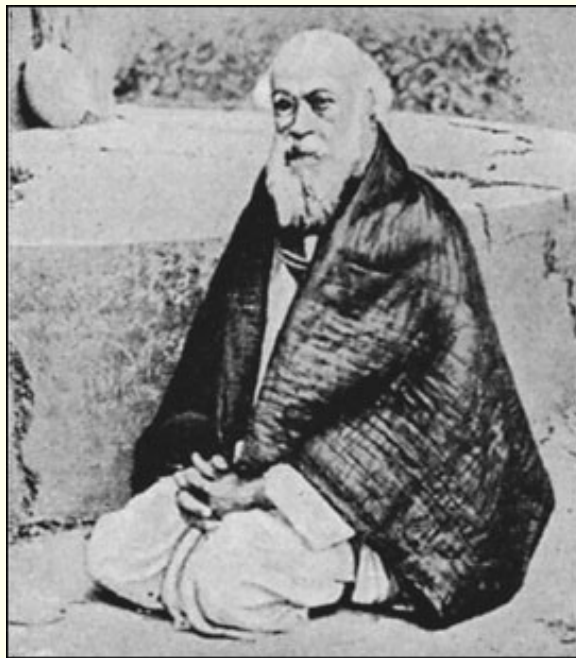
Har kuni kechqurun o'zimni Amherst ko'chasiga olib borardim. Ustoz Mahasayaning ilohiy kosasini shunchalik to'ldirib ichardimki, uning tomchilari har kuni vujudimga to'lib-toshib turardi. Ilgari hech qachon chin dildan hurmat bilan bosh egmagan edim; endi hatto ustoz Mahasaya muqaddas qilgan yerni bosib o'tishni ham cheksiz sharaf deb bildim.

"Janob, iltimos, men siz uchun maxsus yasab bergan bu champak gulchambarini taqing." Bir kuni kechqurun men gul zanjirimni ushlab yetib keldim. Lekin u uyatchanlik bilan orqaga chekindi, bu sharafni qayta-qayta rad etdi. "Menga azob ber", deb nihoyat jilmayib rozilik bildirdi.

"Ikkalamiz ham Onaning fidoyilari ekanmiz, siz gulchambarni bu tanaviy ibodatxonaga, ichida yashovchi Unga qurbonlik sifatida qo'yishingiz mumkin." Uning ulkan tabiatida har qanday xudbinlik mulohazalari o'rnashib oladigan makon yo'q edi.



IKKI AKA-UKALAR OF U YERDA NEUMANN
Men stand bilan ularni ichida Konnersroyt, Bavariya.



MASTER MAHASAYA

Har doim o'ziga jalb qilingan ichida uning baxtli kosmik romantika.

"Ertaga gurum tomonidan abadiy muqaddas qilingan Dakshineswar ibodatxonasiga boraylik." Ustoz Mahasaya Masihga o'xshash ustoz Shri Ramakrishna Paramhansaning shogirdi edi.

Ertasi kuni ertalab to'rt milya yo'l Gangesda qayiqda bosib o'tildi. Biz to'qqiz gumbazli Kali ibodatxonasiga kirdik, u yerda Ilohiy Ona va Shivaning siymolari yaltiroq kumush lotusda joylashgan bo'lib, uning minglab gulbarglari puxta o'yilgan edi. Ustoz Mahasaya sehr bilan porladi. U Sevimli bilan cheksiz romantikasiga berilib ketgan edi. U Uning ismini kuylaganida, mening maftun bo'lgan yuragim ming bo'lakka bo'lingandek bo'ldi.

Keyinroq biz muqaddas hudud bo'ylab sayr qildik, yulg'unzorda to'xtadik. Bu daraxtning o'ziga xos xususiyati shundaki, ustoz Mahasaya bergan samoviy taomning ramziy ma'nosini anglatardi. Uning ilohiy iltijolari davom etdi. Men pushti patli yulg'un gullari orasida maysazorda qimirlamay o'tirdim. Vaqtincha tanadan uzoqda bo'lib, men g'aroyib bir tashrif bilan osmonga ko'tarildim.

Bu muqaddas ustoz bilan Dakshinesvarga qilingan ko'plab ziyoratlarning birinchisi edi. Undan men Xudoning shirinligini Ona yoki Ilohiy rahm-shafqat jihatidan o'rgandim. Bolalik avliyosi Ota jihatida yoki Ilohiy adolatda unchalik jozibadorlikni topmadi. Qattiqqo'l, aniq, matematik hukm begona edi. uning muloyim tabiatiga.

"U osmon farishtalari uchun yerdagi namuna bo'lib xizmat qila oladi!" deb o'yladim men bir kuni uning ibodatlarini kuzatib, mehr bilan. U hech qanday tanqid yoki tanbehsiz, dunyoni Ibtidoiy Poklikka uzoq vaqtdan beri tanish bo'lgan ko'zlari bilan kuzatdi. Uning tanasi, ongi, nutqi va harakatlari qalbining soddaligi bilan osongina

uyg'unlashgan edi.

"Ustozim menga shunday dedi." Shaxsiy da'volardan qochib, avliyo har qanday donishmand maslahatini shu o'zgarmas hurmat bilan yakunladi. Uning Shri Ramakrishna bilan o'xshashligi shunchalik chuqur ediki, Ustoz Mahasaya yo'q edi.

uzoqroq ko'rib chiqilgan uning fikrlar sifatida uning o'z.

Bir kuni kechqurun avliyo bilan qo'lma-qo'l ushlab, uning maktabi oldidagi ko'chada sayr qildik. Bizni uzoq suhbatga chorlagan takabbur tanishimning kelishi quvonchimni so'ndirdi.

"Ko'ryapmanki, bu odam sizga yoqmayapti." Avliyoning menga pichirlashini o'z monologiga mahliyo bo'lgan xudbin odam eshitmadi. "Men bu haqda Ilohiy Ona bilan gaplashdim; U bizning qayg'uli ahvolimizni tushundi. Biz u yerdagi qizil uyga yetib borishimiz bilan, u unga shoshilinchroq ishlarni eslatib turishga va'da berdi."

Ko'zlarim najot joyiga qadalgan edi. Qizil darvozaga yetib borgach, odam beparvolik bilan burilib ketdi, na gapini tugatdi, na xayrlashdi. Hujum qilingan havo tinchlik bilan taskin topdi.

Yana bir kuni men Xoura temir yo'l stansiyasi yonida yolg'iz ketayotgan edim. Bir zum ibodatxona yonida turdim va baraban va zil chalib, zo'ravonlik bilan qo'shiq aytayotgan kichik bir guruh erkaklarni jimgina tanqid qildim.

"Ular Xudoning ilohiy ismini mexanik takrorlashda qanchalik beparvolik bilan ishlatishadi", deb o'yladim. Ustoz Mahasayaning tez yaqinlashishi meni hayratda qoldirdi. "Janob, bu yerga qanday keldingiz?"

Avliyo savolimga e'tibor bermay, fikrimga javob berdi. "Janob, Sevimlining ismi johil yoki dono bo'lishidan qat'i nazar, barcha og'izlardan yoqimli eshtilishi rost emasmi?" U qo'lini mehr bilan o'rab oldi; Men o'zimni uning sehrli gilamida Mehribon huzurga olib ketilgan holda topdim.

"Bioskoplarni ko'rishni xohlaysizmi?" Bir kuni tushdan keyin usta Mahasayaning bu savoli hayratlanarli edi; o'sha paytda bu atama Hindistonda kinofilmlarni anglatish uchun ishlatilgan. Men har qanday holatda ham uning yonida bo'lganimdan xursand bo'lib, rozi bo'ldim. Tez yurish bizni Kalkuttadagi bog' oldiga olib keldi. Universitet. Hamrohim *goldigi yoki hovuz* yonidagi skameykani ko'rsatdi .

"Keling, bu yerda bir necha daqiqa o'tiraylik. Ustozim har safar suv kengligini ko'rganimda meditatsiya qilishni so'rardi. Bu yerda uning sokinligi bizga Xudoning cheksiz xotirjamligini eslatadi. Hamma narsa suvda aks etishi mumkin bo'lganidek, butun koinot ham Kosmik Aql ko'lida aks etadi. Mening gurudevam *tez-tez* shunday derdi."

Ko'p o'tmay, biz universitet zaliga kirdik, u yerda ma'ruza o'qilayotgan edi. Ma'ruza juda zerikarli bo'lib chiqdi, garchi vaqti-vaqti bilan fonarli slaydlar bilan bezatilgan bo'lsa-da, unchalik qiziq emas edi.

"Demak, xo'jayin menga ko'rsatishni xohlagan bioskop turi shu ekan!" Xayolim

sabrsiz edi, lekin yuzimda zerikishimni ko'rsatib, avliyoga zarar yetkazmoqchi emasdim. Lekin u menga sir bilan engashdi.

"Ko'ryapman, kichkina janob, sizga bu bioskop yoqmayapti. Men bu haqda Ilohiy Onaga aytdim; U ikkalamizga ham to'liq hamdard. U menga endi elektr chiroqlari o'chib qolishini va xonadan chiqishga imkonimiz bo'lmaguncha qayta yoqilmasligini aytdi."

Uning pichirlashi tugashi bilan zal qorong'ulikka cho'mdi. Professorning qattiq ovozi hayratdan tindi, keyin dedi: "Bu zalning elektr tizimi nuqsonli ko'rinadi". Bu vaqtga kelib, usta Mahasaya va men ostonadan xavfsiz o'tib ketdik. Yo'lakdan orqaga qarab, shahidlik manzaramiz yana yoritilganini ko'rdim.

"Janob, siz o'sha bioskopdan hafsalangiz pir bo'ldi, **9-2** "lekin menimcha, sizga boshqasi yoqadi." Avliyo bilan men universitet binosi oldidagi yo'lakda turgan edik. U ko'kragimga muloyimlik bilan yuragimga urdi.

O'zgaruvchan sukunat hukm surdi. Xuddi zamonaviy "gaplashgichlar" ovoz apparati ishdan chiqqanda eshitilmas kinolarga aylanganidek, Ilohiy Qo'l ham g'alati mo'jiza bilan yer shovqinini bostirdi. Piyodalar, o'tib ketayotgan trolleybuslar, avtomobillar, aravalar va temir g'ildirakli aravalar - barchasi shovqinsiz harakatlanardi. Go'yo hamma joyda mavjud bo'lgan ko'zga ega bo'lgandek, orqamdagi va yon tomondagi manzaralarni oldimdagi kabi osongina ko'rdim. Kalkuttaning o'sha kichik qismidagi butun harakatlanish tomoshasi oldimdan tovushsiz o'tib ketdi. Yupqa kul qatlami ostida xira ko'rinadigan olov nuri kabi, panoramali manzaraga mayin nur sochdi.

Mening tanam ko'plab soyalardan biriga o'xshardi, garchi u harakatsiz bo'lsa-da, boshqalari esa jimgina u yoqdan bu yoqqa uchib yurishardi. Bir nechta bolalar, do'stlarim, yaqinlashib, yonimdan o'tib ketishdi; garchi ular menga to'g'ridan-to'g'ri qarashgan bo'lsa-da, uni tanib bo'lmasdi.

Noyob pantomima menga so'z bilan ifodalab bo'lmaydigan zavq bag'ishladi. Men baxtli buloqdan chuqur ichdim. To'satdan ko'kragimga usta Mahasaya yana bir yumshoq zarba berdi. Dunyoning shov-shuvi istamagan quloqlarimga urildi. Men go'yo gossamer tushidan qattiq uyg'ongandek gandiraklab qoldim. Transsendental sharob qo'limdan nariga o'tib ketdi.

"Janob, ko'ryapmanki, siz o'zingizga yoqqan ikkinchi bioskopni topdingiz." Avliyo jilmayib turardi; men uning oldida minnatdorchilik bilan yerga yiqildim. "Endi menga bunday qila olmaysiz; Xudo sizning ma'badingizda ham borligini bilasiz! Men Ilohiy Onaning oyoqlarimga qo'llaringiz orqali tegishiga yo'l qo'ymayman!"

Agar kimdir biz gavjum yo'lakdan uzoqlashayotganimizda sodda usta va meni kuzatgan bo'lsa, tomoshabin bizni mast deb gumon qilgan bo'lishi mumkin. Men tushayotgan soyalarni his qildim. Kechqurun biz Xudo bilan hamdardlik bilan mast edik. Zulmat tungi hushidan ketganda, Men yangi tongni o'zimning ekstatik kayfiyatimdan mahrum holda qarshi oldim. Lekin xotiramda abadiy muhrlanib qolgan narsa Ilohiy Ona-Ustoz Mahasayaning serafik o'g'li!

Uning mehribonligiga yomon so'zlar bilan haqorat qilishga urinib, men hayronman, ustoz Mahasaya va mening yo'llarimni kesib o'tgan chuqur tasavvurli avliyolar qatoridagi boshqa odamlar yillar o'tib, G'arb mamlakatida men ularning ilohiy

izdoshlar sifatidagi hayotlari haqida yozishimni bilishganmikan? Ularning oldindan bilishi meni ham, umid qilamanki, men bilan shu paytgacha yetib kelgan o'quvchilarimni ham ajablantirmaydi.

.....
9-1 : Bular bor hurmatli sarlavhalar tomonidan qaysi u edi odatdagidek murojaat qilindi. Uning ism edi Mahendra Nat Gupta; u adabiy asarlariga shunchaki "M" deb imzo chekdi.

shunday a ko'rinish. Shunday qilib, usta Mahasayaning so'z tanlashi o'ziga xos tarzda oqlandi.

BOB: 10

Men Uchrashuv Mening Ustoz, Shri Yuktesvar

"Xudoga ishonish har qanday mo'jizani yaratishi mumkin, faqat bittasi - o'qimasdan imtihondan o'tish." Men yoqimsiz tuyg'u bilan bo'sh vaqtimda olgan kitobimni yopdim.

"Yozuvchining istisnosi uning mutlaqo ishonchsizligini ko'rsatadi", deb o'yladim men.
"Bechora yigit, u yarim tunda nashr etiladigan moyni juda hurmat qiladi!"

Otamga bergan va'dam o'rta maktabni tugatish edi. Men o'zimni tirishqoq tuta olmayman. O'tgan oylar davomida sinfda Kalkutta cho'milish *ghatlari bo'ylab tanho joylarga qaraganda kamroq uchradim* . Qo'shni krematoriya maydonlari, ayniqsa kechalari dahshatli, juda... ko'rib chiqilgan juda jozibali tomonidan ... yogi. U JSSV bo'lardi topish ... O'lmas Mohiyat kerak Bir nechta bezaksiz bosh suyaklaridan qo'rqmang. Insonning qobiliyatsizligi turli suyaklarning qorong'u maskanida yaqqol ko'rinadi. Shunday qilib, mening yarim tunda hushyorligim olimnikidan boshqacha edi.

Hindu o'rta maktabida yakuniy imtihonlar haftasi tez yaqinlashib kelayotgan edi. So'roq davri, qabriston arvohlari kabi, taniqli dahshatni ilhomlantiradi. Shunga qaramay, ongim xotirjam edi. Arvohlarga qarshi kurashib, men ma'ruza zallarida topilmaydigan bilimni qazib chiqardim. Lekin unda bir vaqtning o'zida ikki joyda osongina paydo bo'lgan Swami Pranabananda san'ati yo'q edi. Mening ta'limdagi muammoim, shubhasiz, Cheksiz Ixtiro masalasi edi. Bu mening mulohazalarim edi, garchi ko'pchilik uchun bu mantiqsiz bo'lib tuyulsa ham. Muxlisning mantiqsizligi Xudoning muammodagi mavjudligining minglab tushunarsiz namoyishlaridan kelib chiqadi.

"Salom, Mukunda! So'nggi paytlarda seni deyarli ko'rmayapman!" Bir kuni tushdan keyin Gurpar yo'lida sinfdoshim menga murojaat qildi.

"Salom, Nantu! Maktabdagi ko'rinmasligim meni juda noqulay ahvolga solib qo'ydi."

Uning do'stona nigohi ostida o'zimni yengil tortdim.

Nantu, JSSV edi a yorqin talaba, kuldi chin dildan; mening qiyin ahvol edi emas holda a komiks

jihat.

"Siz bor butunlay tayyorgarliksiz uchun ... final! Men taxmin qilish uni bu yuqoriga ga meni ga yordam sen!"

Bu oddiy so'zlar qulog'imga ilohiy va'dani yetkazdi; men do'stimning uyiga shoshilinch ravishda tashrif buyurdim. U o'qituvchilar tomonidan qo'yilishi mumkin deb hisoblagan turli muammolarning yechimlarini mehr bilan bayon qildi .

"Bu savollar ko'plab ishonchli bolalarni imtihon tuzog'iga ilintiradigan o'lja. Mening javoblarimni eslab qoling, shunda siz jarohatsiz qutulasiz."

Ketganimda tun allaqachon o'tib ketgan edi. Tajribasiz bilimga to'lib, keyingi bir necha muhim kunlarda ham shu tuyg'u saqlanib qolishini chin dildan ibodat qildim. Nantu menga turli fanlar bo'yicha murabbiylik qilgan edi, ammo vaqt o'tishi bilan sanskrit tili kursimni unutib qo'ygan edi. Xudoga bu beparvolikni astoydil eslatdim .

Ertasi kuni ertalab yangi bilimlarimni tebranayotgan qadam tovushlari ritmiga moslashtirib, qisqa sayrga chiqdim. Burchakdagi begona o'tlar orasidan qisqa yo'l bosib o'tayotganimda, ko'zim bir nechta bo'shashgan bosma varaqlarga tushdi. G'alaba qozongan sakrash ularning sanskrit oyatlari ekanligini isbotladi. Men qoqilib ketgan talqinimda yordam so'rab, ekspertga murojaat qildim. Uning boy ovozi havoni qadimgi tilning cheksiz, asaldek go'zalligi bilan to'ldirdi. **10-1**

"Bu ajoyib misralar sizning sanskritcha testingizda yordam bera olmaydi." Olim ularni shubha bilan rad etdi.

Lekin o'sha she'r bilan tanishligim ertasi kuni sanskrit imtihonidan o'tishimga imkon berdi. Nantuning ko'rsatgan aqlli yordami tufayli men boshqa barcha fanlar bo'yicha muvaffaqiyat uchun minimal ball oldim.

Otam so'zimga turib, o'rta maktabni tugatganimdan xursand edi. Nantuga tashrif buyurganimda va vayronalarga to'la maydonning odatiy bo'lmagan yo'lidan yurganimda yagona yo'l-yo'riqni ko'rgan Xudoga minnatdorchilik bildirdim. U meni qutqarish uchun o'z vaqtida qilingan rejasini hazil bilan ifodalagan edi.

Imtihon zallarida muallifi Xudoning ustuvorligini inkor etgan tashlab ketilgan kitobga duch keldim. O'zimning jimgina izohimdan kulgim kelmadi:

"Agar men unga jasadlar orasida ilohiy meditatsiya o'rta maktab diplomiga olib boradigan qisqa yo'l ekanligini aytsam, bu yigitning sarosimasini yanada kuchaytiradi!"

Yangi qadr-qimmatim bilan endi uydan chiqib ketishni ochiqchasiga

rejalashtirayotgan edim. Yosh do'stim Jitendra Mazumdar bilan birga, **10-2** Men Benaresdagi Mahamandal monastiriga qo'shilishga va uning ruhiy intizomini olishga qaror qildim.

Bir kuni ertalab oilamdan ajralish xayolimga kelib, vayronagarchilikka to'ldim. Onamning o'limidan beri, ayniqsa, ikki ukam Sananda va unga bo'lgan mehr-muhabbatim yanada oshdi.

sadhanamda juda ko'p sahnalarga guvoh bo'lgan kichkina chordoqqa, chekinishga shoshildim . **10-3** Ikki soatlik ko'z yoshlar oqimidan so'ng, o'zimni alkimyoviy tozalagich ta'sirida o'zgargandek his qildim. Barcha qo'shimchalar **10-4** g'oyib bo'ldi; Xudoni do'stlarning Do'sti sifatida izlashga bo'lgan qat'iy qarorim ichimda granit kabi joylashdi. Men tezda sayohatga tayyorgarlik ko'rdim.

"Men oxirgi iltimosimni qilaman." Otamning oldida oxirgi duo uchun turganimda xafa bo'ldi. "Meni va qayg'uga botgan aka-uka va opa-singillaringizni tashlab ketmang."

"Muhtaram Ota, sizga bo'lgan sevgimni qanday ayta olaman! Lekin menga yer yuzida mukammal ota sovg'asini bergan Samoviy Otaga bo'lgan sevgim bundan ham buyukroq. Meni qo'yib yuboring, toki bir kun kelib ilohiy tushuncha bilan qaytib kelay."

Ota-onamning ikkilanib roziligi bilan men allaqachon Benaresda joylashgan Jitendraga qo'shilishga yo'l oldim. Men yetib kelganimda, yosh bosh svami Dyananda meni samimiy kutib oldi. Uzun bo'yli, ozg'in, o'ychan qiyofali u menga yoqimli taassurot qoldirdi. Uning oq yuzi Buddaga o'xshash xotirjamlikka ega edi.

Yangi uyimda chordoq borligidan xursand bo'ldim, u yerda tong otguncha vaqt o'tkazishga muvaffaq bo'ldim. Meditatsiya amaliyotlari haqida deyarli hech narsa bilmagan ashram a'zolari mening butun vaqtimni tashkiliy ishlarga sarflashim kerak deb o'ylashdi. Ular mening ofislaridagi tushdan keyingi ishim uchun meni maqtashdi.

"Xudoni bunchalik tez ushlashga urinmang!" Bu masxara mening hamkasbimdan biriga hamroh bo'ldi. chordoq tomon erta jo'nab ketish. Men Dyanandaning oldiga bordim, uning Gang daryosiga qaragan kichik muqaddas joyida band edim.

"Swamiji, **10-5** Bu yerda mendan nima talab qilinayotganini tushunmayapman. Men Xudoni to'g'ridan-to'g'ri idrok etishni izlayapman. Usiz men aloqadorlik, e'tiqod yoki yaxshi ishlarni bajarishdan qoniqolmayman.

To'q sariq xalat kiygan ruhoniylar meni mehr bilan yupatdi. U soxta tanbeh berib, yaqin atrofdagi bir nechta shogirdlariga tanbeh berdi. "Mukundani bezovta qilmang. U bizning yo'llarimizdan o'rganadi."

Men shubhamni xushmuomalalik bilan yashirdim. Talabalar xonani tark etishdi, ular jazoga haddan tashqari egilmasdan. Dyananda menga yana bir nechta gap aytmoqchi edi.

"Mukunda, otang senga muntazam ravishda pul jo'natayotganini ko'ryapman. Iltimos, uni unga qaytarib ber; bu yerda senga hech narsa kerak emas. Tartib-intizoming uchun ikkinchi buyruq ovqat bilan bog'liq. Hatto och qolganingda ham

bu haqda gapirma."

Ko'zlarimda ochlik chaqnab ketdimi yoki yo'qmi, bilmasdim. Ochligimni juda yaxshi bilardim. Birinchi ziyoratgoh taomining o'zgarmas vaqti peshin soat o'n ikki edi. Men o'z uyimda soat to'qqizda katta nonushta qilishga o'rganib qolgan edim.

Uch soatlik tanaffus kun sayin cheksiz bo'lib borardi. Oshpazni o'n daqiqalik kechikish uchun tanbeh berishim mumkin bo'lgan Kalkutta yillari o'tib ketdi. Endi ishtahamni jilovlashga harakat qildim; bir kuni yigirma to'rt soatlik ro'za tutdim. Keyingi peshinni ikki karra ishtiyoq bilan kutdim.

"Dyanandajining poyezdi kechikdi; u kelmaguncha ovqat yemaymiz." Jitendra menga bu dahshatli xabarni olib keldi. Ikki hafta davomida yo'q bo'lgan svamini kutib olish imo-ishorasi sifatida ko'plab noz-ne'matlar tayyor edi. Havoni ishtahani ochadigan hid qamrab oldi. Kechagi ro'za tutganimizdan faxrlanishdan boshqa hech narsa taklif qilinmasdi, yana nimani yutib yuborish mumkin edi?

"Xudo poyezdni tezlashtirsin!" Menimcha, Samoviy Ta'minotchi Dyananda meni jim qilgan taqiqqa deyarli kiritilmagan. Biroq, Ilohiy Diqqat boshqa joyda edi; harakatlanayotgan soat qoplangan ... soat. Zulmat edi pastga tushuvchi sifatida bizning yetakchi kirdi ... eshik. Mening Salomlashish soxta quvonch edi.

"Dyanandaji ovqat tortishdan oldin cho'milib, meditatsiya qiladi." Jitendra yana menga yomon niyatli qushdek yaqinlashdi.

Men deyarli yiqilib tushayotgan edim. Yosh, muhtojlikni his qilgan oshqozonim g'azab bilan norozilik bildirdi. Ochlik qurbonlarining suratlari oldimda arvohlar kabi o'tib ketdi.

«Benaresning keyingi ochlikdan o'limi shu yerda darhol bo'lishi kerak», deb o'yladim men. Yaqinlashib kelayotgan halokat soat to'qqizda bartaraf etildi. Dahshatli chaqiruv! Xotirada bu taom hayotning eng zo'r soatlaridan biri sifatida yorqin aks etgan.

Kuchli mashg'ulot menga Dyanandaning beparvo ovqatlanayotganini payqashga imkon berdi. U mening shafqatsiz zavqlarimdan ustun edi shekilli.

"Svamiji, emas edilar siz ochmisiz?" Baxtli ravishda to'yib ketgan, Men edi yolg'iz bilan ... yetakchi ichida uning o'rganish.

"Ha! So'nggi to'rt kunni ovqat va ichimliksiz o'tkazdim. Men hech qachon poyezdlarda ovqatlanmayman, dunyoviy odamlarning turli xil tebranishlariga to'laman. Men shastrik 10-6 ga qat'iy rioya qilaman. mening maxsus tartibdagi rohiblar uchun qoidalar.

"Tashkiliy ishimizning ayrim muammolari xayolimda. Bugun kechqurun uyda kechki ovqatni unutib qo'ydim. Nima shoshilyapti? Ertaga yaxshilab ovqatlanib olaman." U xursand bo'lib kuldi.

Uyat ichimda bo'g'ilish kabi tarqaldi. Ammo qiynoqlarimning o'tgan kuni osongina unutilmadi; men yana bir gap aytishga jur'at etdim.

"Swamiji, men hayronman. Sizning ko'rsatmalarigizga amal qilib, men hech qachon ovqat so'ramaganman va hech kim menga ovqat bermagan deb faraz qilaylik. Men ochlikdan o'lishim kerak."

"Unda o'l!" Bu xavotirli maslahat havoni ikkiga bo'lib yubordi. "Agar kerak bo'lsa, o'l Mukunda! Hech qachon Xudoning kuchi bilan emas, balki oziq-ovqat kuchi bilan yashayotganingizni tan olmang! Har qanday ozuqani yaratgan, ishtahani bergan Zot, albatta, Uning bandasi ta'minlanishini ko'radi! Guruch sizni ta'minlaydi, yoki pul yoki odamlar sizni qo'llab-quvvatlaydi deb o'ylamang! Agar Rabbingiz hayot nafasingizni tortib olsa, ular yordam bera oladimi? Ular shunchaki Uning bilvosita vositalari. Ovqat sizning biron bir mahoratingiz bilan oshqozoningizda hazm bo'ladimi? Farqlash qilichingizni ishlating, Mukunda! Kesing

orqali ... zanjirlar ning agentlik va sezish ... Yagona Sabab!

Uning o'tkir so'zlari chuqur ilikka kirib borayotganini ko'rdim. Jismoniy imperativlar ruhni mag'lub etadigan azaliy xayol yo'qoldi. Shu yerda men Ruhning barcha narsaga yetarli ekanligini tatib ko'rdim. Keyingi hayotimda, tinimsiz sayohatlarim davomida, qancha g'alati shaharlarda, Benares qabristonida bu saboqning foydaliligini isbotlash uchun imkoniyat paydo bo'ldi!

Kalkuttadan menga hamroh bo'lgan yagona xazina onam menga vasiyat qilgan SADHuning kumush tumori edi. Uni yillar davomida saqlab kelganimdan so'ng, endi uni ashram xonamda ehtiyotkorlik bilan yashirgan edim. Talisman guvohligidagi quvonchimni yangilash uchun bir kuni ertalab qulflangan qutini ochdim. Muhrlangan qopqoq tegmagan holda, tumor yo'q edi. Qayg'u bilan konvertni yirtib ochdim va aniq ishonch hosil qildim. SADHuning bashoratiga ko'ra, u uni chaqirgan havoga g'oyib bo'lgan edi.

Dyanandaning izdoshlari bilan munosabatlarim tobora yomonlashib borardi. Oila a'zolari begonlashib ketishdi, Uydan chiqib ketgan idealim va barcha dunyoviy ambitsiyalarim haqida mulohaza yuritishga qat'iy rioya qilishim har tomondan yuzaki tanqidlarga sabab bo'ldi.

Ruhiy azob-uqubatlardan qiynalib, bir tong saharda chordoqqa kirib, javob olinmaguncha ibodat qilishga qaror qildim .

"Olamning mehribon onasi, menga vahiyalar orqali yoki Sen yuborgan guru orqali o'zingni o'rgat!"

O'tayotgan soatlar mening yig'i-sig'i bilan iltijolarimni javobsiz qoldirdi. To'satdan o'zimni chegaralanmagan doiraga jismonan ko'tarilgandek his qildim.

"Sening Usta keladi bugun!" A ilohiy ayollarga xos ovoz keldi dan hamma joyda va hech qayerda.

Bu g'ayrioddiy tajriba ma'lum bir joydan kelgan qichqiriq bilan yoritilgan edi. Pastki qavatdagi oshxonadan menga Habu laqabli yosh ruhoniy qo'ng'iroq qilardi.

"Mukunda, yetarli ning meditatsiya! Siz bor zarur edi uchun bir topshiriq.

Boshqa kuni sabrsizlik bilan javob bergan bo'lardim; endi ko'z yoshlarimdan shishgan yuzimni artib, chaqiruvga itoatkorlik bilan bo'ysundim. Habu bilan birga Bengal tilidagi uzoq bozorga yo'l oldik. bo'lim ning Benares. The muloyim hind quyosh edi emas hali da zenit sifatida biz qilingan bizning xaridlar Bozorlarda. Biz uy bekalari, yo'lboshchilar, ruhoniylar, oddiygina kiyingan bevalar, hurmatli brahmanlar va hamma joyda uchraydigan muqaddas buqalar orasidan o'tib ketdik. Ko'zga tashlanmaydigan yo'lakdan o'tib, boshimni o'girib, tor yo'lni kuzatdim.

Yo'l oxirida, svami libosidagi Masihga o'xshash bir kishi qimirlamay turardi. U darhol va qadimiy tanishdek tuyuldi; nigohim bir oz ochko'zlik bilan tikildi. Keyin shubha meni qamrab oldi.

"Siz bor chalkashtirib yuboradigan bu kezib yuruvchi rohib bilan kimdir ma'lum ga sen," Men o'yladi. "Xayolparast, sayr qilish

yoqilgan."

O'n daqiqadan so'ng, oyoqlarim qattiq karaxt bo'lib qoldi. Go'yo toshga aylangandek, ular meni uzoqroqqa olib keta olmadilar. Zo'rg'a orqamga o'girildim; oyoqlarim yana normal holatga qaytdi. Qarama-qarshi tomonga qaradim; yana g'alati og'irlik meni ezdi.

"Avliyo meni o'ziga jalb qilyapti!" Shu fikr bilan men posilkalarni Habuning qo'llariga to'pladim. U mening beqaror oyoq harakatlarimni hayrat bilan kuzatib turardi va endi kulib yubordi .

"Nima kasalliklar sizmi? Are siz aqldan ozganmi?"

Mening shovqinli hissiyot oldini oldi har qanday javob berish; Men tezlikni oshirdi jimgina uzoqda.

Qanotli kiyim kiygandek orqaga qaytib, tor yo'lakka yetib keldim. Tez nigoh bilan menga qarab turgan jimgina odamni ko'rdim. Bir necha qadam tashladim va men uning oyoqlari ostida edim.

"Gurudeva!" **10-7** Ilohiy yuz mening minglab vahiylarimdagi odamdan boshqa hech kim emas edi. Bu xotirjam ko'zlar, uchli soqolli va to'lqinli sochlari bilan, tungi xayollarimning qorong'uligidan tez-tez tikilib turardi, men to'liq tushunmagan va'dani ushlardi.

"Ey o'zimmikiga, sen mening oldimga kelding!" Ustozim bu so'zlarni qayta-qayta bengal tilida takrorladi, ovozi quvonchdan titradi. "Seni necha yil kutdim!"

Biz sukunat birligiga kirdik; so'zlar eng yuqori darajada ortiqcha bo'lib tuyuldi. Notiqlik ustozning qalbidan shogirdga tovushsiz qo'shiq sifatida oqib o'tdi. Men o'zimning guruh Xudoni bilishini va meni Unga olib borishini his qildim. Bu hayotning qorong'uligi tug'ruqdan oldingi xotiralarning nozik tongida g'oyib bo'ldi. Dramatik vaqt! O'tmish, hozirgi va kelajak uning aylanishidir. sahnalar. Bu meni bu muqaddas oyoqlar oldida topgan birinchi quyosh emas edi!

Ustozim qo'limni uning qo'lga berib, meni shaharning Rana Mahal qismida joylashgan vaqtinchalik turar joyiga olib bordi. Uning sportchi gavdasi mustahkam qadamlar bilan harakatlanardi. Uzun bo'yli, tik, o'sha paytda ellik besh yoshlar atrofida bo'lgan u faol edi. va yosh yigitdek baquvvat edi. Uning qora ko'zlari katta, cheksiz donolik bilan go'zal edi. Yengil jingalak sochlari hayratlanarli kuchga ega yuzni yumshatardi. Kuch muloyimlik bilan nozik birlashdi.

Biz Gang daryosiga qaragan uyning tosh balkoniga chiqayotganimizda, u mehr bilan dedi:

"Men vasiyatnoma berish siz mening ermitajlar va hammasi Men egalik qilish."

"Janob, Men kelmoq uchun donolik va Xudo bilan aloqa. Ular bor sizning xazinato'dalar Men ertalab keyin!"

Tezkor hind alacakaranlığı xo'jayinim yana gapirmasdan oldin yarim pardasini tushirib yubordi. Uning ko'zlarida cheksiz mehr aks etgan edi.

"Men berish siz mening shartsiz sevgi."

Qimmatbaho so'zlar! Uning sevgisining yana bir qulog'i bilan isbotini ko'rishimdan oldin chorak asr o'tdi. Uning lablari g'alati ehtirosga to'la edi; sukunat uning okean qalbiga aylandi.

"Menga ham xuddi shunday shartsiz mehrni berasanmi?" U menga

bolalarcha ishonch bilan qaradi. "Men seni abadiy sevaman, Gurudeva!"

"Oddiy sevgi xudbinlikdir, orzu va qoniqishlarga qorong'u ildiz otgan. Ilohiy sevgi shartsiz, chegarasiz, o'zgarishsizdir. Inson qalbining oqimi sof sevgining o'zgaruvchan teginishi bilan abadiy yo'qoladi." U kamtarlik bilan qo'shimcha qildi: "Agar meni Xudoni anglash holatidan tushib qolganimni ko'rsangiz, iltimos, boshimni tizzangizga qo'yishga va ikkalamiz ham sajda qiladigan Kosmik Sevgilimga qaytarishga yordam berishga va'da bering."

Keyin u to'lib borayotgan qorong'ulikda o'rnidan turdi va meni ichki xonaga boshlab bordi. Mango va bodom shirinliklarini yeb o'tirganimizda, u suhbatiga mening tabiatim haqidagi chuqur bilimlarni bemalol qo'shdi. Men uning donoligining ulug'vorligidan, tug'ma kamtarlik bilan ajoyib tarzda uyg'unlashganidan hayratda qoldim.

"Tumoringiz uchun qayg'urmang. U o'z vazifasini bajardi." Ilohiy oyna kabi, mening ustozim butun hayotimning aksini ko'rgan ko'rinadi.

"The yashash haqiqat ning sizning mavjudlik, Ustoz, bu quvonch undan tashqarida har qanday ramz."

"Bu bu vaqt uchun a o'zgarish, juda sifatida siz bor baxtsiz holda joylashgan ichida ... ermitaj."

Men hayotim haqida hech narsa demagan edim; endi ular ortiqchadek tuyulardi! Uning tabiiy, bema'ni fe'lidan, men uning bashoratidan hayratda qolgan eyakulyatsiyalarni xohlamasligini angladim.

"Siz kerak borish orqaga ga Kalkutta. Nima uchun chiqarib tashlash qarindoshlar dan sizning sevgi ning insoniyatmi?"

Uning taklifi meni xafa qildi. Oilam mening qaytishimni bashorat qilayotgan edi, garchi men xat orqali kelgan ko'plab iltimoslarga javob bermagan bo'lsam ham. "Yosh qushni metafizik osmonda uchiring", dedi Ananta. "Uning qanotlari og'ir atmosferada charchaydi. Biz uni hali ham uyga qarab uchib, qanotlarini yig'ib, oilaviy uyamizda kamtarlik bilan dam olayotganini ko'ramiz." Bu umidsizlikka soluvchi o'xshatish xayolimda yangilanib, men Kalkutta tomon "uchmaslikka" qaror qildim.

"Janob, men uyga qaytmayman. Lekin men sizni qayerga borsangiz ham kuzatib boraman. Iltimos, menga manzilingizni va ismingizni ayting."

"Svami Sri Yuktesvar Giri. Mening bosh ibodatxonam Seramporda, Rai Ghat ko'chasida. Men bu yerda onamni atigi bir necha kunga ko'rmoqchiman."

Men Xudoning O'z izdoshlari bilan murakkab o'yiniga hayron bo'ldim. Serampor Kalkuttadan atigi o'n ikki mil uzoqlikda joylashgan, ammo bu hududlarda men hech qachon o'z ustozimni ko'rmagan edim. Biz uzoq vaqt sayohat qilishimiz kerak edi.

Lahiri Mahasaya xotiralari bilan muqaddaslangan qadimiy Kasi (Benares) shahri bilan uchrashuvimiz. Bu yerda ham Budda, Shankaracharya va boshqa yogi-masihylarning oyoqlari tuproqqa baraka bergan edi.

"To'rt hafta ichida mening oldimga kelasiz." Shri Yuktesvarning ovozi birinchi marta gattiq edi. "Endi men abadiy mehrimni aytdim va sizni topganimdan xursandligimni ko'rsatdim - shuning uchun siz mening iltimosimni e'tiborsiz qoldirasiz. Keyingi safar uchrashganimizda, siz mening qiziqishimni qayta uyg'otishingiz kerak bo'ladi: men sizni osongina shogird sifatida qabul qilmayman. Mening qat'iy ta'limimga itoat qilish orqali to'liq taslim bo'lish kerak ."

Men o'jarlik bilan jim qoldim. Ustozim qiyinchiliklarimni

osongina tushundi. "Qarindoshlaringiz sizga kulishadi deb

o'ylaysizmi?"

"Men vasiyatnoma emas qaytish."

"Siz vasiyatnoma qaytish ichida o'ttiz kunlar."

"Hech qachon." Uning oyoqlariga hurmat bilan egilib, bahsli vaziyatni yumshatmasdan chiqib ketdim. Yarim tunda zulmatda yo'limni bosib o'tdim, nega mo'jizaviy uchrashuv noaniq notada tugaganiga hayron bo'ldim. Har bir quvonchni qayg'u bilan muvozanatlashtiradigan *mayaning ikki tomonlama tarozisi* ! Yosh yuragim hali gurumning o'zgaruvchan barmoqlariga moyil emas edi.

Ertasi kuni ertalab men monastir a'zolarining munosabatida adovat kuchayib borayotganini payqadim. Kunlarim doimiy qo'pollik bilan o'tib ketdi. Uch hafta ichida Dyananda Bombeydagi konferensiyaga borish uchun ashramni tark etdi; baxtsiz boshimga vabo tushdi.

"Mukunda parazit, u munosib javob bermasdan, merosxo'rlik mehmondo'stligini qabul qiladi." Bu gapni eshitib, birinchi marta otamga pulimni qaytarib yuborish iltimosiga bo'ysunganimdan afsuslandim. Yuragim og'ir bo'lib, yagona do'stim Jitendrani qidirdim.

"Men ertalab ketish. Iltimos yetkazib berish mening hurmatli pushaymonlar ga Dyanandaji qachon u qaytadi."

"Men ham ketaman! Bu yerda meditatsiya qilishga urinishlarim siznikidan ko'ra ko'proq foyda keltirmaydi." Jitendra qat'iyat bilan gapirdi.

"Men ega bo'lish uchrashdi a Masihga o'xshash avliyo. Ruxsat bering bizni tashrif uni ichida Serampore."

Va shunday ... "qush" tayyorlangan ga "sho'ng'ish" xavfli tarzda yopish ga Kalkutta!

.....
10-1 : *Sanskritcha* , sayqallangan; to'liq. Sanskritcha bu ... eng kattasi opa-singil ning hammasi Hind-Yevropa tillar. Uning alifbo tartibida skript *Devanagari* so'zi tom ma'noda "ilohiy maskan" degan ma'noni anglatadi . "Mening grammatikaimni kim biladi, Xudoni biladi!" Qadimgi Hindistonning buyuk filologi Panini sanskrit tilidagi matematik va psixologik mukammallikka shunday hurmat bajo keltirgan. Tilni o'z uyasiga kuzatib boradigan kishi, albatta, hamma narsani biluvchi bo'lib tugashi kerak.

10-2 : U edi emas Jatinda (Jotin Ghosh), JSSV vasiyatnoma bo'lish eslab qoldi uchun uning o'z

vaqtida jirkanish ga yo'lbarslar! 10-3: Xudoga yo'l yoki dastlabki yo'l.

10-4 : Hindu Muqaddas Kitoblar o'rgatish bu oila ilova bu xayoliy agar uni oldini oladi ... dindor dan izlash ... Beruvchi ning barcha ne'matlar, shu jumladan ... bitta ning mehribon qarindoshlar, emas ga eslatib o'tish hayot o'zi. Iso shunga o'xshash o'rgatilgan: "JSSV bu mening ona? Mening birodarlarim kimlar? (*Matto* 12:48).

10-5 : *Ji* bu a odatiy hurmatli qo'shimcha, ayniqsa ishlatilgan ichida to'g'ridan-to'g'ri manzil; shunday qilib "svamiji," "guruji", "Sri Yukteswarji," "paramhansaji."

10-6 : Tegishli ga ... *shastralar* , tom ma'noda, "muqaddas kitoblar," o'z ichiga olgan to'rtta sinflar ning Muqaddas Kitob: ... *shruti*, *smriti*, *purana* va *tantra* . Bular keng qamrovli risolalar qopqoq har bir jihat ning diniy va ijtimoiy hayot, va ... dalalar ning qonun, tibbiyot, arxitektura, san'at va boshqalar. Shrutilar " to'g'ridan-to'g'ri eshitilgan" yoki "vahiy qilingan" muqaddas yozuvlar, *Vedalardir* . *Smritlar* yoki "eslab qolingani" rivoyatlar nihoyat uzoq o'tmishda dunyodagi eng uzun epik she'rlar - *Mahabharata* va ... sifatida yozib qoldirilgan. *Ramayana* . *Puranalar* bor so'zma-so'z "qadimgi" allegoriyalari; *tantralari* so'zma-so'z ma'nosi "marosimlar" yoki "marosimlar"; bular risolalar batafsil ramziylik pardasi ostida chuqur haqiqatlarni yetkazing.

10-7 : "Ilohiy o'qituvchi," ... odatiy Sanskritcha muddat uchun bironing ma'naviy ustoz. Men ega bo'lish ko'rsatilgan uni ichida Inglizcha sifatida shunchaki "Ustoz".

BOB: 11

Ikki Pulsiz O'g'il bolalar Ichkarida Brindaban

"Agar otam seni merosdan mahrum qilsa, bu senga to'g'ri keladi, Mukunda! Qanchalik ahmoqona hayotingni barbod qilyapsan!" Akaning va'zi qulog'imga qattiq ta'sir qildi.

Jitendra va men, poyezddan yangi kelgan edik (shunchaki majoziy ma'noda; biz changga botgan edik), yaqinda Kalkuttadan qadimiy Agra shahriga ko'chib o'tgan Anantaning uyiga yetib kelgan edik. Aka Bengal-Nagpur temir yo'lida nazoratchi buxgalter edi.

"Bilasizmi, Ananta, men merosimni Samoviy Otadan izlayman."

"Avval pul; keyin Xudo kelishi mumkin! Kim biladi? Hayot juda

uzoq bo'lishi mumkin." "Avval Xudo; pul Uning quli! Kim biladi?

Hayot juda qisqa bo'lishi mumkin."

Mening javobim lahzaning zarurati bilan chaqirilgan edi va hech qanday oldindan sezilmasdi. Shunga qaramay, vaqt varaqlari Ananta uchun erta yakuniy natijaga

erishdi; bir necha yil o'tgach, **11-1** U banknotalar na birinchi, na oxirgi marta ishlatilmaydigan yurtga kirdi.

"Dindorlik, shekilli! Lekin ko'ryapmanki, siz Benaresni tark etgansiz." Anantaning ko'zlari mamnuniyat bilan chaqnab ketdi; u baribir mening qanotlarimni oilaviy uyaga mahkamlashga umid qildi.

"Benaresdagi sayohatim behuda ketmadi! Men u yerda yuragim orzu qilgan hamma narsani topdim! Ishonchingiz komil bo'lsin, bu sizning ekspertingiz yoki uning o'g'li emas edi!"

Ananta menga eslatuvchi kulgi bilan qo'shildi; u tanlagan Benares "folbin"i uzoqni ko'ra olmaydigan odam ekanligini tan olishga majbur bo'lgan edi.

"Nima bor sizning rejalar, mening kezib yuruvchi aka?"

"Jitendra meni Agraga ko'ndirdi. Biz Toj Mahalning go'zalliklarini tomosha qilamiz 11-2 "Mana bu yerda", deb tushuntirdim. "Keyin biz Seramporda ziyoratgohi bor yangi topilgan guruning oldiga boramiz."

Ananta bizning qulayligimiz uchun mehmondo'stlik bilan tayyorgarlik ko'rdi. Kechqurun bir necha bor uning nigohi menga o'ychanlik bilan tikilib qolganini payqadim.

"Men bilish bu qara! Men o'yladi. "A fitna bu pivo tayyorlash!

The yakun oldi joy davomida bizning erta nonushta.

"Demak, siz o'zingizni otangizning boyligidan mutlaqo mustaqil his qilasiz." Ananta kechagi suhbatni davom ettirar ekan, uning nigohi begunoh edi.

"Men ertalab ongli ning mening qaramlik yoqilgan Xudo."

"So'zlar arzon! Hayot sizni shu paytgacha himoya qilib kelgan! Agar siz oziq-ovqat va boshpana uchun Ko'rinmas Qo'lga qarashga majbur bo'lsangiz, bu qanday og'ir ahvol! Tez orada ko'chalarda tilanchilik qilib yurgan bo'lardingiz!"

"Hech qachon! Men Xudodan ko'ra yo'lovchilarga ishonmasdim! U O'z bandasi uchun tilanchilik kosasidan tashqari minglab vositalarni o'ylab topishi mumkin!"

"Yana ritorika! Aytaylik, men sizning maqtanchoq falsafangizni bu moddiy dunyoda sinab ko'rishni taklif qilamanmi ?"

"Men bo'lardi roziman! Qil siz cheklash Xudo ga a spekulyativ dunyo?"

"Ko'ramiz; bugun sizda mening fikrlarimni kengaytirish yoki tasdiqlash imkoniyati bo'ladi!" Ananta dramatik bir lahzaga to'xtadi; keyin sekin va jiddiy gapirdi.

"Men sizni va shogirdingiz Jitendrani bugun ertalab yaqin atrofdagi Brindaban shahriga yuborishni taklif qilaman. Siz bir rupiya ham olmang; oziq-ovqat yoki pul so'ramang; qiyin ahvolingizni hech kimga aytmang; ovqatsiz yurmang; va

Brindabanda qolib ketmang. Agar siz bugun kechqurun soat o'n ikkidan oldin, sinovning biron bir qoidasini buzmasdan, mening bungalovimga qaytib kelsangiz, men Agradagi eng hayratda qolgan odam bo'laman!"

"Men bu chaqiriqni qabul qilaman." So'zlarimda ham, yuragimda ham hech qanday ikkilanish yo'q edi. Lahiriga murojaat qilish orqali halokatli vabodan davolanishim haqidagi minnatdor xotiralar chaqnab ketdi.

Mahasayaning surati; Lahor tomida Uma bilan birga ikkita varrakning o'ynoqi sovg'asi; tushkunligimdagi qulay tumor; punditning uyi tashqarisidagi noma'lum Benares *sadhu orqali hal qiluvchi xabar* ; Ilohiy Onaning vahiysi va Uning ulug'vor sevgi so'zlari; Ustoz Mahasaya orqali mening arzimas sharmandaliklarimga tezkor e'tibori; o'rta maktab diplomimni amalga oshirgan so'nggi daqiqadagi ko'rsatma; va umrbod orzular tumanidan tirik Ustozimni olib chiqqan eng katta ne'mat. Men hech qachon o'z "falsafam"ni dunyoning qattiq sinov maydonidagi hech qanday kurashga tengsiz deb tan ololmasdim!

— Sizning xohishingizga ishonasiz. Men sizni darhol poyezdgacha kuzatib qo'yaman. — Ananta og'zini ochgan Jitendra o'girildi. — Siz guvoh va, ehtimol, boshqa jabrlanuvchi sifatida borishingiz kerak!

Yarim soatdan keyin Jitendra bilan men qo'limizda kutilmagan safarimiz uchun bir tomonlama chiptalar bor edi. Biz vokzalning tanho burchagida o'zimizni tintuv qildik. Ananta bizda yashirin xazina yo'qligiga tezda amin bo'ldi; bizning oddiy *dhotis* **11-3** zaruratdan ortiq hech narsani yashirmadi.

Imon jiddiy moliyaviy sohalarga bostirib kirganida, do'stim norozilik bildirib dedi: "Ananta, menga bir yoki ikki rupiy kafolat sifatida bering. Keyin baxtsizlik yuz berganda sizga telegraf orqali xabar berishim mumkin."

"Jitendra!" Mening eyakulyatsiyam keskin tanbeh bilan chiqdi. "Agar siz oxirgi garov sifatida pul olsangiz, men testni davom ettirmayman."

"Tangalarning jaranglashida qandaydir taskin beruvchi narsa bor." Jitendra men unga jiddiy qarab turganimdan keyin boshqa gapirmadi.

"Mukunda, Men ertalab emas yuraksiz." A ishora ning kamtarlik bor edi sudralib yurdi ichiga Anantaning ovoz. Bu may bo'lish vijdoni uni qiynayotganini; ehtimol, ikkita to'lovga qodir bo'lmagan bolani notanish shaharga yuborgani uchun; balki o'zining diniy shubhasi uchun. "Agar tasodifan yoki inoyat bilan Brindaban sinovidan muvaffaqiyatli o'tsangiz, meni shogird sifatida qabul qilishingizni so'rayman."

Bu va'da noan'anaviy vaziyatga mos ravishda ma'lum bir nosimmetriklikka ega edi. Hind oilasidagi katta aka kamdan-kam hollarda kichik bolalari oldida ta'zim qiladi; u otadan keyingi hurmat va itoatkorlikni oladi. Lekin mening gapimga vaqt qolmadi; bizning poyezdimiz jo'nash nuqtasida edi .

Poyezdimiz bir necha kilometr yo'l bosib o'tayotganida Jitendra g'amgin sukut saqladi. Nihoyat u o'zini qo'zg'atdi; egilib, meni noqulay joydan og'riq bilan chimchiladi.

"Xudo keyingi ovqatimizni ta'minlayotganiga oid

hech qanday alomat ko'rmayapman!" "Jim bo'l,

shubhalanayotgan Tomas; Rabbimiz biz bilan

ishlayapti."

"Uning shoshilishini ham tashkil qila olasizmi? Men allaqachon oldimizda turgan narsadan ochman. Men Benaresdan Toj maqbarasini ko'rish uchun ketdim, o'z maqbaramga kirish uchun emas!"

"Dadil bo'l, Jitendra! Biz Brindabanning muqaddas mo''jizalarini birinchi marta ko'rishimiz kerak emasmi? **11- 4** "Men Lord Krishnaning oyoqlari ostida muqaddas yerni bosib o'tishni o'ylab, chuqur quvonchga to'laman."

Bizning kupemizning eshigi ochildi; ikki kishi o'tirishdi. Keyingi poyezd bekati oxirgi bo'lishi kerak edi.

"Yigitlar, Brindabanda do'stlaringiz bormi?" Ro'paramdagi notanish odam hayratlanarli darajada qiziqish bildirayotgan edi.

"Hech biri ning sizning biznes!" Qo'pollik bilan Men oldini oldi mening nigoh.

"Siz, ehtimol, Qalblar O'g'risining sehri ostida oilangizdan qochib ketayotgandirsiz. **11-5** Men o'zim ham dindorman. Sizlarga oziq-ovqat va bu jazirama issiqdan boshpana berishni o'zimning burchim deb bilaman.

"Yo'q, janob, bizni tinch qo'ying. Siz juda mehribonsiz; lekin bizni uydan qochgan deb hisoblashda adashyapsiz ."

Boshqa hech qanday suhbat bo'lmadi; poyezd to'xtadi. Jitendra bilan men platformaga tushayotganimizda, tasodifiy hamrohlarimiz biz bilan qo'llarini ushlab, ot taksisini chaqirishdi.

Biz yaxshi saqlangan maydonlarning doim yashil daraxtlari orasida joylashgan ulug'vor ibodatxona oldida to'xtadik. Bizning xayriyachilarimiz bu yerda taniqli edilar; jilmayib turgan bir yigit bizni hech qanday izohsiz mehmonxonaga boshlab bordi. Ko'p o'tmay bizga obro'li kekxa ayol qo'shildi.

— Gauri Ma, shahzodalar kela olishmadi. — Erkaklardan biri ashram styuardessasiga murojaat qildi. — Oxirgi lahzada ularning rejalari barbod bo'ldi; ular chuqur pushaymonliklarni yubordi. Lekin biz yana ikkita mehmonni olib keldik. Poyezdda uchrashishimiz bilan, men ularga Krishna Xudoning izdoshlari sifatida yaqinlashdim.



(*Chapdan o'ngga*) Jitendra Mazumdar, Brindabandagi "pulsiz sinov"dagi hamrohim; Lalit-da, amakivachcham; Swami Kebelananda ("Shastri Mahasaya"), mening avliyo sanskrit ustozim; men o'rta maktab yoshligimda



Ananda Moyi Ma
... Bengal tili "Quvonchga to'la Ona.



Himolay tog'laridagi Ranikhet yaqinidagi Drongiri tog'larida Babaji egallagan g'orlardan biri. Lahiri Mahasayaning nabirasi Ananda Mohan Lahiri (o'ngdan ikkinchi, oq kiyimda) va yana uchta dindor muqaddas joyni ziyorat qilmoqda.

— Xayr, yosh do'stlar. — Ikki tanishimiz eshik tomon yurishdi. — Xudo xohlasa, yana uchrashamiz.

— Marhamat, — Gauri Ma kutilmagan ikkita ayblovgacha onalik qiyofasi bilan jilmaydi. — Bundan yaxshi kuni kela olmas edingiz. Men bu yerning ikkita qirolik

homiysini kutayotgan edim. Agar mening oshpazim buni qadrlaydigan hech kimni topmasa, bu qanday achinarli!

Bu ishtahani ochuvchi so'zlar Jitendraga halokatli ta'sir ko'rsatdi: u yig'lab yubordi. Brindabanda qo'rqqan "istiqbol" qirollik o'yin-kulgisiga aylanayotgan edi; uning to'satdan ruhiy holatiga moslashishi unga juda katta ta'sir ko'rsatdi. Styuardessa unga qiziqish bilan qaradi, lekin hech qanday izoh bermadi; ehtimol u o'smirlikning o'ziga xos xususiyatlari bilan tanish edi.

Tushlik e'lon qilindi; Gauri Ma achchiq va mazali hidlarga to'la ayvonga yo'l oldi. U qo'shni oshxonaga kirib ketdi.

Men bu lahzani oldindan o'ylab yurgan edim. Jitendraning anatomiyasidagi mos joyni tanlab, poyezdda u menga berganidek kuchli chimdim.

"Shubha qilish Tomas, ... Lord ish joyida a shoshiling, ham!"

Styuardessa *pankha bilan qaytib kirdi*. U bizni sharqona uslubda yelpib turardi. Naqshinkor adyol o'rindiqlarga cho'kkalab o'tirishardi. Ashram shogirdlari o'ttizga yaqin taom bilan u yoqdan bu yoqqa o'tib ketishardi. "Ovqat" o'rniga bu ta'rif faqat "dabdabali nonushta" bo'lishi mumkin. Bu sayyoraga kelganimizdan beri Jitendra va men hech qachon bunday lazzatli taomlarni tatib ko'rmagan edik.

"Shahzodalarga mos taomlar, muhtaram onajon! Sizning qirollik homiylaringiz bu ziyofatda qatnashishdan ko'ra shoshilinchroq narsani topishlari mumkin edi, tasavvur ham qila olmayman! Siz bizga bir xotirani berdingiz. muddat!"

Anantaning talabi bizni jim qoldirgani uchun, minnatdorchiligimiz ikki barobar muhimligini xushmuomala xonimga tushuntira olmadik. Hech bo'lmaganda bizning samimiyligimiz oshkora edi. Biz uning duosi va marhumni qayta ko'rishga taklif bilan jo'nab ketdik.

Tashqaridagi jazirama shafqatsiz edi. Do'stim bilan ashram darvozasidagi ulug'vor kadamba daraxtiga boshpana topishga shoshildik. Keyin keskin so'zlar aytildi; Jitendra yana shubhalarga to'la edi.

"Meni juda yomon ahvolga solib qo'ydingiz! Tushlik shunchaki tasodifan omad keltirdi! Qanday qilib bu shaharning diqqatga sazovor joylarini o'rtamizda birorta ham piyola bo'lmasa ko'rishimiz mumkin? Qanday qilib meni Anantanikiga qaytarib olib borasiz?"

"Qorning to'yganidan keyin Xudoni tezda unutasan." Mening so'zlarim achchiq emas, ayblov edi. Ilohiy ne'matlar uchun inson xotirasi naqadar qisqa! Hech bir inson ibodatlarining ijobat bo'lishini ko'rmagan holda yashamaydi.

"Men ertalab emas ehtimol ga unutish mening ahmoqlik ichida tashabbus ko'rsatish tashqarida bilan a telba kabi sen!"

"Bo'l tinch, Jitendra! The bir xil Lord JSSV oziqlangan bizni vasiyatnoma shou bizni Brindaban, va qaytish bizni ga Agra."

Yoqimli yuzli, ozg'in yigit tez tezlikda yaqinlashdi. U daraxtimiz tagida to'xtab, menga ta'zim qildi.

"Aziz do'stim, sen va hamrohing bu yerda notanish bo'lsa kerak. Menga mezbob va yo'lbo'shchi bo'lishga ijozat bering."

Hindistonlikning rangi oqarib ketishi deyarli mumkin emas, lekin Jitendraning yuzi to'satdan kasal bo'lib qoldi. Men taklifni xushmuomalalik bilan rad etdim.

"Siz meni quvib chiqarmayapsizmi?" Notanish odamning xavotiri boshqa har qanday holatda ham kulgili bo'lar edi.

"Nima uchun emasmi?"

— Sen mening ustozimsan, — uning ko'zlari ishonch bilan menga qaradi. — Peshindagi ibodatlarim paytida muborak Xudo Krishna vahiyda paydo bo'ldi. U menga aynan shu daraxt ostida ikkita tashlab ketilgan qiyofani ko'rsatdi. Bir yuz seniki edi, xo'jayinim! Men uni meditatsiyada ko'p ko'rganman! Agar mening kamtarona xizmatlarimni qabul qilsangiz, qanday quvonch bo'ladi!

"Meni topganingizdan xursandman. Na Xudo, na inson bizni tark etmadi!" Garchi men qimirlamay, oldimdagi ishtiyoqli yuzga tabassum qilsam ham, ichki ta'zim meni Ilohiy Oyoqlarga tashladi.

"Azizim do'stlar, vasiyatnoma siz emas sharaf mening uy uchun a tashrifmi?"

"Siz mehribonsiz; lekin reja amalga oshmaydi. Biz allaqachon Agradagi

akamning mehmonimiz." "Hech bo'lmaganda menga siz bilan Brindabanga

sayohat qilganim haqidagi xotiralarni bering."

Men mamnuniyat bilan rozi bo'ldim. O'zini Pratap Chatterji deb atagan yigit ot aravasini kutib oldi. Biz Madanamohana ibodatxonasi va boshqa Krishna ziyoratgohlarini ziyorat qildik. Ma'baddagi ibodatlarimizni o'tkazayotganimizda tun tushdi.

"Kechirasiz, men *sandesh olaman* ." **11-6** Pratap temir yo'l stansiyasi yaqinidagi do'konga kirdi. Jitendra bilan men keng ko'chada sayr qildik, endi nisbatan salqinlikda gavjum edik. Do'stimiz bir muddat yo'q edi, lekin nihoyat ko'plab shirinliklar sovg'alari bilan qaytib keldi.

"Iltimos, menga bu diniy xizmatni olishga ijozat bering." Pratap yolvorib jilmaydi va Agraga bir dasta rupiya kupyuralari va yangi sotib olingan ikkita chiptani uzatdi.

Qabul qilishimning hurmati Ko'rinmas Qo'lga qaratilgan edi. Ananta tomonidan masxara qilingan, Uning ne'mati zaruratdan ancha yuqori bo'lmaganmidi?

Biz qidirildi tashqarida a tanho dog' yaqinida ... stansiya.

Kriyasini o'rgataman . Uning texnikasi sening guruing bo'ladi."

Boshlanish yarim soat ichida yakunlandi. " *Kriya* sizning *chintamaningiz* ", **11-7** Men yangi talabaga aytdim. "Ko'rib turganingizdek, bu oddiy texnika insonning ishini tezlashtirish san'atini o'zida mujassam etgan..."

mayyadan ozod bo'lish uchun million yil talab qilinishi o'rgatiladi . Bu tabiiy davr *Kriya Yoga* orqali ancha qisqartiriladi . Jagadis Chandra Bose o'simliklarning o'sishini odatdagidan ancha yuqori darajada tezlashtirish mumkinligini ko'rsatganidek, insonning psixologik rivojlanishini ham ichki ilm tezlashtirishi mumkin. Amaliyotingizga sodiq bo'ling; siz barcha gurularning gurusiga murojaat qilasiz.

"Men uzoq vaqtdan beri qidirilayotgan bu yogik kalitini topishga juda qiziqyapman!" dedi Pratap o'ychanlik bilan. "Uning hissiy aloqalarimga ta'sirini yengillashtiruvchi ta'siri meni yuqori sohalarga ozod qiladi. Bugungi kunda Krishna Xudoning vahiysi faqat mening eng yuqori yaxshiligimni anglatishi mumkin.

Biz bir oz jimgina o'zaro tushunish bilan o'tirdik, keyin sekin stansiyaga qarab yurdik. Poyezdga chiqayotganimda ichimda quvonch bor edi, lekin bu Jitendra uchun ko'z yoshlar kuni edi. Pratap bilan bo'lgan mehrli xayrlashuvim ikkala hamrohining bo'g'iq yig'ilari bilan yakunlandi. Sayohat yana Jitendrani qayg'uga botirdi. Bu safar o'zi uchun emas, balki o'ziga qarshi.

"Qanaqasiga sayoz mening ishonch! Mening yurak bor bo'lgan tosh! Hech qachon ichida kelajak kerak Men shubha Xudoning himoya!"

Yarim tun yaqinlashib kelayotgan edi. Ikkita "Zolushka" tinimsiz chiqib, Anantaning yotoqxonasiga kirishdi. Uning yuzi, va'da qilganidek, hayratdan o'rganilgan edi. Men jimgina stolga rupiylarni yog'dirdim.

"Jitendra, rost!" Anantaning ohangi hazilkash edi. "Bu yigit fitna

uyushtirmaganmidi?" Lekin voqea rivojlanib bo'lgach, akam hushyor, keyin esa jiddiylashdi.

— Talab va taklif qonuni men o'ylaganimdan ham nozikroq olamlarga yetib boradi, — dedi Ananta ilgari sezilmagan ruhiy ishtiyoq bilan. — Men sizning dunyoning xazinalari va qo'pol to'planishlariga befarqligingizni birinchi marta tushunyapman.

diksha **11-8 ni** olishini talab qildi *Kriya Yogaga* . "Guru" Mukunda bir kunda ikkita izlanmagan shogirdning mas'uliyatini o'z zimmasiga olishi kerak edi.

Ertasi kuni ertalab nonushta avvalgidek bo'lmagan holda, uyg'unlikda yeb bo'ldim. Men Jitendraga jilmayib qo'ydim .

"Siz kerak emas bo'lish aldangan ning ... Taj. Ruxsat bering bizni ko'rinish uni oldin boshlang'ich uchun Serampore."

Ananta bilan xayrlashib, do'stim bilan men tez orada Agra, Toj Mahalning shon-shuhrati oldida edik. Quyoshda porlab turgan oq marmar sof simmetriya

manzarasini aks ettiradi. Mukammal manzara to'q sarv daraxti, yaltiroq maysazor va sokin lagunadir. Ichki qismi yarim qimmatbaho toshlar bilan bezatilgan to'rsimon o'ymakorlik bilan nafis. Jigarrang va binafsha rangli marmarlardan nozik gulchambarlar va o'ramlar paydo bo'ladi. Gumbazdan yorug'lik imperator Shoh-Jahon va uning saltanati va qalbi malikasi Mumtaz Mahallning senotaflariga tushadi.

Yetarli ning diqqatga sazovor joylarni tomosha qilish! Men edi sog'inch uchun mening guru. Jitendra va Men edilar qisqa vaqt ichida sayohat qilish janub tomonidan

poyezd tomon Bengal.

"Mukunda, men oilamni bir necha oydan beri ko'rmayapman. Fikrimni o'zgartirdim; ehtimol keyinroq Serampordagi xo'jayiningizni ziyorat qilaman."

Xarakteri o'zgaruvchan deb ta'riflanishi mumkin bo'lgan do'stim meni Kalkuttada qoldirib ketdi. Mahalliy poyezdda tez orada shimolda o'n ikki mil uzoqlikda joylashgan Seramporga yetib bordim.

Benareslar mening gurum bilan uchrashganidan beri yigirma sakkiz kun o'tganini anglab, hayratdan titrab ketdim. "To'rt hafta ichida mening oldimga kelasiz!" Mana, yuragim tez urib, uning hovlisida, tinch Rai Ghat ko'chasida turar edim. Keyingi o'n yilning eng yaxshi qismini Hindistonning "donolik mujassamlanishi " bo'lgan *Jyanavatori bilan o'tkazishim kerak bo'lgan ziyoratgohga birinchi marta kirdim.*

.....
11-1 : Qarang bob 25.

11-2 : The dunyoga mashhur maqbara..

11-3 : A *dhoti* - mato bu tugunli atrofida ... bel va qopqoqlar ... oyoqlar..

11-4 : Brindaban, ichida ... Muttra tuman ning Birlashgan Viloyatlar, bu ... Hindu Quddus. Bu yerga Lord Krishna ko'rsatildi Uning shon-sharafi insoniyat manfaati uchun...

11-5 : Hari; bir yoqimli ism tomonidan qaysi Lord Krishna bu ma'lum ga uning

dindorlar. 11-6: Hind shirinligi..

11-7 : A mifologik qimmatbaho tosh bilan kuch ga grant istaklar.

11-8 : Ma'naviy tashabbus; dan ... Sanskritcha ildiz *diksh* , ga bag'ishlash o'zini.

BOB: 12

Yillar Ichkarida Mening Magistr Ermitaj

"Siz keldingiz." Shri Yuktesvar meni balkonli mehmonxona polida yo'lbars terisidan turib kutib oldi. Uning ovozi sovuq, xatti-harakati esa hissiyotsiz edi.

"Ha, azizim Ustoz, Men ertalab Bu yerga ga ergashish sen." Tiz cho'kish, Men tegdi

uning oyoqlar.

"Qanaqasiga banka bu bo'lish? Siz e'tibor bermaslik mening tilaklar."

"Yo'q uzunroq, Guruji! Sizning tilak kerak bo'lish mening qonun!"

"Mana bu yaxshiroq! Endi men sizning hayotingiz

uchun javobgarlikni o'z zimmamga olaman." "Men

yukni ixtiyoriy ravishda o'tkazaman, ustoz."

"Shunday ekan, mening birinchi iltimosim shuki, siz uyingizga, oilangizga qaytishingiz kerak. Men sizning Kalkuttadagi kollejga o'qishga kirishingiz kerak. Ta'limingiz davom ettirilishi kerak."

— Mayli, janob. — Men hayratimni yashirdim. Yillar davomida meni bema'ni kitoblar ta'qib qiladimi? Birinchi Ota, endi Shri Yuktesvar!

"Bir kun kelib siz G'arbga borasiz. Agar g'alati hindu o'qituvchisi universitet diplomiga ega bo'lsa, uning xalqi Hindistonning qadimiy donoligiga ko'proq quloq soladi."

"Siz eng yaxshisini bilasiz, Guruji." Mening g'amginligim yo'qoldi. G'arbga ishora men uchun jumboqli va uzoq edi; lekin itoatkorlik bilan Ustozni rozi qilish imkoniyatim juda darhol paydo bo'ldi.

"Siz vasiyatnoma bo'lish yaqinida ichida Kalkutta; kelmoq Bu yerga qachon bo'lsa ham siz topish vaqt."

"Iloji bo'lsa, har kuni, Ustoz! Minnatdorchilik bilan, hayotimning har bir tafsilotida sizning vakolatingizni qabul qilaman - bitta shart bilan."

"Ha?"

"Bu siz va'da ga oshkor qilish Xudo ga men!"

Bir soatlik og'zaki kurash boshlandi. Ustozning so'zini soxtalashtirib bo'lmaydi; uni yengilgina berish mumkin emas. Qasamyoddagi ma'nolar ulkan metafizik manzaralarni ochib beradi. Guru Yaratguvchini paydo bo'lishiga majburlashdan oldin u bilan yaqin munosabatlarda bo'lishi kerak! Men Shri Yuktesvarning ilohiy birligini his qildim va uning shogirdi sifatida o'z manfaatlarim yo'lida harakat qilishga qaror qildim.

"Siz qat'iy fe'l-atvorlisiz!" Shunda ustozning roziligi rahm-shafqat bilan yangradi:

"Sizning tilagingiz mening tilagim bo'lsin."

Yuragimdan umrbod soya ko'tarildi; noaniq izlanishlar, bu yerga va bu yerga, tugadi.
Men haqiqiy ustozdan abadiy panoh topgan edim.

"Yuring; men sizga dafn marosimini ko'rsataman." Usta yo'lbars gilamchasidan turdi.
Men atrofga qaradim; hayrat bilan nigohim devordagi yasemin purkagichi bilan
bezatilgan rasmga tushdi.

"Lahiri" Mahasaya!

— Ha, mening ilohiy gurumim. — Shri Yuktesvarning ohangi ehtirom bilan jonli edi.
— U inson va yogi sifatida hayoti mening tadqiqotlarim doirasiga kirgan boshqa har qanday o'qituvchidan buyukroq edi.

Tanish manzara oldida jimgina bosh egdim. Go'dakligimni duo qilib, qadamlarimni shu soatga yetkazgan tengsiz ustozga jon-dildan hurmat bajo keltirdim.

Ustozim boshchiligida men uy va uning atrofida aylanib chiqdim. Katta, qadimiy va puxta qurilgan bu yer ulkan ustunli hovli bilan o'ralgan edi. Tashqi devorlari mox bilan qoplangan edi; kaptarlar yassi kulrang tom ustida uchib, ashram xonalarini tantanali ravishda baham ko'rishardi. Orqa bog' yoqimli edi, jakfrut, mango va chinor daraxtlari bilan bezatilgan edi. Ikki qavatli binoning yuqori xonalarining panjarali balkonlari hovliga uch tomondan qaragan edi. Ustozning so'zlariga ko'ra, asosan Durgapujaning yillik bayramlari paytida baland shiftli keng birinchi qavatdagi zal *ishlatilgan*. **12-1** Tor zinapoya Shri Yuktesvarning mehmonxonasiga olib borardi, uning kichik balkoni ko'chaga qaragan edi. Ashram oddiygina jihozlangan edi; hamma narsa sodda, toza va qulay edi. G'arb uslubidagi bir nechta stullar, skameykalar va stollar ko'rinib turardi.

Ustoz meni tunab qolishga taklif qildi. Ikki yosh shogird sabzavotli karri bilan kechki ovqatni taqdim etishdi, ular merosxo'rlik ta'limini olishdi.

"Guruji, iltimos, menga hayotingizdan bir narsa aytib bering." Men uning yo'lbars terisi yonidagi somon gilamchada cho'kkalab o'tirgan edim. Do'stona yulduzlar balkondan narida juda yaqin ko'rinardi.

"Mening familiyam Priya Nath Karar edi. Men **12-2 yoshda tug'ilganman.**" Seramporda, otam badavlat biznesmen bo'lgan. U menga bu ajdodlar uyini, hozir esa mening ziyoratgohimni qoldirdi. Rasmiy ta'limim kichik edi; men uni sekin va yuzaki deb bildim. Erta yoshda uy bekasi vazifalarini o'z zimmamga oldim va endi turmushga chiqqan bitta qizim bor. O'rta yoshim yo'l-yo'riq bilan barakali o'tdi. Lahiri Mahasayadan. Xotinim vafot etganidan so'ng, men Swami ordeniga qo'shildim va yangi nom oldim Sri Yukteswar Giri. **12-3** Mening oddiy yilnomalarim shunday.

Ustoz mening ishtiyoqli yuzimga jilmaydi. Barcha biografik eskizlar singari, uning so'zlari ichki odamni ochib bermasdan, tashqi faktlarni bergan edi.

"Guruji, Men bo'lardi kabi ga eshitish ba'zi hikoyalar ning sizning bolalik."

"Men sizga bir nechtasini aytib beraman - har biri axloqiy jihatdan!" Shri Yuktesvarning ko'zlari uning ogohlantirishidan chaqnab ketdi. "Bir safar onam meni qorong'u xonadagi arvoh haqidagi dahshatli hikoya bilan qo'rqitmoqchi bo'ldi. Men bordim. darhol u yerga bordim va arvohni ko'rmaganimdan hafsalam pir bo'lganini bildirdim. Onam menga boshqa hech qachon dahshatli voqea aytmagan edi. Axloqiy:

Qo'rquvning yuziga qarang, shunda u sizni bezovta qilishni bas qiladi.

"Yana bir erta xotiram qo'shnimga tegishli xunuk itni orzu qilishimdir. O'sha itni olish uchun uyimni haftalar davomida tartibsizlikda ushlab turdim. Quloqlarim o'ziga xos ko'rinishga ega uy hayvonlari takliflariga kar edi. Axloqiy: Bog'lanish ko'r qiladi; u istak ob'ektiga xayoliy jozibadorlik halosini beradi."

"Uchinchi hikoya yosh ongining egiluvchanligi bilan bog'liq. Onamning vaqti-vaqti bilan: "Har kimning qo'lida ishga kirishni qabul qilgan odam quldir", degan gaplarini eshitganman. Bu taassurot shu qadar o'chmas bo'lib qoldiki, hatto turmush qurganimdan keyin ham barcha lavozimlardan voz kechdim. Oilaviy xayriya mablag'imni yerga sarflash orqali xarajatlarni qopladim. Axloqiy: Yaxshi va ijobiy takliflar sezgir odamlarga yo'l-yo'riq ko'rsatishi kerak. bolalarning quloqlari. Ularning dastlabki g'oyalari uzoq vaqtdan beri o'tkir o'yilgan.

Ustoz sokin sukunatga cho'mdi. Yarim tunda u meni tor karavotga olib bordi. Ustozimning tomi ostida o'tkazgan birinchi kechada uxlab qoldim.

Kriya Yoga tashabbusini berish uchun ertasi kuni ertalabni tanladi . Men bu texnikani Lahiri Mahasayaning ikki shogirdi - Ota va ustozim Svami Keblanandadan olgan edim, lekin Ustoz huzurida men o'zgaruvchan kuchni his qildim. Uning teginishi bilan mening borlig'imga ulkan yorug'lik tushdi, xuddi birga yonayotgan son-sanoqsiz quyoshlarning shon-shuhrati kabi. Yuragimni eng tubiga qamrab olgan so'z bilan ifodalab bo'lmaydigan baxt oqimi ertasi kuni ham davom etdi. O'sha kuni tushdan keyin men o'zimni monastirni tark etishga majbur qila olmaganimcha kech bo'lgan edi.

"O'ttiz kundan keyin qaytib kelasiz." Kalkuttadagi uyimga yetib borganimda, ustozning bashorati amalga oshdi. Qarindoshlarimdan hech biri "uchayotgan qush"ning qayta paydo bo'lishi haqida qo'rqqanimdek keskin gaplarni aytmedi.

Men kichkina chordog'imga chiqib, go'yo tirik mavjudotga o'xshab mehrli nigoh tashladim. "Siz mening mulohazalarimga, sadhanamning ko'z yoshlari va bo'ronlariga guvoh bo'ldingiz . Endi men ilohiy ustozimning portiga yetib keldim."

— O'g'lim, men ikkalamiz uchun ham xursandman. — Otam bilan kechqurun xotirjam o'tirdik. — Topding. Sizning ustozingiz, xuddi mo''jizaviy tarzda o'zimnikini topgandek. Lahiri Mahasayaning muqaddas qo'li bizning hayotimizni qo'riqlamoqda. Ustozingiz Himoloy avliyosiga yetib bo'lmas darajada yaqin ekanligini isbotladi. Mening ibodatlarim ijobat bo'ldi: siz Xudoni izlayotganingizda butunlay yo'q qilinmadingiz. ko'z oldimdan."

Dadam ham rasmiy o'qishim qayta boshlanishidan xursand edi; u tegishli choralarni ko'rdi. Ertasi kuni men Kalkuttadagi Shotlandiya cherkov kollejiga o'qishga kirdim.

Baxtli oylar tez o'tib ketdi. O'quvchilarim, shubhasiz, meni kollej sinflarida kam ko'rishadi, degan aniq taxminni qilishdi. Serampore merosxo'ri juda jozibali edi. Ustoz mening hamma joyda bo'lishimni hech qanday izohsiz qabul qildi. Meni xursand qilgani uchun u kamdan-kam hollarda o'quv zallariga murojaat qilardi. Men hech qachon olim bo'lishga loyiq emasligim hammaga ayon bo'lsa-da, vaqti-vaqti bilan minimal o'tish ballarini olishga muvaffaq bo'ldim.

Ashramdagi kundalik hayot ravon, kamdan-kam hollarda o'zgarib turardi. Mening gurum tong otmasdan oldin uyg'ondi. U yotib yoki ba'zan to'shakda o'tirib, *samadxi holatiga kirdi* . **12-4** Ustoz uyg'onganida kashf etishning o'zi oddiylik edi: ulkan xurraklarning to'satdan to'xtashi. **12-5** Bir-ikki xo'rsinish; balki tana harakati. Keyin jimgina nafas qisilishi holati: u chuqur yogika quvonchida edi.

Nonushta qildi emas ergashish; birinchi keldi a uzoq sayr qilish tomonidan ... Gang daryosi. Ular ertalab sayrlar bilan mening

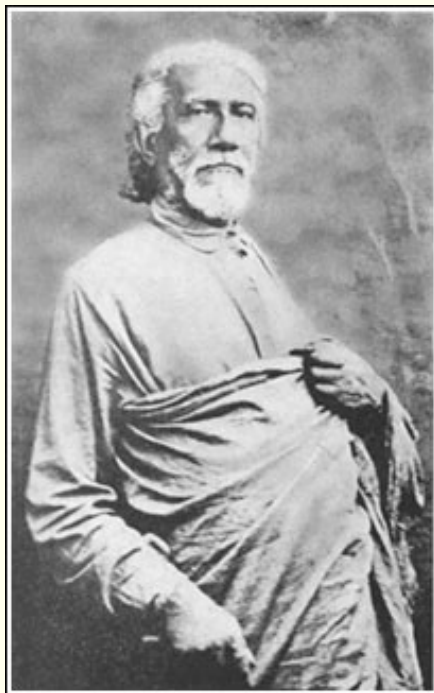
guru - qanchalik haqiqiy va jonli! Xotiraning osongina tirilishida men ko'pincha o'zimni uning yonida topaman: erta quyosh daryoni isitmoqda. Uning ovozi donolikning haqiqiylikiga boy jaranglaydi.

Cho'milish; keyin tushlik ovqati. Ustozning kundalik ko'rsatmalariga muvofiq uni tayyorlash yosh shogirdlarning puxta vazifasi edi. Mening ustozim vegetarian edi. Biroq, rohiblikni qabul qilishdan oldin u tuxum va baliq iste'mol qilgan. Uning talabalarga bergan maslahati, insonning konstitutsiyasiga mos keladigan har qanday oddiy parhezga rioya qilish edi.

Usta yedi ozgina; tez-tez guruch, rangli bilan zerdeçal yoki sharbat ning lavlagi yoki ismaloq va bufalo *yog'i* yoki eritilgan sariyog' bilan ozgina sepilgan. Boshqa kuni u yasmiq- *dhal* yoki *channa* **12- 6** sabzavotli karri. Shirinlik uchun guruch pudingi qo'shilgan mango yoki apelsin yoki jekfrut sharbat.

Peshindan keyin mehmonlar paydo bo'lardi. Dunyodan tinimsiz oqim zindon osoyishtaligiga quyilardi. Hamma Ustozda teng darajada xushmuomalalik va mehr-oqibatni topdi. O'zini tana yoki ego emas, balki jon sifatida anglagan odam uchun insoniyatning qolgan qismi ajoyib o'xshashlik jihatini qabul qiladi.

The xolislik ning avliyolar bu ildiz otgan ichida donolik. Magistrlar ega bo'lish qochib ketdi *maya* ; uning navbatma-navbat Aql va ahmoqlik yuzlari endi ta'sirchan nigoh tashlamasdi. Shri Yuktesvar tasodifan kuchli yoki muvaffaqiyatga erishganlarga alohida e'tibor bermadi; shuningdek, boshqalarni qashshoqligi yoki savodsizligi uchun mensimadi. U boladan haqiqat so'zlarini hurmat bilan tinglar va takabbur ekspertni ochiqchasiga e'tiborsiz qoldirardi.



MENING USTAZ, SRI YUKTESWAR

Shogird ning Lahiri Mahasaya

Soat sakkiz kechki ovqat vaqti edi va ba'zan mehmonlar qolib ketishardi. Mening ustozim yolg'iz ovqatlanish uchun bahona topmasdi; hech kim uning ashramini och yoki norozi holda qoldirmasdi. Shri Yuktesvar hech qachon

kutilmagan mehmonlardan hech qachon qo'rqmasdi; uning topqir rahbarligi ostida ziyofatda kam ovqat paydo bo'lardi. Shunga qaramay, u tejamkor edi; uning kamtarona mablag'lari juda ko'p edi. "Sumkangizda o'zingizni qulay his qiling", deb tez-tez aytardi u. "Isrofgarchilik sizga noqulaylik tug'diradi". Ustoz o'yin-kulgi tafsilotlarida, qurilish va ta'mirlash ishlarida yoki boshqa amaliy tashvishlarda ijodiy ruhning o'ziga xosligini namoyon etdi.

Kechqurun sokin soatlari ko'pincha mening gurularimdan birining nutqlarini, vaqtga qarshi xazinalarni olib kelardi. Uning har bir so'zi donolik bilan o'lchangan va o'yilgan edi. Uning ifoda uslubida yuksak o'ziga ishonch bor edi: uni edi noyob. U gapirdi sifatida hech biri boshqa ichida mening tajriba har doim gapirdi. Uning fikrlarni tashqi qiyofasiga yo'l qo'yishdan oldin nozik farqlash muvozanatida tortildi. Haqiqat mohiyati, hatto fiziologik jihati bilan ham hamma narsaga singib ketgan holda, undan ruhning xushbo'y hidi kabi chiqib turardi. Men har doim tirik bir ko'rinish huzurida ekanligimni anglab yetardim. Xudoning. Uning ilohiyligining og'irligi avtomatik ravishda uning oldida boshimni egdi.

Agar kech kelgan mehmonlar Shri Yuktesvarning Cheksizlikka berilib ketayotganini payqashsa, u tezda ular bilan suhbatga kirishadi. U poza berishga yoki ichki chekinishiga nigoh tashlashga qodir emas edi. Har doim Rabbimiz bilan bir bo'lganligi sababli, unga suhbat uchun alohida vaqt kerak emas edi. O'zini anglagan ustoz allaqachon meditatsiya pog'onasini tark etgan. "Meva paydo bo'lganda gul tushadi." Ammo avliyolar ko'pincha shogirdlarni rag'batlantirish uchun ruhiy shakllarga yopishib olishadi.

Yarim tunda yaqinlashib kelayotgan bir paytda, ustozim bolalikning tabiiyligidan mudrab ketishi mumkin edi. Choyshablar haqida hech qanday shov-shuv yo'q edi. U ko'pincha hatto yostiqsiz ham tor davenportda yotardi. uning odatiy yo'lbars terisidan tikilgan o'rindig'i uchun fon edi.

Kechasi falsafiy munozara kamdan-kam uchraydigan holat emas edi; har qanday shogird uni qiziqish intensivligi bilan chaqira olardi. O'shanda men na charchoqni, na uxlashni his qildim; Ustozning jonli so'zlari yetarli edi. "Oh, tong otdi! Keling, Gang daryosi bo'ylab yuraylik." Shunday qilib, mening tungi ta'lim davrlarimning ko'pi tugadi.

Shri Yuktesvar bilan o'tkazgan dastlabki oylarim foydali saboq bilan yakunlandi - "Chivinni qanday qilib aldash mumkin". Uyda oilamiz har doim kechasi himoya pardalaridan foydalanishardi. Buni bilib, xafa bo'ldim. Serampore mermitajida bu oqilona odat buzilishda hurmat qilindi. Shunga qaramay, hasharotlar to'liq yashab kelishgan edi; meni boshdan oyoq tishlab olishdi. Ustozim menga rahm qildi.

— O'zingizga parda sotib oling, menga ham bitta. — U kulib qo'shimcha qildi: — Agar o'zingiz uchun faqat bittasini sotib olsangiz, barcha chivinlar menga to'planadi!

Men bunga rozi bo'lganimdan juda minnatdorman. Seramporda o'tkazgan har bir kechada ustozim mendan yotishdan oldin pardalarni tartibga solishimni so'rardi.

Bir kuni kechqurun chivinlar ayniqsa xavfli edi. Lekin ustoz odatdagi ko'rsatmalarini bermadi. Men hasharotlarning oldindan aytib bo'ladigan g'uvullashini asabiy tingladim. Yotoqqa kirib, ularning umumiy yo'nalishi bo'yicha tavba ibodatini o'qidim. Yarim soatdan keyin ustozimning e'tiborini jalb qilish uchun da'vogarona yo'taldim. Chivinlar qonxo'r marosimlarni nishonlayotgan paytda chaqishlar va ayniqsa qo'shiq aytishdan aqldan ozaman deb o'yladim.

Ustozdan hech qanday javob bo'lmadi; Men unga ehtiyotkorlik bilan yaqinlashdim. U nafas olmayotgan edi. Bu mening uni yogik trans holatida birinchi marta ko'rishim edi; bu meni qo'rqitdi.

"Uning yuragi ishdan chiqqan bo'lsa kerak!" Men uning burni ostiga oyna qo'ydim; nafas olish bug'i ko'rinmadi. Ikki karra ishonch hosil qilish uchun bir necha daqiqa davomida uning og'zi va burun teshiklarini barmoqlarim bilan yopdim. Uning tanasi sovuq va harakatsiz edi. Hiralanib, yordam chaqirish uchun eshik tomon o'girildim.

"Xo'sh! Yangi boshlovchi eksperimentalist! Mening bechora burnim!" Ustozning ovozi kulgidan titradi. "Nega uxlamaysan? Butun dunyo sen uchun o'zgaradimi? O'zingni o'zgartir: chivin ongidan xalos bo'l."

Men muloyimlik bilan yotog'imga qaytdim. Birorta ham hasharot yaqinlashmadi. Men gurumim ilgari faqat meni xursand qilish uchun pardalarga rozi bo'lganini angladim; u chivinlardan qo'rqmasdi. Uning yogik kuchi shunchalik kuchli ediki, u ularni tishlamaslikka yoki ichki daxlsizlikka qochib qutula olardi.

"U menga bir namoyish ko'rsatayotgan edi", deb o'yladim men. "Bu men erishishga intilishim kerak bo'lgan yogik holatidir." Yogi bu yerda hech qachon yo'q bo'lib ketmaydigan ko'plab chalg'ituvchi narsalarga qaramay, o'ta ongga o'tishi va unda davom etishi kerak. Hasharotlarning shovqinida bo'ladimi yoki kunduzgi yorug'likning keng tarqalgan nurida bo'ladimi, his-tuyg'ularning guvohligi to'sib qo'yilishi kerak. Ovoz va ko'rish haqiqatan ham o'shanda keladi, lekin quvg'in qilingan Jannatdan ko'ra go'zalroq olamlarga. **12-7**

The ibratli chivinlar xizmat ko'rsatildi uchun boshqa erta dars da ... ashram. Bu edi ... muloyim Shom soati. Mening ustozim qadimiy matnlarni beqiyos talqin qilar edi. Uning oyoqlari ostida men mutlaqo xotirjam edim. Qo'pol chivin butxonaga kirib, mening e'tiborimni jalb qilish uchun kurashdi. U zaharli qazish paytida Sonimga teri osti ignasi sanchilganida, men avtomatik ravishda qasos olish uchun qo'limni ko'tardim. Yaqinlashib kelayotgan qatldan xalos bo'ling! Patanjalining yoga haqidagi aforizmlaridan biri menga qulay bir xotira bo'lib keldi - *ahimsa* (zararsizlik) haqida .

"Nega ishni tugatmadingiz?"

"Ustoz! Siz hayotdan mahrum

qilishni qo'llab-quvvatlaysizmi?"

"Yo'q; lekin ongingizga allaqachon o'lim zarbasi

urilgan edi." "Tushunmadim."

"Patanjalining ma'nosi o'ldirish *istagini yo'q qilish edi* ." Shri Yuktesvar mening aqliy jarayonlarimni ochiq kitob deb topdi. "Bu dunyo *ahimsa amaliyoti uchun noqulay tarzda joylashtirilgan. Inson zararli mavjudotlarni yo'q qilishga majbur bo'lishi mumkin. U g'azab yoki adovatni his qilishga majbur emas. Hayotning barcha shakllari maya* havosiga teng huquqqa ega . Yaratilish sirini ochgan avliyo uning son-sanoqsiz hayratlanarli ifodalari bilan uyg'unlashadi. Vayronagarchilikka bo'lgan ichki ehtirosni jilovlaydigan barcha odamlar bu tushunchaga yaqinlashishi mumkin."

"Guruji, kerak bitta taklif o'zi a qurbonlik aksincha nisbatan o'ldirish a yovvoyi hayvonmi?"

"Yo'q; inson tanasi qadrlidir. U noyob miya va orqa miya markazlari tufayli eng yuqori evolyutsion qiymatga ega. Bular ilg'or dindorga ilohiylikning eng yuksak jihatlarini to'liq anglash va ifoda etish imkonini beradi. Hech bir quyi shakl bunchalik jihozlangan emas. Agar odam hayvonni yoki biron bir tirik mavjudotni o'ldirishga majbur bo'lsa, kichik gunoh qarzini o'z zimmasiga oladi. Ammo Vedalar *inson* tanasini bexosdan yo'qotish karmik qonunga qarshi jiddiy buzilish ekanligini o'rgatadi."

Men xo'rsinib qo'ydi ichida yengillik; Muqaddas Kitobga oid mustahkamlash ning birovning tabiiy instinktlar bu emas har doim yaqinlashib kelayotgan.

Shunday qilib, men hech qachon Ustozni qoplon yoki yo'lbars bilan yaqindan ko'rmaganman. Lekin bir marta unga halokatli kobra duch keldi, ammo u mening guruning sevgisi bilan mag'lub bo'ldi. Bu turdagi ilonlar Hindistonda juda qo'rqinchli, u yerda har yili besh mingdan ortiq o'limga sabab bo'ladi. Xavfli to'qnashuv Puri shahrida bo'lib o'tdi, u yerda Shri Yuktesvarning ikkinchi marhumxonasi bor edi, u yaqinida maftunkor joylashgan edi. ... Ko'rfaz ning Bengal. Prafulla, a yosh shogird ning keyinroq yillar, edi bilan Usta yoqilgan bu imkoniyat.

"Biz ashram yonida ochiq havoda o'tirgan edik", dedi menga Prafulla. "Yaqin atrofda to'rt fut uzunlikdagi dahshatli kobra paydo bo'ldi. Uning kapoti biz tomon yugurib kelayotganida g'azab bilan ochildi. Ustozim xuddi bolaga o'xshab xushmuomalalik bilan kuldi. Ustozning ritmik qarsak chalayotganini ko'rib, dahshatga tushdim. **12-8** U qo'rqinchli mehmonni kutib olayotgan edi! Men mutlaqo jim qoldim, ichimda qancha iliq ibodatlar qila olishimni his qildim. Ustozimga juda yaqin bo'lgan ilon endi harakatsiz edi, go'yo uning erkalashidan hayratga tushgandek. Qo'rqinchli qalpog'cha asta-sekin qisqardi; ilon Ustozning oyoqlari orasidan sirg'alib o'tib, butalar orasiga g'oyib bo'ldi.

"Ustozimning qo'llarini nima uchun qimirlatishi va kobra ularga urmasligi menga tushunarsiz edi", deb xulosa qildi Prafulla. "O'shandan beri men ilohiy ustozim hech qanday tirik mavjudotning jarohatidan qo'rqmasligini angladim."

Ashramdagi ilk oylarimning bir kuni tushdan keyin, Shri Yuktesvarning nigohi menga qattiq tikilib qolganini ko'rdim.

"Siz bor juda yupqa, Mukunda."

Uning so'zlari juda nozik bir nuqtaga urildi. Mening kirtaygan ko'zlarim va ozg'in ko'rinishim juda uzoq edi Kalkuttadagi xonamda qator-qator toniklar borligidan ko'rinishim turardi. Hech qanday foyda bermadi; bolaligimdan beri surunkali dispepsiya meni ta'qib qilar edi. Vaqti-vaqti bilan umidsizlikka tushib, O'zimdan shunday nosog'lom tana bilan bu hayotni davom ettirishga arziydimi, deb so'radim.

"Dorilarning chegaralari bor; ijodiy hayot kuchining chegarasi yo'q. Ishoning: siz

sog'lom va kuchli bo'lasiz ."

Shri Yuktesvarning so'zlari boshqa hech bir tabib - va men ko'p marta sinab ko'rganman! - ichimda o'rnatilgan olmagan shaxsan qo'llaniladigan haqiqatga ishonch uyg'otdi.

Kun sayin, mana! Men mumladim. Ustozning yashirin duosidan ikki hafta o'tgach, o'tmishda mendan qochib yurgan tetiklantiruvchi og'irlikni to'pladim. Doimiy oshqozon kasalliklarim birdaniga yo'qoldi.

umrbod doimiylik. Keyinchalik men o'zimning ustozimning sil, diabet, epilepsiya yoki falaj kabi dahshatli kasalliklardan aziyat chekayotgan odamlarni bir zumda ilohiy shifolashiga guvoh bo'ldim. Uning shifo topishi uchun hech kim mendan ko'ra ko'proq minnatdor bo'la olmasdi, chunki men to'satdan jasadimdan xalos bo'ldim .

"Yillar oldin, men ham semirishni juda xohlardim", dedi menga Shri Yuktesvar.
"Og'ir kasallikdan keyin sog'ayish davrida Benaresdagi Lahiri Mahasayaga tashrif buyurdim.

"Janob, Men ega bo'lish bo'lgan juda kasal va yo'qolgan ko'p funt.

"Men qarang, Yuktesvar, **12-9** siz qilingan o'zingiz kasal, va hozir siz o'ylash siz bor yupqa.

"Bu javob men kutgan javobdan ancha farq qildi; ammo, ustozim dalda berib

qo'shimcha qildi: "Keling, ko'rib chiqaylik; aminmanki, ertaga o'zingizni

yaxshi his qilishingiz kerak."

"Uning so'zlarini mening sezgir ongimga maxfiy shifo ishorasi sifatida qabul qilib, ertasi kuni ertalab kuchning yoqimli tarzda kirib kelishidan hayratlanmadim. Men xo'jayinimni qidirib topdim va xursandchilik bilan xitob qildim: "Janob, bugun o'zimni ancha yaxshi his qilyapman".

"Haqiqatdan ham! Bugun siz tetiklashtirmoq o'zing.

— Yo'q, xo'jayin! — deb e'tiroz bildirdim men. — Menga yordam bergan siz edingiz; bu haftalar ichida birinchi marta kuchim yetib boryapti.

"Ha! Kasalligingiz juda jiddiy. Tanangiz hali ham zaif; ertaga qanday bo'lishini kim ayta oladi ?"

"Zaifligimning qaytishi mumkinligi haqidagi fikr meni sovuq qo'rquvdan titratdi. Ertasi kuni ertalab o'zimni zo'rg'a Lahiri Mahasayaning uyiga sudrab bora oldim."

"Janob, Men ertalab kasal yana.

"Mening guruning qarash edi savolli. Demak! Bir marta Ko'proq siz kasal bo'lib qolish o'zing.

"Gurudeva, endi angladimki, siz kundan-kunga meni masxara qilyapsiz."
Sabrim tugab qoldi. "Nega mening rostgo'y xabarlarimga ishonmasligingizni tushunmayapman."

"Rostdan ham, sizni o'zingizni zaif va kuchli his qilishingizga sabab bo'lgan

fikrlaringiz bo'ldi.' Xo'jayinim menga mehr bilan qaradi. "Sog'lig'ingiz qanday qilib kutganingizga mos kelganini ko'rdingiz. Fikr elektr yoki tortishish kuchi kabi kuchdir. Inson ongi Xudoning qudratli ongining uchqunidir. Men sizga kuchli ongingiz juda qattiq ishongan har qanday narsa darhol amalga oshishini ko'rsata olaman."

"Bilish bu Lahiri Mahasaya hech qachon gapirdi bekorchi, Men murojaat qilingan uni bilan ajoyib hayrat va minnatdorchilik:

Ustoz, agar Men o'ylash Men ertalab quduq va ega bo'lish qaytarib olindi mening sobiq vazn, kerak bu bo'ladimi?

"Bu bu shunday qilib, hatto da bu lahza. Mening guru gapirdi jiddiylik bilan, uning nigoh jamlangan yoqilgan mening ko'zlar.

"Mana! Men nafaqat kuch, balki og'irlikning ham oshganini his qildim. Lahiri Mahasaya jimlikka chekindi. Uning oyoqlari ostida bir necha soat o'tirgandan so'ng, men onamning uyiga qaytib keldim va u yerda Benaresga tashrif buyurganimda qoldim .

"O'g'lim! Nima bo'ldi? Istisnodan shishib ketdingizmi?" Onam ko'zlariga ishonolmadi. Endi tanam kasallikdan oldingi kabi baquvvat edi.

"Men o'zimni tortdim va bir kunda ellik funtga semirganimni ko'rdim; ular men bilan abadiy qolishdi. Mening ozg'in qomatimni ko'rgan do'stlarim va tanishlarim hayratdan dahshatga tushishdi. Ularning bir qismi bu mo'jiza natijasida hayot tarzini o'zgartirib, Lahiri Mahasayaning shogirdlari bo'lishdi."

"Mening gurum, Xudoda uyg'oq holda, bu dunyoni Yaratguvchining ob'ektivlashtirilgan tushidan boshqa narsa emasligini bilardi. U Ilohiy Xayolparast bilan birligidan to'liq xabardor bo'lgani uchun, Lahiri Mahasaya kosmik tasavvurda moddiylashishi yoki dematerializatsiya qilishi yoki xohlagan o'zgarishini amalga oshirishi mumkin edi. **12-10**"

"Barcha yaratilish qonun bilan boshqariladi", deb xulosa qildi Shri Yuktesvar.

"Tashqi olamda namoyon bo'ladigan, olimlar tomonidan kashf etilishi mumkin bo'lgan qonunlar tabiiy qonunlar deb ataladi. Ammo ong olamlarini faqat yoga ichki ilmi orqali bilish mumkin bo'lgan nozikroq qonunlar boshqaradi. Yashirin ruhiy tekisliklarning ham o'zlarining tabiiy va qonuniy ishlash tamoyillari mavjud. Materiyaning asl mohiyatini fizik olim emas, balki to'liq o'zini anglagan usta tushunadi. Shunday qilib. Masih shogirdlaridan biri tomonidan uzib tashlangan xizmatkorning qulog'ini tiklay oldi." **12-11**

Shri Yuktesvar Muqaddas Kitoblarning tengsiz tarjimoni edi. Mening eng baxtli xotiralarimning aksariyati uning nutqlarida jamlangan. Lekin uning gavhardek fikrlari beparvolik yoki ahmoqlik kuliga aylanmagan. Tanamning birgina beqaror harakati yoki ozgina beparvolikka tushib qolishim Ustozning nutqiga to'satdan nuqta qo'yish uchun yetarli bo'ldi.

— Siz bu yerda yo'qsiz, — dedi bir kuni tushdan keyin usta bu ma'lumot bilan o'zini to'xtatib. Odatdagidek, u mening e'tiborimni juda tez kuzatib borardi.

"Guruji!" Mening ohangim norozilik bildirardi. "Men qimirlamadim; ko'z qovoqlarim qimirlamadi; aytgan har bir so'zingizni takrorlay olaman!"

"Shunga qaramay, siz men bilan to'liq birga emas edingiz. Sizning e'tirozingiz meni sizning ruhiy holatingizda uchta muassasa yaratayotganingizni ta'kidlashga majbur qiladi. Biri tekislikdagi silvan chekinishi, ikkinchisi tepalikdagi, uchinchi esa okean bo'yidagi edi."

Bu noaniq shakllangan fikrlar haqiqatan ham deyarli ongsiz ravishda mavjud edi. Men unga uzr so'rab qaradim.

"Nima banka Men qil bilan shunday a usta, JSSV kirib boradi mening tasodifiy mulohazalarmi?"



Los-Anjelesdagi Mount Washington Estatesdagi asosiy bino, 1925-yilda O'zini O'zi Aniqlash Jamg'armasining Amerika bosh qarorgohi sifatida tashkil etilgan.



O'zini anglash Cherkov ning Hammasi Dinlar, Gollivud, Kaliforniya.

"Siz menga bu huquqni berdingiz. Men bayon qilayotgan nozik haqiqatlarni sizning to'liq diqqatingizsiz anglab bo'lmaydi. Agar kerak bo'lmasa, men boshqalarning ongining tanholigiga bostirib kirmayman. Inson o'z fikrlari orasida yashirincha yurishning tabiiy imtiyoziga ega. Talab qilinmagan Rabbiiy u yerga kirmaydi; men ham aralashishga jur'at etmayman."

"Siz bor har doim xush kelibsiz, Ustoz!"

"Sizning me'moriy tushlar vasiyatnoma moddiylashmoq keyinroq. Hozir bu ... vaqt uchun o'rganing!"

Shunday qilib, tasodifan, mening ustozim hayotimdagi uchta buyuk voqeaning boshlanishini o'zining sodda usulida ochib berdi. Yoshligimdan beri har biri turli xil

sharoitda joylashgan uchta binoning sirli ko'rinishini ko'rganman. Shri Yuktesvar ko'rsatgan aniq ketma-ketlikda bu tasavvurlar yakuniy shaklga kirdi. Avval Ranchi tekisligida o'g'il bolalar yoga maktabini, keyin esa Los-Anjelesda Amerika bosh qarorgohimni tashkil etishim bo'ldi.

Anjeles tepalik cho'qqisi, nihoyat a ermitaj ichida janubiy Kaliforniya tomonidan ... ulkan Tinch okeani.

Ustoz hech qachon mag'rurlik bilan: "Men falon voqea sodir bo'lishini bashorat qilaman!" deb aytmagan. U afzal ko'radi ishora: "Qilmang siz o'ylash uni may bo'ladimi?" Lekin uning oddiy nutq yashirindi vatik kuch. U yerda uning biroz yashirin so'zlari hech qachon yolg'on bo'lib chiqmadi.

Shri Yuktesvar o'zini tuta biladigan va o'zini tuta biladigan odam edi. Unda noaniq yoki ahmoqona xayolparastlik yo'q edi. Oyoqlari yerda, boshi esa osmonda edi. Amaliy odamlar uning hayratini uyg'otdi. "Muqaddaslik ahmoqlik emas! Ilohiy idrok qobiliyatsiz emas!" derdi u. "Fazilatning faol ifodasi eng o'tkir aqlni keltirib chiqaradi."

Ustozning hayotida men ma'naviy realizm va noaniqlik o'rtasidagi bo'linishni to'liq kashf etdim. soxta ravishda uning o'xshashligi sifatida ko'rsatiladigan tasavvuf. Mening gurumim superfizik olamlar haqida gapirishni istamasdi. Uning yagona "ajoyib" aurasini mukammal soddalik edi. Suhbatda u hayratlanarli ma'lumotlardan qochdi; amalda u erkin ifodali edi. Boshqalar mo'jizalar haqida gapirishdi, lekin hech narsa namoyon qila olmasdi; Shri Yuktesvar nozik qonunlarni kamdan-kam tilga olardi, lekin ularni yashirincha xohlagancha boshqarardi.

"Ongli odam ichki tasdiqni olmaguncha hech qanday mo'jiza ko'rsatmaydi", deb tushuntirdi Ustoz. "Xudo yaratganlarining sirlari bexosdan oshkor bo'lishini istamaydi. **12-12** Shuningdek, dunyodagi har bir inson o'z iroda erkinligiga ajralmas huquqqa ega. Avliyo bu mustaqillikka tajovuz qilmaydi.

Shri Yuktesvarga odatlangan sukunat uning Cheksizlik haqidagi chuqur idrokidan kelib chiqqan edi. O'zini anglamasdan o'qituvchilar kunlarini egallab turgan cheksiz "vahiyalar" uchun vaqt qolmadi. "Sayoz odamlarda kichik fikrlar baliqlari ko'p shov-shuvlarga sabab bo'ladi. Okean ongida ilhom kitlari deyarli shovqin qilmaydi." Hindu yozuvlaridan olingan bu kuzatuv o'ziga xos hazilsiz emas.

Ustozimning ajoyib qiyofasidan kelib chiqib, uning zamondoshlaridan faqat bir nechtasi uni supermen deb bilishgan. "U o'z donoligini yashira olmaydigan ahmoqdir" degan mashhur maqolni hech qachon Shri Yuktesvarga nisbatan qo'llash mumkin emas edi. Boshqalar kabi o'lik bo'lib tug'ilgan bo'lsa-da, Ustoz vaqt va makon Hukmdori bilan birlikka erishgan edi. Uning hayotida men xudoga o'xshash birlikni ko'rdim. U insonning Ilohiy bilan birlashishiga hech qanday to'siq topmagan edi. Men tushundimki, bunday to'siq yo'q, faqat insonning ma'naviy sarguzashtsizligidan tashqari.

Men har doim Shri Yuktesvarning muqaddas oyoqlariga teginishdan hayajonlanardim. Yogilar shogird ustoz bilan hurmatli aloqa orqali ruhiy jihatdan magniflanadi, deb o'rgatishadi; nozik oqim paydo bo'ladi. Muxlisning miyasidagi

kiruvchi odat mexanizmlari ko'pincha kuydiriladi; uning dunyoviy moyilliklarining o'yini foydali ravishda buziladi. Hech bo'lmaganda bir zumda u *mayyaning maxfiy pardalarini topishi mumkin*. ko'tarilish va baxtning haqiqatini ko'rish. Har safar butun tanam ozodlik nuri bilan javob berdi Men hind uslubida ustozim oldida tiz cho'kdim.

"Hatto qachon Lahiri Mahasaya edi jim," Usta aytib berdi men, "yoki qachon u suhbatlashdi yoqilgan boshqa nisbatan

gat'iy diniy mavzularda bo'lsa-da, men uning menga aytib bo'lmaydigan bilimlarni yetkazganini aniqladim.

Shri Yuktesvar menga ham shunday ta'sir qildi. Agar men ziyoratgohga xavotirli yoki befarq holda kirsam ongimda, munosabatim sezilmas darajada o'zgardi. Guruimni ko'rish bilan shifobaxsh xotirjamlik hukm surdi. U bilan har bir kun quvonch, xotirjamlik va donolikda yangi tajriba edi. Men uni hech qachon topmaganman ochko'zlik, his-tuyg'ular, g'azab yoki har qanday insoniy mehr-muhabbat bilan aldangan yoki mast bo'lgan.

Maya zulmati jimgina yaqinlashib kelmoqda. Keling, uyga qaytaylik." Shom tushayotganda shu so'zlar bilan Ustoz shogirdlariga *Kriya Yogaga* bo'lgan ehtiyojlarini doimo eslatib turardi. Yangi talaba vaqti-vaqti bilan o'zining yoga amaliyoti bilan shug'ullanishga loyiqligi haqida shubha bildirardi.

"O'tmishni unut", deb uni yupatardi Shri Yuktesvar. "Barcha odamlarning yo'q bo'lib ketgan hayoti ko'plab sharmandaliklar bilan qorong'u. Insoniy xatti-harakatlar Ilohiylikka bog'lanmaguncha ishonchsizdir. Agar hozir ruhiy harakat qilsangiz, kelajakda hamma narsa yaxshilanadi."

Ustozning har doim **12-13 yoshli yosh bolalari bor edi** uning ziyoratgohida. Ularning ma'naviy va intellektual ta'limi uning umrbod qiziqishi edi: hatto vafotidan sal oldin ham u olti yoshli ikkita o'g'il va o'n olti yoshli bir yigitni o'qitishga rozi bo'lgan. U ularning ongini va hayotini "shogird" so'zi etimologik jihatdan ildiz otgan puxta intizom bilan boshqargan. Ashram aholisi o'z ustozlarini yaxshi ko'rishardi va hurmat qilishardi; uning qo'llarini yengil qarsak chalishlari ularni o'z yoniga chaqirish uchun yetarli edi. Uning kayfiyati yaxshi bo'lganda jim va chekinib, hech kim gapirishga jur'at etmadi; uning kulgisi quvnoq ohangda yangraganda, bolalar unga qarashdi uni o'zlarinikidek ko'rib.

Ustoz kamdan-kam hollarda boshqalardan unga shaxsiy xizmat ko'rsatishni so'rardi, shuningdek, agar shogird samimiy bo'lmasa, uning yordamini qabul qilmasdi. Agar shogirdlar bu sharaflı vazifani e'tiborsiz qoldirsalar, mening ustozim jimgina kiyimlarini yuvaradi. Shri Yuktesvar an'anaviy oxra rangidagi svami xalatini kiygan edi; uning yogi odatiga ko'ra, to'rsiz poyabzallari yo'lbars yoki kiyik terisidan edi.

Ustoz ingliz, fransuz, hind va bengal tillarida ravon so'zlashardi; uning sanskrit tili yaxshi edi. U sabr-toqat bilan yosh shogirdlariga ingliz va sanskrit tillarini o'rganish uchun mohirona ishlab chiqqan qisqa yo'llar bilan ta'lim berardi.

Usta edi ehtiyotkor ning uning tana, shu bilan birga ushlab qolish g'amxo'r ilova. The Cheksiz, U ta'kidlaganidek, jismoniy va ruhiy salomatlik orqali to'g'ri namoyon bo'ladi. U har qanday haddan tashqari holatlarni rad etdi. Bir marta bir shogird uzoq ro'za tutishni boshlagan. Mening ustozim faqat kulib yubordi: "Nega itga suyak tashlamaysiz?"

Shri Yuktesvarning sog'lig'i juda yaxshi edi; Men uni hech qachon kasal ko'rmaganman. **12-14** U talabalarga, agar maqsadga muvofiq deb topilsa, shifokorlar bilan maslahatlashishga ruxsat berdi. Uning maqsadi dunyoviy odatlarga hurmat ko'rsatish edi: "Shifokorlar shifo ishlarini Xudoning qonunlari orqali materiyaga nisbatan qo'llashlari kerak". Ammo u ruhiy terapiyaning ustunligini ulug'ladi va ko'pincha: "Donolik eng buyuk tozalovchidir", deb takrorlardi.

"Tana xoin do'stdir. Unga munosib bo'ling; boshqa hech narsa yo'q", dedi u. "Og'riq va zavq o'tkinchi; barcha ikkilanishlarga xotirjamlik bilan chidang, shu bilan birga ularni yo'q qilishga harakat qiling."

Tasavvur - bu kasallik va davolanish kiradigan eshik. Kasal bo'lsangiz ham kasallikning haqiqatiga ishonmang; notanish mehmon qochib ketadi!

Ustoz shogirdlari orasida ko'plab tabiblarni sanab o'tgan. "Fizik qonunlarni o'rganganlar ruh ilmini osongina o'rganishlari mumkin", dedi u ularga. "Tana tuzilishining orqasida nozik ruhiy mexanizm yashiringan". **12-15**

Shri Yuktesvar o'z shogirdlariga G'arb va Sharq fazilatlarining jonli aloqachilari bo'lishni maslahat berdi. O'zi tashqi odatlarda g'arblik ijrochi, ichki jihatdan esa ma'naviy sharqlik edi. U G'arbnining progressiv, topqir va gigienik odatlarini hamda Sharqqa asrlik halo beradigan diniy ideallarni maqtadi.

Intizom menga noma'lum emas edi: uyda otam qattiqqo'l, Ananta ko'pincha qattiqqo'l edi. Lekin Shri Yuktesvarning ta'limini faqat keskin deb ta'riflab bo'lmaydi. Perfeksionist bo'lgan mening ustozim shogirdlariga nisbatan, xoh lahzali masalalarda, xoh xulq-atvorning nozik nuanslarida bo'lsin, o'ta tanqidiy munosabatda edi.

"Samimiyliksiz yaxshi xulq-atvor go'zal o'lik ayolga o'xshaydi", dedi u qulay vaziyatda. "Xushmuomalaliksiz soddalik jarroh pichog'iga o'xshaydi, samarali, ammo yoqimsiz. Xushmuomalalik bilan ochiqchasiga gapirish foydali va hayratlanarli."

Ustoz mening ma'naviy taraqqiyotimdan mamnun ko'rinardi, chunki u bu haqda kamdan-kam gapirardi; boshqa masalalarda esa tanbehni quloqlarim eshitardi. Mening asosiy xatolarim beparvolik, vaqti-vaqti bilan g'amgin kayfiyatga berilib ketish, odob-axloq qoidalariga rioya qilmaslik va vaqti-vaqti bilan g'ayrioddiy usullar edi.

"Otangiz Bhagabatining faoliyati har jihatdan qanday yaxshi tashkil etilgan va muvozanatli ekanligiga e'tibor bering", dedi ustozim. Lahiri Mahasayaning ikki shogirdi men Seramporga ziyorat qilishni boshlaganimdan ko'p o'tmay uchrashishdi. Ota va Shri Yuktesvar bir-birining qadr-qimmatini hayrat bilan baholadilar. Ikkalasi ham asrlarga qarshi erimaydigan ruhiy granitdan ichki hayot qurgan edilar.

Avvalgi hayotimdagi vaqtinchalik ustozlarimdan bir nechta xato saboqlarni o'zlashtirgan edim. Menga aytishlaricha, *chela* dunyoviy vazifalar haqida ko'p o'ylamasligi kerak; agar men vazifalarimni e'tiborsiz qoldirsam yoki beparvolik bilan bajarsam, meni jazolashmagan. Inson tabiati bunday ta'limotni o'zlashtirishni juda oson deb biladi. Biroq, ustozning shafqatsiz tayogchasi ostida men tez orada mas'uliyatsizlikning yoqimli xayollaridan xalos bo'ldim.

"Bu dunyo uchun juda yaxshi bo'lganlar boshqasini bezab turibdi", dedi Shri Yuktesvar. "Toki siz yerning erkin havosidan nafas olayotgan bo'lsangiz, minnatdorchilik bilan xizmat qilishingiz shart. Nafas olish holatini to'liq egallagan

faqat u **12-16.**" kosmik imperativlardan ozod qilingan. Siz oxirgi mukammallikka erishganingiz haqida sizga xabar berishdan charchamayman.

Mening ustozimga hech qachon pora berib bo'lmaydi, hatto sevgi bilan ham. U men kabi o'z xohishi bilan uning shogirdi bo'lishni taklif qilgan har bir kishiga nisbatan yumshoqlik ko'rsatmadi. Ustoz bilan men uning shogirdlari bilan o'ralgan bo'lsak ham, notanish odamlar bilan o'ralgan bo'lsak ham, yoki yolg'iz bo'lsak ham, u har doim ochiqchasiga gapirar va keskin tanbeh berardi. Hech qanday arzimas gap aytmasdi. yuzakilikka yoki nomuvofiqlikka tushib qolish uning tanbehidan qutuldi. Bu tekislash muomalasi qiyin edi

bardosh bera oldim, lekin mening qarorim Shri Yuktesvarga mening har bir psixologik muammoimni hal qilishga ruxsat berish edi. U bu ulkan o'zgarish ustida ishlayotganida, men uning intizomiy bolg'asi og'irligi ostida ko'p marta titradim .

"Agar so'zlarim sizga yoqmasa, istalgan vaqtda ketishingiz mumkin", deb ishontirdi ustoz. "Men sizdan faqat o'zingizning yaxshilanishingizdan boshqa hech narsa istamayman. Faqat o'zingizni foyda ko'rsangizgina qoling."

U mening mag'rurligimga yetkazgan har bir kamtarona zarbasi uchun, majoziy jag'imdagi har bir tishni hayratlanarli darajada nishonga urib tushirgani uchun men hech qanday ifoda etishdan bexabar darajada minnatdorman. Inson xudbinligining qattiq yadrosini qo'pollikdan boshqa yo'l bilan chiqarib tashlash qiyin. Uning ketishi bilan Ilohiy nihoyat to'siqsiz kanal topadi. Behuda u xudbinlikning shafqatsiz yuraklari orqali o'tishga intiladi.

Shri Yuktesvarning donoligi shunchalik chuqur ediki, u hech qanday gap-so'zlarga e'tibor bermasdan, ko'pincha aytilmagan kuzatuvlarga javob berardi. "Inson nimani tasavvur qilsa, eshitadi va gapiruvchi aslida nimani nazarda tutgan bo'lsa, bir-biridan juda farq qilishi mumkin", dedi u. "Odamlarning so'zlashuvidagi chalkashliklar ortidagi fikrlarni his qilishga harakat qiling."

Lekin ilohiy tushuncha dunyoviy quloqlar uchun og'riqli; Ustoz yuzaki shogirdlar orasida mashhur emas edi. Doim soni kam bo'lgan dono odamlar uni chuqur hurmat qilishardi. Agar Shri Yuktesvarning so'zlari bunchalik samimiy va tanqidiy bo'lmaganida, u Hindistonda eng ko'p talab qilinadigan guru bo'lar edi, deb aytishga jur'at etaman.

"Men mashg'ulotlarimga kelganlarga qattiqqo'lman", deb tan oldi u menga. "Bu mening yo'lim; yoki keting, yoki keting" uni. Men vasiyatnoma hech qachon murosaga kelish. Lekin siz vasiyatnoma bo'lish juda ko'p mehribonroq ga sizning shogirdlar; bu bu sizning Men faqat o'rtacha bardoshlilikdan oshib ketadigan jiddiylik olovida poklanishga harakat qilaman. Yumshoq yondashuv ning sevgi bu shuningdek o'zgartirish. The egiluvchan va ... taslim bo'lish usullar bor donolik bilan qo'llanilsa, bir xil darajada samarali. Siz egoga qarshi qo'pol hujumlar qadrlanmaydigan begona yurtlarga borasiz. O'qituvchi Hindistonning xabarini G'arbda yetarlicha sabr-toqat va bag'rikengliksiz tarqata olmaydi." Keyinchalik qancha haqiqatga erishganimni aytishdan bosh tortaman. Ustozning so'zlaridan toping!

Shri Yuktesvarning beparvo nutqi yer yuzida yashagan yillarida ko'plab muxlislarning paydo bo'lishiga to'sqinlik qilgan bo'lsa-da, uning tirik ruhi bugungi kunda butun dunyoda, samimiy shogirdlari orqali namoyon bo'lmoqda. uning *Kriya Yoga* va boshqa ta'limotlari. U odamlar qalbida Aleksandr tuproqda orzu qilganidan ham ko'proq hukmronlikka ega.

Bir kuni otam Shri Yuktesvarga hurmat bajo keltirish uchun keldi. Ota-onam, ehtimol, mening maqtovlarimdan ba'zi so'zlarni eshitishlarini kutishgan. U mening kamchiliklarim haqida uzoq vaqt so'zlab berishganidan hayratda qoldi. Ustozning odati oddiy, ahamiyatsiz kamchiliklarni dahshat bilan aytib berish edi. tortishish kuchi. Otam meni ko'rishga shoshildi. "Ustozingizning so'zlaridan men sizni butunlay vayron bo'lgan deb o'yladim!" Ota-onam yig'lash va kulgi orasida edilar.

O'sha paytda Shri Yuktesvarning noroziligining yagona sababi, men uning muloyim ishorasiga qarshi chiqib, ma'lum bir odamni ruhiy yo'lga qaytarishga harakat qilganim edi.

Bilan g'azablangan tezlik Men qidirildi tashqarida mening guru. U qabul qilindi meni bilan tushkunlikka tushgan ko'zlar, sifatida garchi

aybdorlik hissini anglab yetdim. Bu men oldimda ilohiy sherni kamtarona ko'rgan yagona payt edi. Bu noyob lahzadan to'liq zavq oldim.

"Janob, nega meni hayratda qolgan otam oldida bunchalik shafqatsizlarcha

hukm qildingiz? Shunchaki shundaymi?" "Men buni boshqa qilmayman."

Ustozning ohangi uzr so'ragandek edi.

Men darhol qurolsizlandim. Buyuk inson o'z aybini qanchalik osonlikcha tan oldi! Garchi u endi hech qachon otamning xotirjamligini buzmagani bo'lsa-da, ustoz qachon va qayerda xohlasa, meni tinimsiz tahlil qilishda davom etdi.

Yangi shogirdlar ko'pincha Shri Yuktesvarga qo'shilib, boshqalarni qattiq tanqid qilishardi. Guru kabi dono! Beg'ubor farqlash namunalari! Lekin hujumga o'tgan kishi himoyasiz bo'lmasligi kerak. Ustoz ularning yo'nalishiga analitik titroqdan bir nechta o'qlarni ochishi bilanoq, xuddi shu shogirdlar tezda qochib ketishdi.

"Yengil tanbeh teginishlarida jirkanch bo'ladigan nozik ichki zaifliklar tananing kasal qismlariga o'xshaydi, ular hatto nozik muomala qilishdan oldin ham orqaga chekinadi." Bu Shri Yuktesvarning beparvo bo'lganlar haqidagi kulgili izohi edi.

O'z qiyofasida yaratilgan guru izlaydigan shogirdlar bor. Bunday talabalar ko'pincha Shri Yuktesvarni tushunmasliklaridan shikoyat qilishgan.

"Sizlar ham Xudoni tushunmaysizlar!" deb javob berdim bir safar. "Agar avliyo sizga aniq bo'lsa, siz ham shunday bo'lasiz." Trillionlab sirlar orasida, har soniyada tushunarsiz havodan nafas olib, kim ustozning cheksiz tabiatini darhol anglashini so'rashga jur'at etadi?

Shogirdlar kelishdi va odatda ketishdi. Yog'li hamdardlik va qulay e'tirof yo'lini istaganlar uni ziyoratgohda topa olishmadi. Ustoz asrlar davomida boshpana va cho'ponlik taklif qildi, ammo ko'plab shogirdlar ochko'zlik bilan ego-balmni ham talab qilishdi. Ular hayotning son-sanoqsiz xo'rlanishini har qanday kamtarlikdan ustun qo'yib, ketishdi. Ustozning yonib turgan nurlari, uning donoligining ochiq va chuqur quyoshi ularning ruhiy kasalligi uchun juda kuchli edi. Ular xushomadgo'ylik bilan soya solib, johillikning uyqusiga yo'l qo'yadigan biron bir pastroq ustozni qidirdilar.

Ustoz bilan bo'lgan dastlabki oylarimda uning tanbehlaridan qo'rquvni his qilardim. Tez orada bu qo'rquvlar uning og'zaki viviseksiyasini so'ragan shogirdlar uchun ajratilganini angladim. Agar biron bir qiynalayotgan talaba norozilik bildirsa, Shri Yuktesvar xafa bo'lmasdan jim bo'lib qolardi. Uning so'zlari hech qachon g'azab bilan emas, balki donolik bilan ifodalangan edi.

Ustozning tushunchasi tayyorlanmagan tasodifiy tashrif buyuruvchilar uchun emas edi; u kamdan-kam hollarda ularning kamchiliklari haqida, hatto ko'zga tashlansa ham, gapirardi. Ammo uning maslahatini so'ragan talabalarga nisbatan Shri Yuktesvar jiddiy mas'uliyatni his qildi. Haqiqatan ham jasur, xudbin insoniyatning qo'pol rudasini o'zgartirishga kirishgan guru! Avliyoning jasorati bu dunyoning qoqilib ketayotgan ko'zsizlariga bo'lgan mehr-shafqatidan kelib chiqadi.

Yashirin xafagarchilikdan voz kechganimda, jazolarim sezilarli darajada kamayganini ko'rdim. Ustoz juda nozik tarzda qiyosiy rahm-shafqatga singib ketdi. Vaqt o'tishi bilan men inson shaxsiyati odatda o'zini himoya qiladigan har bir ratsionalizatsiya va ong osti rezervatsiyasi devorini buzib tashladim. **12-17** Mukofot mening ustozim bilan osongina uyg'unlik edi. O'shanda men uning ishonchli, e'tiborli va ich-ichidan mehrli ekanligini angladim. Biroq, u hech qanday mehr so'zlamadi .

Mening fe'l-atvorim asosan dindorlikka asoslangan. Avvaliga gurumim *jnana bilan to'yingan, ammo bhaktidan* quruq ko'rinayotganini ko'rib , **12-18 ni ko'rib, bezovta bo'ldim.** o'zini faqat sovuq ruhiy matematika nuqtai nazaridan ifoda etgan. Lekin men uning tabiatiga moslashganim sari, Xudoga bo'lgan sadoqatli yondashuvimda pasayish yo'qligini, aksincha, oshganini aniqladim. O'zini anglagan ustoz turli shogirdlarini ularning asosiy tarafkashliklarining tabiiy yo'nalishlari bo'yicha to'liq yo'naltirishga qodir.

Shri Yuktesvar bilan bo'lgan munosabatlarim biroz noaniq bo'lsa-da, baribir barcha notiqliklarga ega edi. Ko'pincha fikrlarimda uning jimgina imzosini topib, nutqini befoyda qilib qo'yardim. Uning yonida jimgina o'tirib, uning ne'matlari borlig'imga tinchlik bilan yog'ilayotganini his qilardim.

Shri Yuktesvarning xolis adolati mening birinchi kollej yilimdagi yozgi ta'tilda yaqqol namoyon bo'ldi. Men Seramporeda gurum bilan uzluksiz bir necha oy o'tkazish imkoniyatidan mamnun bo'ldim.

"Siz ibodatxonani boshqarishingiz mumkin." Ustoz mening g'ayrat bilan kelishimdan xursand bo'ldi. "Sizning vazifangiz mehmonlarni qabul qilish va boshqa shogirdlarning ishlarini nazorat qilish bo'ladi."

Sharqiy Bengaldan kelgan yosh qishloq fuqarosi Kumar ikki hafta o'tgach, monastirga o'qishga qabul qilindi. Ajoyib aqlli u tezda Shri Yuktesvarning mehrini qozondi. Nimagadir, usta yangi yashovchiga juda yumshoq munosabatda bo'ldi.

"Mukunda, Kumar vazifangizni o'z zimmasiga olsin. O'z vaqtingizni supurish va ovqat pishirishga sarflang." Xo'jayin bu ko'rsatmalarni yangi bola biz bilan bir oy bo'lganidan keyin berdi.

Rahbarlik lavozimiga ko'tarilgan Kumar oilada mayda zolimlik qildi. Jimgina qo'zg'olon ko'tarib, boshqa shogirdlar kundalik maslahat uchun mendan izlashda davom etishdi.

"Mukunda imkonsiz! Siz meni nazoratchi qilib qo'ydingiz, boshqalar esa uning oldiga borib, unga bo'ysunishdi." Uch hafta o'tgach, Kumar bizning guruiga shikoyat qila boshladi. Men uni qo'shni xonadan eshitdim.

"Shuning uchun men uni oshxonaga, sizni esa mehmonxonaga tayinladim." Shri Yuktesvarning xira ohanglari Kumar uchun yangi edi. "Shu tarzda siz munosib rahbar hukmronlik qilish emas, balki xizmat qilish istagi borligini angladingiz. Siz Mukundaning mavqeini xohladingiz, lekin uni qadr-qimmatigingiz bilan saqlab qololmadingiz. Endi oshpaz yordamchisi sifatidagi avvalgi ishingizga qayting."

Bu kamtarona voqeadan so'ng, ustoz Kumarga nisbatan avvalgi odatiy bo'lmagan lazzatlanish munosabatini qayta tikladi. Jozibadorlik sirini kim hal qila oladi? Kumarda bizning ustozimiz boshqa shogirdlar uchun oqib chiqmagan maftunkor buloqni topdi. Garchi yangi bola, shubhasiz, Shri edi.

Yuktesvarning eng sevimlisi, men hech qanday xafa bo'lmadim. Hatto ustozlarda ham mavjud bo'lgan shaxsiy o'ziga xosliklar hayot tarziga boy murakkablik bag'ishlaydi. Mening tabiatim kamdan-kam hollarda biron bir tafsilotga bo'ysunadi; men Shri Yuktesvardan tashqi maqtovdan ko'ra erishib bo'lmaydigan foyda izlayotgan edim.

Kumar gapirdi zaharli ravishda ga meni bitta kun holda sabab; Men edi chuqur jarohatlangan.

"Boshing yorilib ketguncha shishib ketyapti!" Men intuitiv ravishda haqiqatni his qilgan ogohlantirishni qo'shdim: "Agar o'z yo'llaringni tuzatmasang, bir kun kelib sendan bu ashramni tark etishing so'raladi."

Kumar kinoya bilan kulib, xonaga hozirgina kirgan guruimizga mening gapimni takrorladi. Menga tanbeh berishlarini kutib, itoatkorlik bilan burchakka chekindim.

"Balki Mukunda haqdir." Ustozning bolaga javobi g'ayrioddiy sovuqqonlik bilan keldi. Men hech qanday jazosiz qochib qutuldim.

Bir yil o'tgach, Kumar bolalik uyiga tashrif buyurish uchun yo'lga chiqdi. U shogirdlarining harakatlarini hech qachon vakolatli ravishda nazorat qilmagan Shri Yuktesvarning jimgina noroziligiga e'tibor bermadi. Bola bir necha oydan keyin Seramporga qaytib kelganida, yoqimsiz o'zgarish sezildi. Yuzi xotirjam va yorqin Kumar yo'q bo'lib ketdi. Bizning oldimizda faqat bir nechta yomon odatlarga ega bo'lgan, taniqli dehqon turardi.

Ustoz meni chaqirib, bola endi monastir hayotiga mos kelmasligi haqida qayg'u bilan gapirdi.

"Mukunda, Kumarga ertaga ashramni tark etishni buyurishni sizga qoldiraman; men buni qila olmayman!" Shri Yuktesvarning ko'zlarida yosh paydo bo'ldi, lekin u tezda o'zini tuta boshladi. "Agar bola menga quloq solib, keraksiz do'stlar bilan aralashish uchun ketmaganida, bu chuqurlikka hech qachon tushmagan bo'lardi. U mening himoyamni rad etdi; shafqatsiz dunyo hali ham uning ustozini bo'lishi kerak."

Kumarning ketishi menga hech qanday quvonch keltirmadi; afsuski, men qanday qilib kuchga ega odam g'alaba qozonishi mumkinligi haqida o'yladim. Xo'jayinning sevgisi arzonroq jozibalarga hech qachon javob bera olmaydi. Sharob va jinsiy aloqadan zavqlanish insonning tabiiy ongida ildiz otgan va ularni qadrlash uchun idrokning lazzatlarini talab qilmaydi. Aql-idrok hiylalari rang-barang gullari bilan xushbo'y hidli doim yashil oleanderga o'xshaydi: o'simlikning har bir qismi zaharli. Shifo yurti ichkarida joylashgan bo'lib, minglab chalg'ituvchi yo'llarda ko'r-ko'rona izlangan baxt bilan nur sochadi. **12-19**

"O'tkir aql ikki qirrali", deb ta'kidlagan ustoz bir paytlar Kumarning yorqin aqli

haqida. "Undan pichoq kabi konstruktiv yoki halokatli tarzda foydalanish mumkin, yo johillik qaynab ketishini yo'qotish uchun, yoki o'z boshini kesish uchun. Aql faqat aql ruhiy qonunning muqarrarligini tan olganidan keyingina to'g'ri yo'naltiriladi."

Mening ustozim erkak va ayol shogirdlar bilan bermalol aralashib, barchaga o'z farzandlaridek munosabatda bo'lardi. Ularning ruhiy tengligini anglab, u hech qanday farq yoki tarafkashlik ko'rsatmasdi.

"Ichkarida uyqu, siz qil emas bilish yoki yo'qmi siz bor a erkak yoki a ayol," u dedi.
"Faqat sifatida a odam,

Ayol qiyofasida bo'lish ayol qiyofasiga kirmaydi, shuning uchun ham erkak, ham ayol qiyofasida bo'lgan ruhning jinsiy aloqasi yo'q. Ruh Xudoning sof, o'zgarmas qiyofasidir.

Shri Yuktesvar hech qachon ayollardan qochmagan yoki ularni vasvasaga solish obyekti sifatida ayblamagan. Uning so'zlariga ko'ra, erkaklar ham ayollar uchun vasvasa bo'lgan. Bir safar men o'z ustozimdan nima uchun qadimgi buyuk avliyo ayollarni "do'zax eshigi" deb ataganini so'radim.

— Qiz bola uning yoshligida xotirjamligiga juda katta muammo tug'dirgan bo'lsa kerak, — deb javob berdi ustozim qo'pol ohangda. — Aks holda u ayolni emas, balki o'zini tuta bilishdagi biron bir kamchilikni qoralagan bo'lardi.

Agar tashrif buyuruvchi ziyoratgohda biron bir ta'sirli hikoya aytib berishga jur'at etsa, ustoz javobsiz sukut saqlar edi. "Go'zal yuzning g'azablantiruvchi qamchisiga duchor bo'lishga yo'l qo'ymang", dedi u shogirdlariga. "Hissiy qullar dunyodan qanday zavqlanishlari mumkin? Uning nozik lazzatlari ulardan qochib ketadi, ular esa asl loyda suzib yurishadi. Barcha yoqimli farqlar elementar shahvatlarga ega odam uchun yo'qoladi."

Dualistik *maya* xayolidan qochishga intilayotgan talabalar Shri Yuktesvardan sabrli va tushunarli maslahat olishdi.

"Xuddi ovqatlanishning maqsadi ochlikni qondirish, ochlikni qondirish bo'lgani kabi, jinsiy instinkt ham tabiiy qonunlarga muvofiq turlarning ko'payishi uchun yaratilgan, hech qachon to'yimas istaklarni qo'zg'atish uchun emas", dedi u. "Noto'g'ri istaklarni hozir yo'q qiling; aks holda ular astral tana jismoniy qobig'idan uzilgandan keyin sizni ta'qib qiladi. Hatto tanangiz zaif bo'lsa ham, ong doimo qarshilik ko'rsatishi kerak. Agar vasvasa sizga shafqatsiz kuch bilan hujum qilsa, uni shaxssiz tahlil va yengilmas iroda bilan yengib chiqing. Har bir tabiiy ehtirosni egallash mumkin.

"Kuchlaringizni saqlang. His-tuyg'ularingizning barcha irmoqlari ichiga singib ketgan keng okean kabi bo'ling. Kichik orzular sizning ichki xotirjamligingiz omboridagi teshiklar bo'lib, shifobaxsh suvlarning materializm cho'lida isrof bo'lishiga imkon beradi. Noto'g'ri istakning kuchli faollashtiruvchi impulsi inson baxtining eng katta dushmanidir. Dunyoda o'zini tuta bilish sheri kabi kezib yuring; zaiflik qurbaqalari sizni tepib yubormasligiga ishonch hosil qiling."

Ibodot qiluvchi nihoyat barcha instinktiv majburlashlardan xalos bo'ladi. U insoniy mehr-muhabbatga bo'lgan ehtiyojini faqat Xudoga intilishga, hamma joyda mavjud bo'lganligi sababli yolg'iz sevgiga aylantiradi.

Shri Yuktesvarning onasi men birinchi marta guruga tashrif buyurgan Benaresning Rana Mahal tumanida yashar edi. Mehribon va mehribon bo'lsa-da, u hali ham juda qat'iy fikrlaydigan ayol edi. Bir kuni men uning balkonida turib, ona va o'g'ilning

suhbatini kuzatdim. Ustoz o'zining jim va oqilona uslubida uni biror narsaga ishontirishga harakat qilardi. Aftidan, u muvaffaqiyatsizlikka uchradi, chunki u boshini katta g'ayrat bilan chayqadi.

"Yo'q, yo'q, mening o'g'il, borish uzoqda hozir! Sizning dono so'zlar bor emas uchun men! Men ertalab emas sizning shogird!"

Shri Yuktesvar boshqa tortishuvsiz, xuddi tanbeh berilgan bola kabi orqaga chekindi. Uning onasiga bo'lgan ulkan hurmati meni hayratga soldi, hatto uning aqlga sig'maydigan kayfiyatida ham. U uni faqat o'zining kichkina o'g'lidek ko'rardi,

donishmand sifatida emas. Bu arziyas voqeada o'ziga xos joziba bor edi; bu mening ukamning g'ayrioddiy tabiatiga, ichki kamtarin va tashqi tomondan egilmasligiga yon tomondan nur soldi.

Monastir qoidalari svamilarga rasmiy uzilishdan keyin dunyoviy aloqalar bilan aloqani saqlab qolishga imkon bermaydi. U uy egasi uchun majburiy bo'lgan oilaviy marosimlarni bajara olmaydi. Shunga qaramay, Svami ordenining qadimgi asoschisi Shankara buyruqlarni mensimadi. Sevimli onasi vafot etganida, u uning jasadini ko'tarilgan qo'lidan otilib chiqqan samoviy olov bilan kuydirdi.

Shri Yuktesvar ham cheklovlarni e'tiborsiz qoldirdi, bu esa unchalik ajoyib bo'lmagan tarzda amalga oshirildi. Onasi vafot etganida, u Benaresdagi muqaddas Ganges bo'yida krematsiya xizmatlarini tashkil qildi va qadimgi odatlarga muvofiq ko'plab brahmanlarni ovqatlantirdi.

Shastrik taqiqlar svamilarga tor identifikatsiyalarni yengishga yordam berish uchun mo'ljallangan edi. *Shankara* va Shri Yuktesvar o'z mavjudotlarini butunlay Shaxssiz Ruhda birlashtirgan edilar; ular qoida bilan qutqarishga muhtoj emas edi. Ba'zan usta ham kanonni shakldan ustun va mustaqil degan tamoyilni qo'llab-quvvatlash uchun ataylab e'tiborsiz qoldiradi. Shunday qilib, Iso o'sha kuni makkajo'xori boshloqlarini uzib oldi dam olish haqida. Muqarrar tanqidchilarga u shunday dedi: "Shanba inson uchun yaratilgan, inson shanba uchun emas." **12-20**

Muqaddas Kitobdan tashqarida, Shri Yuktesvarning o'qishi bilan kamdan-kam hollarda kitob hurmatga sazovor bo'lgan. Shunga qaramay, u doimo eng so'nggi ilmiy kashfiyotlar va bilimning boshqa yutuqlari bilan tanish edi. Ajoyib suhbatdosh sifatida u mehmonlari bilan son-sanoqsiz mavzular bo'yicha fikr almashishdan zavqlanardi. Mening ustozimning tayyor hazilkashligi va kulgisi har bir muhokamani jonlantirardi. Ko'pincha jiddiy bo'lgan ustoz hech qachon g'amgin bo'lmagan. "Rabbiyni izlash uchun uning yuzini buzish shart emas", deb ta'kidlardi u. "Xudoni topish barcha qayg'ularning dafn marosimini anglatishini unutmang."

Ziyoratgohga kelgan faylasuflar, professorlar, huquqshunoslar va olimlar orasida bir qanchasi birinchi tashrifiga pravoslav dindor bilan uchrashish umidida kelishgan. Ba'zan mag'rur tabassum yoki xushchaqchaq bag'rikenglik bilan qarash yangi kelganlarning bir nechta taqvodor gaplardan boshqa hech narsa kutmaganliklarini ko'rsatib turardi. Shunga qaramay, ularning ikkilanib ketishi Shri Yuktesvarning ularning ixtisoslashgan sohalarida aniq tushunchaga ega ekanligiga ishonch hosil qilishiga olib keldi.

Mening ustozim odatda mehmonlarga muloyim va xushmuomala edi; uni maftunkor samimiylik bilan kutib olishardi. Shunga qaramay, o'jar xudbinlar ba'zan tetiklantiruvchi zarbani boshdan kechirishardi. Ular Ustozda yo sovuq befarqlik, yoki dahshatli qarshilikka duch kelishdi: muz yoki temir!

Bir paytlar taniqli kimyogar Shri Yuktesvar bilan qilich kesishgan edi. Mehmon Xudoning borligini tan olmasdi, chunki ilm-fan Uni aniqlashning hech qanday usulini o'ylab topmagan.

"Demak, siz sinov naychalarigizdagi Oliy Quvvatni ajratib olishda tushunarsiz ravishda muvaffaqiyatsizlikka uchragansiz!" Ustozning nigohi qattiq edi. "Men misli ko'rilmagan tajribani tavsiya qilaman. Fikrlaringizni yigirma to'rt soat davomida tinimsiz o'rganib chiqing. Keyin endi Xudoning yo'qligiga hayron bo'lmang."

A nishonlangan ekspert qabul qilindi a o'xshash silkinish. Bilan dabdabali g'ayrat, ... olim larzaga keldi ... ashram

rafters bilan Muqaddas Kitobga oid rivoyat. Jarangdor parchalar quydi dan ...
Mahabharata , ...

.*Upanishadlar* , **12-21** ... *Bhasyalar* **12-22** ning Shankara

"Sizni eshitishni kutayapman." Shri Yuktesvarning ohangi savol ohangida edi, go'yo butunlay sukunat hukm surgandek. Ekspert hayron bo'ldi.

"Iqtiboslar juda ko'p bo'lgan." Ustozning so'zlari meni xursand qildi, men esa mehmondan hurmat bilan uzoqlashib, burchagimda cho'kkalab o'tirdim. "Ammo hayotingizning o'ziga xosligidan kelib chiqib, qanday original sharhlar keltira olasiz? Qanday muqaddas matnni o'zlashtirdingiz va o'zingizniki qildingiz? Bu abadiy haqiqatlar sizning tabiatingizni qanday yangiladi? Siz boshqa odamlarning so'zlarini mexanik ravishda takrorlab, bo'sh g'azabga aylanishdan mamnunmisiz?"

"Men berish yuqoriga! The olimning xafa edi kulgili. "Men ega bo'lish yo'q ichki anglash."

Ehtimol, u birinchi marta vergulni aniq joylashtirish ruhiy komani qoplamasligini tushungandir.

"Bu gonsiz pedantlardan chiroqning hidi keladi", dedi mening guruh tanbeh berilgan odam ketganidan keyin. "Ular falsafani yumshoq intellektual tayyorgarlik mashqi sifatida afzal ko'rishadi. Ularning yuksak fikrlari na tashqi harakatlarning qo'polligi, na biron bir ichki jazolash intizomi bilan ehtiyotkorlik bilan bog'liq emas!"

Usta stressli yoqilgan boshqa holatlar ... behudalik ning shunchaki kitob o'rganish.

"Tushunishni kengroq so'z boyligi bilan adashtirmang", dedi u. "Muqaddas yozuvlar, agar bir vaqtning o'zida bitta band asta-sekin o'zlashtirilsa, ichki anglashga bo'lgan istakni uyg'otishda foydalidir. Doimiy intellektual o'rganish behudalikka va hazm qilinmaganning soxta qoniqishiga olib keladi." bilim."

Shri Yuktesvar o'zining Muqaddas Kitobga asoslangan ta'limot tajribalaridan birini aytib berdi. Bu voqea Bengalning sharqiy qismidagi o'rmonda sodir bo'lgan, u yerda u mashhur o'qituvchi Dabru Ballavning amaliyotini kuzatgan. Uning usuli, bir vaqtning o'zida oddiy va qiyin bo'lsa-da, qadimgi Hindistonda keng tarqalgan edi.

Dabru Ballav shogirdlarini o'z atrofiga silvan yolg'izlikda to'plagan edi. Ularning oldida muqaddas *Bhagavad Gita* ochiq edi. Ular yarim soat davomida bir parchaga qat'iy qarashdi, keyin ko'zlarini yumishdi. Yana yarim soat o'tib ketdi. Ustoz qisqacha izoh berdi. Ular harakatsiz holda yana bir soat meditatsiya qilishdi. Nihoyat guru gapirdi.

"Bo'lishi kerak siz tushundingizmi?"

"Ha, janob. Bir ichida ... guruh tavakkal qildi bu tasdiq.

"Yo'q; to'liq emas. Bu so'zlarga Hindistonni asrlar davomida yoshartirish qudratini bergan ma'naviy hayotni izlang." Yana bir soat jimlikda o'tib ketdi. Ustoz shogirdlarini jo'natib yubordi va Shri Yuktesvarga yuzlandi.

"Yo'q, janob, emas haqiqatan ham; garchi mening ko'zlar va aql ega bo'lish yugurish orqali uning sahifalar ko'p marta."

"Minglab odamlar menga boshqacha javob berishdi!" Buyuk donishmand ustozga duo qilib jilmaydi. "Agar kimdir Muqaddas Kitob boyligini tashqi ko'rinish bilan band bo'lsa, bebaho marvaridlar ortidan jimgina ichkariga sho'ng'ish uchun qancha vaqt qoladi?"

Shri Yuktesvar o'z shogirdlarini o'rganishni xuddi shu intensiv bir tomonlama yondashuv usuli bilan boshqargan. "Donolik ko'zlar bilan emas, balki atomlar bilan singdiriladi", dedi u. "Agar haqiqatga bo'lgan ishonchingiz nafaqat miyangizda, balki borlig'ingizda bo'lsa, siz uning ma'nosini ikkilanib tasdiqlashingiz mumkin." U talabaning kitob bilimlarini shunday talqin qilishiga moyilligini rad etdi. ma'naviy anglashga erishish uchun zarur qadam.

" *Rishilar* bir jumlada sharhlovchi olimlar avlodlar davomida o'zlarini qiynab kelgan chuqur ma'nolarni yozib qo'yishgan", dedi u. "Cheksiz adabiy bahslar dangasa onglar uchun. "Xudo bor", yo'q, "Xudo"dan ko'ra ozod qiluvchiroq fikr bormi?"

Lekin inson soddalikka osongina qaytmaydi. U uchun kamdan-kam hollarda "Xudo", balki o'rganilgan takabburlikdir. Uning egosi bunday bilimni anglay olganidan xursand.

Yuqori dunyoviy mavqega ega ekanliklarini mag'rurlik bilan anglagan odamlar, Ustoz huzurida, boshqa mulklariga kamtarlik qo'shishlari mumkin edi. Bir safar mahalliy sudya Puri shahridagi dengiz bo'yidagi merosxo'rga suhbatga keldi. Shafqatsizligi bilan mashhur bo'lgan bu odam bizni ashramdan haydab chiqarishga qodir edi. Men guruimni despotik imkoniyatlar haqida ogohlantirdim. Lekin u murosasiz qiyofada o'tirdi va mehmonni kutib olish uchun o'rnidan turmadi. Bir oz asabiylashdi, Men eshik oldida cho'kkalab o'tirdim. Erkak yog'och quti bilan kifoyalanishi kerak edi; mening ustozim mendan stul olib kelishimni so'ramadi. Sudyaning uning ahamiyati tantanali ravishda e'tirof etilishi haqidagi aniq umidlari amalga oshmadi.

Metafizik munozara boshlandi. Mehmon Muqaddas Kitobni noto'g'ri talqin qilishda xato qildi. Uning aniqligi pasaygan sari, uning g'azabi ko'tarildi.

"Magistr imtihonida birinchi o'rinni egallaganimni bilasizmi?" Sabab uni tashlab ketgan edi, lekin u baribir baqira olardi.

— Janob sudya, bu sizning sud zali emasligini unutibsiz, — deb javob berdi usta bir tekisda. — Sizning bolalarcha gaplaringizdan men sizning kollejdagi martabangiz ajoyib bo'lgan deb taxmin qilgan bo'lardim. Har holda, universitet diplomi Vedik tushunchasi bilan chambarchas bog'liq emas. Avliyolar buxgalterlar singari har

semestrda guruh-guruh bo'lib yetishtirilmaydi.

Keyin a hayratda qolgan sukunat, ... mehmon kuldi chin dildan.

"Bu mening samoviy hakam bilan birinchi uchrashuvim", dedi u. Keyinchalik u o'zining mavjudligining ajralmas qismi bo'lgan qonuniy shartlar bilan rasmiy ravishda qabul qilinishini so'radi.

"sinov muddati" shogird.

Mening gurumim o'z mulkini boshqarish bilan bog'liq tafsilotlarga shaxsan e'tibor qaratardi. Vijdotsiz odamlar turli holatlarda Ustozning ajdodlari yerini egallashga harakat qilishdi. Shri Yuktesvar qat'iyat bilan va hatto sud jarayonlarini qo'zg'atish orqali har bir raqibni aldab o'tdi. U hech qachon tilanchi guru bo'lmaslik yoki shogirdlariga yuk bo'lmaslik istagi tufayli bu og'riqli tajribalarni boshdan kechirdi.

Uning moliyaviy mustaqilligi mening xavotirli darajada ochiqko'ngil ustozimning diplomatiyaning ayyorliklaridan xoli bo'lishining sabablaridan biri edi. O'z tarafdorlarini xushomad qilishga majbur bo'lgan o'qituvchilardan farqli o'laroq, mening gurum boshqalarning boyligining ochiq yoki yashirin ta'siriga befarq edi. Men uning biron bir maqsad uchun pul so'raganini yoki hatto ishora qilganini hech qachon eshitmaganman. Uning merosxo'rlik ta'limi barcha shogirdlarga bepul va tekinga berilgan.

Bir kuni qo'pol sud vakili Serampore ashramiga Shri Yuktesvarga qonuniy chaqiruv qog'ozi bilan xizmat qilish uchun keldi. Kanai ismli shogird va men ham u yerda edik. Ofitserning ustozga munosabati haqoratli edi.

"Zaharxonangiz soyasini tark etib, sud zalining halol havosidan nafas olish sizga foyda keltiradi." Deputat nafrat bilan jilmaydi. Men o'zimni tiya olmadim.

"Yana bir so'z ning sizning beparvolik va siz vasiyatnoma bo'lish yoqilgan ... qavat! Men ilg'or tahdid bilan.

— Bechora! — deb qichqirdi Kanayning ovozi mening qichqirigim bilan bir vaqtda. — Kufrlaringizni bu muqaddas ashramga olib kirishga jur'at eta olasizmi?

Lekin Ustoz zolimning oldida himoya bilan turardi. "Bekor narsadan hayajonlanmang. Bu odam faqat o'zining qonuniy burchini bajarmoqda."

The ofitser, dovdirab qolgan da uning turlicha qabulxona, hurmat bilan taklif qilingan a so'z ning uzr so'rash va tezlikni oshirdi uzoqda.

Bunday olovli irodaga ega bo'lgan ustozning ichki dunyosi shunchalik xotirjam bo'lishi mumkinligini bilish hayratlanarli edi. U Xudo odamining Vedik ta'rifiga mos keladi: "Mehr-oqibat haqida gap ketganda, guldan yumshoqroq; tamoyillar xavf ostida bo'lganda, momaqaldiroqdan kuchliroq".

Bu dunyoda har doim Brauningning so'zlari bilan aytganda, "yorug'likka chidamaydigan, mavjud bo'lgan" odamlar bor. "O'zlari noma'lum." Ba'zan begona odam Shri Yuktesvarni xayoliy shikoyati uchun tanqid qilar edi. Mening xotirjam gurum xushmuomalalik bilan tinglardi, qoralashda biron bir haqiqat parchasi bor-yoqligini tekshirish uchun o'zini tahlil qilar edi. Bu sahnalar menga Ustozning betakror kuzatuvlaridan birini eslatardi: "Ba'zi odamlar boshqalarning boshlarini

kesib, baland bo'yli bo'lishga harakat qilishadi!"

Avliyoning so'nmas xotirjamligi har qanday va'zdan ham ta'sirliroqdir. "G'azablanishga shoshilmaydigan zolimdan yaxshiroqdir; o'z ruhini boshqaradigan shaharni egallagandan ko'ra yaxshiroqdir." **12-23**

Men tez-tez aks ettirilgan bu mening ulug'vor Usta mumkin edi osongina ega bo'lish bo'lgan bir imperator yoki dunyoni larzaga soluvchi

Jangchining fikri shuhratga yoki dunyoviy yutuqlarga qaratilgan edi. Buning o'rniga u g'azab va xudbinlikning ichki qal'alariga hujum qilishni tanladi, ularning qulashi insonning cho'qqisiga teng edi.

12-1 : "Durga ibodati." Bu Bengal yilining asosiy festivali bo'lib, sentyabr oyi oxirida to'qqiz kun davom etadi. Darhol ergashish bu ... o'n kunlik festival ning *Dashahara* ("bu Bir JSSV olib tashlaydi o'n gunohlar" - uchta ning tanasi, uchta ning aql, to'rtta ning nutq). Ikkalasi ham *pujalar* bor muqaddas ga Durga, so'zma-so'z "bu Kirish mumkin emas," bir jihat ning Ilohiy Ona, Shakti, ayol ijodiy kuchining timsoli.

12-2 : Shri Yuktesvar edi tug'ilgan yoqilgan May 10, 1855-yil.

12-3 : *Yuktesvar* degani "birlashgan ga Xudo." *Giri* bu a tasniflovchi farq ning bitta ning ... o'n qadimgi Swami filiallar. *Shri* .degani "muqaddas"; uni bu emas a ism lekin a sarlavha ning hurmat

12-4 : So'zma-so'z, "ga to'g'ridan-to'g'ri birga." *Samadhi* bu a o'ta ongli davlat ning ekstaz ichida qaysi ... yogi sezadi ... ruh va ruhning o'ziga xosligi.

12-5 : Xurrak urishi, muvofiq ga fiziologlar, bu bir ko'rsatma ning mutlaqo dam olish (ga ... bexabar amaliyotchi, faqat).

12-6 : *Dhal* bu a qalin sho'rva qilingan dan Split no'xat yoki boshqa impuls. *Channa* bu a pishloq ning yangi tvorogli sut, kesilgan kvadrat shaklida va kartoshka bilan karri shaklida.

12-7 Yogining hamma joyda mavjud bo'lgan kuchlari, bu orqali u o'zining yaratilishdagi yagonaligini ko'radi, eshitadi, ta'mlaydi, hidlaydi va his qiladi. ... foydalanish ning sensorli organlar, ega bo'lish bo'lgan tasvirlangan sifatida ergashadi ichida ... *Taittiriya Aranyaka* : "The ko'r erkak teshilgan marvarid; barmoqsizlar unga ip soldi; bo'yinsizlar uni taqib yurishdi; tilsizlar esa uni maqtadilar.

12-8 : The kobra tezda ish tashlashlar da har qanday ko'chib o'tish ob'ekt ichida uning diapazon. Tugallangan harakatsizlik bu odatda birovning soley umid xavfsizlik .

12-9 : Lahiri Mahasaya aslida dedi "Priya" (birinchi yoki berilgan ism), emas "Yuktesvar" (monastir ism, emas qabul qilindi tomonidan mening ustozim davomida Lahiri Mahasaya's muddat). (Qarang [sahifa 109.](#)) "Yuktesvar" bu almashtirildi Bu yerga, va ichida a bir nechta boshqa joylar ushbu kitobda, o'quvchini ikki nom bilan chalkashtirib yubormaslik uchun.

12-10 : "Shuning uchun Men aytmoq ga sen, Nima narsalar har qanday siz istak, qachon siz ibodat qiling, ishonish bu siz qabul qilish ularni, va siz "Ularga ega bo'ladilar." - *Mark* 11:24. Ilohiy vahiya ega bo'lgan ustozlar o'zlarining amalga oshirishlarini ilg'or shogirdlarga to'liq etkazishga qodir, xuddi Lahiri Mahasaya bu safar Shri Yuktesvar uchun qilganidek.

12-11 : "Va bitta ning ularni urildi ... xizmatkor ning ... yuqori ruhoni, va kesilgan o'chirilgan uning o'ng quloq. Va Iso javob berdi va — Hozircha sabr qilinglar, — dedi. U qulog'iga tegib, uni sog'aytirdi. (*Luqa* 22:50-51)

12-12 : "Bering emas bu qaysi bu muqaddas ga ... itlar, hech biri aktyorlar tarkibi siz sizning marvaridlar oldin cho'chqa, ehtimol ular oyoq osti qilish ularni oyoqlari ostiga qo'yib, yana qaytib, sizni yirtib tashlaydilar." (*Matto* 7:6).

12-13 : Shogirdlar; dan Sanskritcha fe'l ildiz, "ga xizmat qiling."

12-14 : U edi bir marta kasal ichida Kashmir, qachon Men edi yo'q dan uni. (Qarang [bob 23.](#))

12-15 : A jasur tibbiy odam, Charlz Robert Richet, mukofotlangan ... Nobel Mukofot ichida fiziologiya, yozgan sifatida quyidagicha: "Metafizika hali rasman fan sifatida tan olinmagan. Lekin shunday bo'ladi. Da Edinburg, Men edi qodir ga

tasdiqlash oldin 100 fiziologlar bu bizning besh sezgilar bor emas bizning faqat degani ning bilim va bu a parcha ning Chunki a fakt bu noyob bu yo'q sabab bu uni qiladi emas ba'zan haqiqat yetib boradi ... aql ichida boshqa yo'llar. mavjud bo'lish. Chunki

Ular JSSV ega bo'lish panjarali da metafizika sifatida bir... a o'rganish bu qiyin, bu bu a sabab uchun emas tushunish u? okkultizm

. ... masala falsafa toshini izlash xayoliy ekanligi sababli kimyoni tanqid qilganlar kabi ilm-fan ham o'zlaridan uyaladi
ning tamoyillar U yerda bor faqat ular ning Lavoazye, Klod Bernard, va

Paster- *eksperimental* hamma joyda va har doim. Salomlar, keyin, ga ... yangi fan qaysi bu ketayotgan ga o'zgarish inson
".tafakkurining yo'nalishi

12-16 : *Samadhi* : mukammal kasaba uyushma ning ... individuallashtirilgan jon bilan ... Cheksiz Ruh.

12-17 : The ongsiz ravishda boshqariladigan ratsionalizatsiyalar ning ... aql bor butunlay turlicha dan ... xatosiz yo'l-yo'riq ning haqiqat qaysi masalalar dan ... o'ta onglilik. LED tomonidan Fransuzcha olimlar ning ... Sorbonna, G'arbiy mutafakkirlar bor boshlanish insonda ilohiy idrok imkoniyatini o'rganish.

So'nggi yigirma yil davomida Freyd ta'sirida psixologiya talabalari barcha vaqtlarini ong ostini izlashga bag'ishladilar." "olamlar," Ravvin Isroil H. Levintal uchli tashqarida ichida 1929-yil. "Bu bu rost bu ... ong osti ochib beradi juda ko'p ning inson harakatlarini tushuntira oladigan sir, lekin barcha harakatlarimizni emas. U g'ayritabiiy narsalarni tushuntira oladi, lekin yuqoridagi amallarni emas. ... normal. The eng so'nggi psixologiya, homiylik qilingan tomonidan ... Fransuzcha maktablar, bor kashf etilgan a yangi mintaqada ichida odam, qaysi u o'ta ongli deb ataladi. Tabiatimizning suv osti oqimlarini ifodalovchi ongsiz ondan farqli o'laroq, u ochib beradi ... balandliklar ga qaysi bizning tabiat banka yetib borish. Erkak ifodalaydi a uch karra, emas a ikki barobar, shaxsiyat; bizning ongli va ong osti mavjudoti o'ta ong bilan tojlangan. Ko'p yillar oldin ingliz psixologi FWH Myers "bizning borlig'imiz tubida axlat uyumi va xazina yashiringan" deb ta'kidlagan edi. Barcha tadqiqotlarini inson tabiatidagi ong ostiga qaratadigan psixologiyadan farqli o'laroq, o'ta ong ostining bu yangi psixologiyasi o'z e'tiborini xazina uyasiga, ya'ni odamlarning buyuk, fidoyi, qahramonona ishlarini .tushuntira oladigan sohaga qaratadi

12-18 : *Jnana* , donolik, va *bhakti* , sadoqat: ikki ning ... asosiy yo'llar ga Xudo.

12-19 : "Odam ichida uning uyg'onish davlat put oldinga son-sanoqsiz harakatlar uchun boshdan kechirish shahvoniy zavqlar; qachon ... butun "Bir guruh sezgi organlari charchaganida, u hatto qo'lidagi zavqni ham unutib, o'z tabiatida, ruhda orom olish uchun uxlab qoladi", deb yozgan buyuk vedantist Shankara. "Shunday qilib, o'ta hissiy baxtga erishish juda oson va u har doim jirkanchlik bilan tugaydigan hissiy zavqlardan ancha ustundir."

12-20 : *Mark* 2:27.

12-21 Upanishadlar yoki *Vedanta* (so'zma- so'z "Vedalarining oxiri") Vedalarining ayrim qismlarida *muhim* xulosalar sifatida uchraydi. *Upanishadlar* hind dinining ta'limot asosini tashkil qiladi. Ular Shopenhauerdan quyidagi hurmatni olishgan: "Qanaqasiga butunlay qiladi ... *Upanishad* nafas olish bo'ylab ... muqaddas ruh ning ... *Vedalar*! Qanaqasiga bu hamma o'sha ruh tomonidan qalbining tubiga qadar uyg'otilgan beqiyos kitob bilan kim tanishgan! Har bir jumladan chuqur, asl, va ulug'vor fikrlar paydo bo'lish, va ... butun bu keng tarqalgan tomonidan a yuqori va muqaddas va jiddiy ruh. . . . *Upanishadlar* orqali *Vedalarga* kirish, mening nazarimda, bu asr avvalgi barcha asrlardan oldin egallashi mumkin bo'lgan eng katta imtiyozdir.

12-22 : Sharhlar. Shankara tengsiz tushuntirildi ... *Upanishadlar* 12-23 :

Hikmatlar 16:32.

BOB: 13

The Uyqusiz Avliyo

"Iltimos, Himolay tog'lariga borishimga ijozat bering. Umid qilamanki, uzluksiz yolg'izlikda uzluksiz ilohiy birlikka erishaman."

Men aslida bir marta ustozimga shu noshukur so'zlarni aytgan edim. Ba'zan dindorni qiynayotgan oldindan aytib bo'lmaydigan xayollardan biriga berilib, men monastir vazifalari va kollejda o'qishga tobora sabrsizlanib borayotganimni his qildim. Yengillashtiruvchi holat shundaki, mening taklifim Shri Yuktesvar bilan atigi olti oy bo'lganimda qilingan edi. Men hali uning baland qaddi-qomatini to'liq ko'rib chiqmagan edim.

"Himolay tog'larida ko'plab tog'liklar yashaydi, ammo ularda Xudo haqidagi tushuncha yo'q." Mening ustozimning javobi sekin va sodda edi. "Donolikni inert tog'dan emas, balki aqlli odamdan izlash yaxshiroqdir ."

Ustozning ustozim tepalik emas, balki u ekanligi haqidagi oddiy ishorasini e'tiborsiz qoldirib, iltimosimni takrorladim. Shri Yuktesvar javob bermadi. Men uning sukutini rozilik deb qabul qildim, bu noaniq talqinni qulay vaqtda osongina qabul qilish mumkin edi.

O'sha oqshom Kalkuttadagi uyimda sayohatga tayyorgarlik ko'rish bilan band edim.

Bir nechta buyumlarni adyolga bog'lab, bir necha yil oldin chordoq derazamdan yashirincha tushib ketgan shunga o'xshash bog'lamni esladim. Bu Himolay tog'lariga yana bir omadsiz parvoz bo'ladimi, deb o'yladim.

Birinchi marta ruhiy shodligim juda yuqori bo'lganida; bugun kechqurun ustozimni tark etish fikri meni qattiq qiynadi.

Ertasi kuni ertalab men Shotlandiya cherkov kollejidagi sanskrit tili professorim Behari Punditni qidirdim .

"Janob, siz menga Lahiri Mahasayaning buyuk shogirdi bilan do'stligingiz haqida gapirib berdingiz. Iltimos, uning manzilini bering."

"Siz Ram Gopal Muzumdarni nazarda tutyapsiz. Men uni "uyqusiz avliyo" deb atayman. U doim ekstatik ongda uyg'oq bo'ladi. Uning uyi Tarakesvar yaqinidagi Ranbajpurda."

Men minnatdorchilik bildirdi ... ekspert, va o'rganib qolgan darhol uchun Tarakesvar. Men umid qilgan ga sukunat "Uyqusiz avliyo"dan yolg'iz Himoloy meditatsiyasi bilan shug'ullanish uchun ruxsat olish orqali shubhalarimni yo'q qildim. Eshitganimga qaraganda, Beharining do'sti uzoq yillar davomida yolg'iz g'orlarda *Kriya Yoga amaliyotidan so'ng ma'rifat olgan ekan*.

Tarakesvarda men mashhur ziyoratgohga bordim. Hindular uni katoliklar Fransiyadagi Lurd ziyoratgohiga bergan hurmat bilan qabul qiladilar. Tarakesvarda son-sanoqsiz shifo mo''jizalari, jumladan, mening oilam a'zosi uchun ham sodir bo'lgan.

"Men u yerda bir hafta ibodatxonada o'tirdim", dedi menga bir marta katta xolam.

"To'liq ro'za tutib, Sarada amakingizning surunkali kasallikdan sog'ayib ketishi

uchun ibodat qildim. Yettinchi kuni qo'limda o'simlik topdim! Barglardan damlama tayyorlab, amakingizga berdim. Uning kasallik birdaniga yo'q bo'lib ketdi va hech qachon qayta paydo bo'lmadi.

Men muqaddas Tarakesvar ziyoratgohiga kirdim; qurbongohda faqat dumaloq tosh bor. Uning boshlanmagan va cheksiz aylanasi uni Cheksizlikning o'rinli ahamiyatiga ega qiladi. Kosmik

Abstraksiyalar hatto eng oddiy hind dehqoniga ham begona emas; aslida u g'arbliklar tomonidan abstraksiyalar asosida yashashda ayblangan!

O'sha paytda kayfiyatim shu qadar qattiq ediki, tosh ramzi oldida bosh egishni istamasdim. Xudoni faqat qalb ichida izlash kerak, deb o'yladim men.

Men ibodatxonadan bosh egmasdan chiqib, chekkadagi Ranbajpur qishlog'i tomon tez yurdim. Yo'ldan o'tayotgan odamdan yo'l-yo'riq so'rab murojaat qilganim uni uzoq o'yga cho'ndirdi.

"Qachon siz kelmoq ga a chorrahada, burilish o'ng va saqlash ketmoqda," u nihoyat talaffuz qilingan bashoratli ravishda.

Ko'rsatmalarga bo'ysunib, kanal bo'yida yo'l oldim. Qorong'ulik tushdi; o'rmon qishlog'ining chekkalari ko'z qisib turgan olovli pashshalar va yaqin atrofdagi chiyabo'rilarining uvillashi bilan gavjum edi. Oy nuri shunchalik xira ediki, hech qanday taskin berolmasdim; men ikki soat davomida qoqilib ketdim.

Sigir qo'ng'irog'ining jiringlashiga xush kelibsiz! Mening takroriy

baqiriqlarim oxir-oqibat bir dehqonni yonimga olib keldi. "Men Ram Gopal

Babuni qidirapman."

— Bizning qishlog'imizda bunday odam yo'q. — Erkakning ohangi g'amgin edi. — Siz, ehtimol, yolg'onchi detektivsiz.

Uning siyosiy jihatdan notinch ongidagi shubhalarni yo'qotish umidida, men o'zimning ahvolimni ta'sirli tarzda tushuntirdim. U meni uyiga olib bordi va mehmondo'stlik bilan kutib oldi.

— Ranbajpur bu yerdan uzoqda, — dedi u. — Chorrahada o'ngga emas, chapga burilish kerak edi .

Afsuski, avvalgi xabardorim sayohatchilar uchun aniq xavf tug'dirardi deb o'yladim. Dag'al guruch, yasmiq *dhal* va xom bananli kartoshka karrisidan tayyorlangan mazali taomdan so'ng, hovliga tutashgan kichik kulbaga joylashdim. Uzoqda qishloq aholisi *mridangalarning baland ovozda jo'rligida qo'shiq aytishardi*. **13-1** va zillar. O'sha kecha uyqum kelmadi; men maxfiy yogi Ram Gopalga yo'naltirilishim uchun chin dildan ibodat qildim.

Tongning ilk chiziqlari qorong'u xonamning yoriqlaridan o'tib ketganida, men Ranbajpurga yo'l oldim. Dag'al sholi dalalaridan o'tib, tikanli o'simlikning o'roqsimon poyalari va quritilgan loy uyumlari ustidan sekin yurdim. Vaqti-vaqti bilan uchrab turadigan bir dehqon menga, albatta, manzilim "atigi ikki milya"

ekanligini aytardi . *Olti soat ichida quyosh ufqdan meridiangacha g'alaba bilan harakatlandi, lekin men Ranbajpurdan bir kroshaga uzoqlashib ketaman deb o'ylay boshladim .*

Peshindan keyin mening dunyom hali ham cheksiz sholizor edi. Osmondan yog'ayotgan issiqlik meni deyarli qulab tushayotgan edi. Bir odam sekin tezlikda yaqinlashayotganida, men odatdagi savolimni aytishga jur'at eta olmadim, aks holda u bir xildagi savolni chaqirdi: "Shunchaki *krosha* ".

The notanish to'xtadi yonida meni. Qisqa va yengil, u edi jismoniy jihatdan ta'sirchan emas saqlash uchun bir

favqulodda juftlik ning teshish qorong'u ko'zlar.

— Men Ranbajpurdan ketishni rejalashtirgan edim, lekin maqsadingiz yaxshi edi, shuning uchun sizni kutdim. — U hayratda qolgan yuzimga barmog'ini silkitdi. — Siz aqlli emasmisiz, oldindan ogohlantirmasdan menga hujum qilishingiz mumkin deb o'ylaysizmi? O'sha professor Beharining sizga manzilmni berishga haqqi yo'q edi.

Bu xo'jayin oldida o'zimni tanishtirish shunchaki so'zbo'zlik bo'lishini hisobga olib, men biroz xafa bo'lib, so'zsiz turdim. Uning keyingi so'zi to'satdan aytili.

"Ayting men; qayerda qil siz o'ylash Xudo shundaymi?"

"Nima uchun, U bu ichida meni va hamma joyda." Men shubhasiz qaradi sifatida hayratda qolgan sifatida Men his qildi.

— Hamma narsani qamrab olgan, a? — deb kuldi avliyo. — Unda nega, yosh janob, kecha Tarakesvar ibodatxonasida tosh ramzidagi Cheksizlik oldida bosh egmadingiz? **13-2** Mag'rurligingiz sizni chap va o'ngning nozik farqiga ahamiyat bermaydigan yo'lovchi tomonidan adashtirish jazosiga sabab bo'ldi. Bugun ham siz bundan noqulay vaqt o'tkazdingiz!

Men chin dildan rozi bo'ldim, oldimdagi ajoyib tanada hamma narsani biluvchi ko'z yashiringaniga hayron bo'ldim. Yogidan shifobaxsh kuch taraldi; Men jazirama dala ichida bir zumda tetiklashdim.

"Ibodati qiluvchi Xudoga boradigan yo'lini yagona yo'l deb o'ylashga moyil bo'ladi", dedi u. "Ichkarida ilohiylik topiladigan yoga, shubhasiz, eng oliy yo'ldir: Lahiri Mahasaya bizga shunday degan. Ammo ichidagi Rabbiyni kashf etib, biz Uni tashqarida tez orada anglaymiz. Tarakesvar va boshqa joylardagi muqaddas ziyoratgohlar haqli ravishda ma'naviy kuchning yadro markazlari sifatida ulug'lanadi."

Avliyoning tanqidiy munosabati yo'qoldi; ko'zlari mehr bilan yumshab ketdi. U yelkamni qoqib qo'ydi .

"Yosh yogi, ko'ryapmanki, sen xo'jayiningdan qochib ketyapsan. Unda senga kerak bo'lgan hamma narsa bor; sen unga qaytishing kerak. Tog'lar sening guruning bo'la olmaydi." Ram Gopal ham shu fikrni takrorlardi. buni Shri Yuktesvar oxirgi uchrashuvimizda bildirgan edi.

"Ustozlar o'z yashash joylarini cheklash uchun kosmik majburlov ostida emaslar." Hamrohim menga savol bilan qaradi. "Hindiston va Tibetdagi Himolay tog'lari avliyolar ustidan monopoliyaga ega emas. Ichkarida topishga qiynalmagan narsa jasadni u yoqdan bu yoqqa olib borish orqali topilmaydi. Dindor ruhiy ma'rifat uchun hatto yerning chekkalarigacha borishga *tayyor bo'lishi bilan*oq, uning ustozlari yaqin

atrofda paydo bo'ladi."

Men Benares qabristonida qilgan ibodatimni eslab, jimgina rozi bo'ldim, keyin esa gavjum ko'chada Shri Yuktesvar bilan uchrashuvni esladim.

"Agar siz qodir ga ega bo'lish a kichik xona qayerda siz banka yopish ... eshik va bo'lish yolg'izmi?"

"Ha." Men bu avliyoning generaldan xususiyya juda tez tushib ketganini o'yladim.

"Bu sizning g'oringiz." Yogi menga hech qachon unutmagan nurli nigohni berdi. "Bu sizning muqaddas tog'ingiz. Siz Xudoning shohligini o'sha yerdan topasiz."

Uning sodda so'zlari Himolay tog'lariga bo'lgan umrbod qiziqishimni bir zumda yo'q qildi. Yonayotgan sholi dalasida men abadiy qor yog'ishi haqidagi dahshatli tushlardan uyg'ondim.

"Yosh janob, sizning ilohiy chanqog'ingiz maqtovg'a sazovor. Sizga bo'lgan muhabbatim juda katta." Ram Gopal qo'limdan ushlab, meni go'zal bir qishloqqa olib bordi. Loydan yasalgan uylar kokos barglari bilan qoplangan va rustik kirish joylari bilan bezatilgan edi.

Avliyo meni kichkina kulbasining soyali bambuk platformasiga o'tqazdi. Menga shirin laym sharbati va bir bo'lak tosh konfeti bergandan so'ng, u ayvoniga kirib, lotus holatini oldi. Taxminan to'rt soatdan keyin men meditatsiya ko'zlarimni ochdim va oy nurida yogining qiyofasining hali ham harakatsiz ekanligini ko'rdim. Men oshqozonimga inson faqat non bilan yashamasligini qat'iy eslatayotganimda, Ram Gopal menga yaqinlashdi.

"Men ko'rish siz bor ochlikdan; oziq-ovqat vasiyatnoma bo'lish tayyor tez orada."

Ayvondagi loy pech ostida olov yoqildi; guruch va *dal* tezda katta banan barglarida tortildi. Uy egasi barcha pishirish ishlarida mening yordamimni xushmuomalalik bilan rad etdi. "Mehmon - bu Xudo", degan hind maqoliga qadim zamonlardan beri ixlosmandlik bilan amal qilish buyurilgan. Keyingi dunyo sayohatlarimda, ko'plab mamlakatlarning qishloq joylarida ham mehmonlarga nisbatan shunga o'xshash hurmat namoyon bo'lishini ko'rib, maftun bo'ldim. Shahar aholisi mehmondo'stlikning o'tkir qirrasini g'alati yuzlarning ko'pligidan yo'qotganini ko'radi.

Kichkina o'rmon qishlog'ining chekkasida yogi yonida cho'kkalab o'tirganimda, odamlarning hiyla-nayranglari juda xira ko'rinar edi. Yozgi xona mayin yorug'lik bilan sirli edi. Ram Gopal mening karavotim uchun polga yirtilgan adyollarni qo'ydi va somon gilamchaga o'tirdi. Uning ruhiy jozibasidan hayratga tushib, men iltimos qilishga jur'at etdim.

"Janob, nima uchun qilmang siz grant meni a *samadhi* "

— Azizim, ilohiy aloqani yetkazishdan xursand bo'lardim, lekin buni qilish mening ishim emas. — Avliyo menga yarim yumuq ko'zlari bilan qaradi. — Xo'jayiningiz bu tajribani tez orada beradi. Tanangiz hali sozlanmagan. Kichkina chiroq haddan tashqari elektr kuchlanishiga bardosh bera olmagan kabi, asablaringiz ham... kosmik oqimga tayyor emassiz. Agar men sizga hozir cheksiz ekstazni bersam, siz

yonib ketasiz agar har bir hujayra yonib ketgan bo'lsa.

— Siz mendan ma'lumot so'rayapsiz, — deb davom etdi yogi o'ychanlik bilan, —
men esa — o'zimni juda kichik deb hisoblasam ham, ozgina mulohaza yuritsam ham
— Xudoni rozi qilishga muvaffaq bo'lganim-bo'lmaganim va oxirgi hisob-kitobda
Uning nazarida qanday qadr-qimmatga ega bo'lishim mumkinligi haqida
o'ylayapman.

"Janob, ega bo'lish siz emas bo'lgan chin dildan izlash Xudo uchun a uzoq vaqtmi?"

"Men ko'p ish qilmadim. Behari sizga hayotimdan bir narsa aytib bergan bo'lsa kerak. Yigirma yil davomida men maxfiy g'orda yashadim, kuniga o'n sakkiz soat meditatsiya qildim. Keyin men kirish qiyin bo'lgan g'orga ko'chib o'tdim va u yerda yigirma besh yil qoldim, kuniga yigirma soat yoga uyushmasiga kirdim. Men Uyquga ehtiyojim yo'q edi, chunki men doim Xudo bilan birga edim. Tanam oddiy ong osti holatining qisman xotirjamligidan ko'ra, o'ta ongning to'liq xotirjamligida ko'proq dam oldi.

"Uyqu paytida mushaklar bo'shashadi, lekin yurak, o'pka va qon aylanish tizimi doimo ishlaydi; ular dam olmaydilar. Ongning yuqori cho'qqisida ichki organlar kosmik energiya bilan elektrlashtirilgan, to'xtatilgan animatsiya holatida qoladi. Shu tarzda men yillar davomida uxlashning hojati yo'qligini angladim. Siz ham uyqudan xalos bo'ladigan vaqt keladi."

"Voy Xudoyim, sen shuncha vaqt mulohaza qilding, lekin baribir Xudoning marhamatiga amin emassan!" Men unga hayrat bilan qaradim. "Unda biz bechora odamlar haqida nima deyish mumkin?"

"Xo'sh, azizim, Xudoning abadiyatning o'zi ekanligini ko'rmayapsanmi? Uni qirq besh yillik meditatsiya orqali to'liq bilish mumkin deb taxmin qilish juda bema'nilik. Biroq, Babaji bizga hatto ozgina meditatsiya ham odamni o'lim qo'rquvi va o'limdan keyingi holatlardan qutqarishiga ishontiradi. Ma'naviy idealingizni kichik tog'ga o'rnatmang, balki uni nomaqbul ilohiy yutuqlar yulduziga bog'lang. Agar ko'p mehnat qilsangiz, u yerga erishasiz."

Bu umiddan hayratga tushib, men undan qo'shimcha ma'rifiy so'zlar so'radim. U Lahiri Mahasayaning gurus Babaji bilan birinchi uchrashuvining ajoyib hikoyasini aytib berdi. **13-3** Yarim tunda Ram Gopal sukutga cho'mdi va men adyolga yotdim. Ko'zlarimni yumib, chaqmoq chaqnashini ko'rdim; ichimdagi ulkan makon erigan yorug'lik xonasi edi. Ko'zlarimni ochdim va o'sha ko'zni qamashtiruvchi nurni ko'rdim. Xona ichki ko'rishim bilan ko'rgan cheksiz gumbazning bir qismiga aylandi.

"Nima uchun qilmang siz borish ga uxlayapsizmi?"

"Janob, Qanaqasiga banka Men uyqu ichida ... mavjudlik ning chaqmoq, yonib turgan yoki yo'qmi mening ko'zlar bor yopmoq yoki ochiqmi?"

"Bu tajribaga ega bo'lganingiz uchun baxtlisiz; ruhiy nurlanishlarni osongina ko'rish mumkin emas." Avliyo bir nechta mehr so'zlarini qo'shdi.

Tong otganda Ram Gopal menga tosh konfetlarini berdi va ketishim kerakligini aytdi. U bilan xayrlashishni shunchalik istamay qo'ydimki, yuzimdan yosh oqdi.

"Men vasiyatnoma emas ruxsat berish siz borish bo'sh qo'l bilan. The yogi gapirdi muloyimlik bilan. "Men vasiyatnoma qil biror narsa uchun sen."

U jilmayib, menga qat'iy qaradi. Men yerga suyanib turdim, tinchlik ko'zlarim darvozasidan kuchli sel kabi oqib o'tardi. Yillar davomida vaqti-vaqti bilan meni qiynab kelgan belimdagi og'riqdan darhol xalos bo'ldim. Yangilanib, yorqin quvonch dengiziga cho'milib, endi yig'lamadim. Avliyoning oyoqlariga tegib, o'rmonga kirib, uning tropik o'rmonlaridan o'tib ketdim.

chigallashtirish qadar Men yetdi Tarakesvar.

U yerda men mashhur ziyoratgohga ikkinchi marta ziyorat qildim va qurbongoh oldida to'liq sajda qildim. Dumaloq tosh ichki tasavvurim oldida kengayib, kosmik sharlarga aylanib, halqa ichida halqa, zonadan zonaga aylanib, barchasi ilohiylik bilan bezatilgan edi.

Bir soatdan keyin Kalkuttaga xursandchilik bilan tayyorgarlik ko'rdim. Sayohatlarim baland tog'larda emas, balki Ustozimning Himoloy huzurida yakunlandi.

.....
13-1 : Qo'lda o'ynaladigan barabanlar, ishlatilgan faqat uchun ibodat musiqa.

13-2 : Bir bu eslatildi Bu yerga ning Dostoevskiyning kuzatish: "A erkak JSSV kamonlar pastga ga hech narsa banka hech qachon ayiq ... o'zining yuki."

13-3 : Qarang [bob 35](#).

BOB: 14

An Tajriba Ichkarida Kosmik Ong

"Men ertalab Bu yerga, Guruji." Mening uyatchanlik gapirdi Ko'proq notiqlik bilan uchun meni.

"Keling, oshxonaga borib, yeyishga biror narsa topaylik." Shri Yuktesvarning xatti-harakati xuddi bizni kunlar emas, soatlar ajratib turgandek tabiiy edi.

"Ustoz, men bu yerdagi vazifamdan to'satdan chiqib ketishim bilan sizni hafsalangizni pir qilgan bo'lsam kerak; siz menga jahli chiqqan bo'lishingiz mumkin deb o'ylagandim."

"Yo'q, albatta yo'q! G'azab faqat barbod bo'lgan istaklardan kelib chiqadi. Men boshqalardan hech narsa kutmayman, shuning uchun ularning xatti-harakatlari mening istaklarimga zid bo'lmasligi kerak. Men sizni o'z maqsadlarim uchun ishlatmas edim; men faqat sizning haqiqiy baxtingizda baxtliman."

"Janob, ilohiy sevgi haqida noaniq eshitiladi, lekin men birinchi marta sizning farishtangizda aniq misolni ko'rmoqdaman! Dunyoda hatto ota ham o'g'li ota-

onasining ishini ogohlantirishsiz tark etsa, uni osongina kechira olmaydi. Lekin siz hech qanday xafagarchilik ko'rsatmaysiz, garchi kerak bo'lsa ham." ortda qoldirgan ko'plab tugallanmagan vazifalarim tufayli katta noqulayliklarga duch keldim.

Biz bir-birimizning ko'zlarimizga qaradik, u yerda yoshlar porlab turardi. Baxtli to'lqin meni qamrab oldi; men Xudovand, mening urusim qiyofasida, yuragimning mayda ehtiroslarini kosmik sevgining siqilmaydigan qirralariga kengaytirayotganini angladim.

Bir necha kundan keyin men Ustozning bo'sh mehmonxonasiga yo'l oldim. Men meditatsiya qilishni rejalashtirgan edim, lekin mening maqtovga sazovor maqsadim itoatsiz fikrlar bilan bo'lishmasdi. Ular ovchi oldida qushlar kabi tarqalib ketishdi .

"Mukunda!" Shri Yuktesvarning ovoz ovoz chiqardi dan a uzoqdagi ichki balkon.

Men o'zimni fikrlarim kabi isyonkor his qildim. "Ustoz meni doim meditatsiya qilishga undaydi", deb pichirladim o'zimga. "U mening xonasiga nima uchun kelganimni bilsa ham, meni bezovta qilmasligi kerak."

U meni yana chaqirdi; men o'jarlik bilan jim qoldim. Uchinchi marta uning

ovozida tanbeh yangradi. "Janob, men meditatsiya qilyapman", deb baqirdim men norozilik bildirib.

"Men sizning qanday meditatsiya qilayotganingizni bilaman", deb baqirdi ustozim, "ongingiz bo'rondagi barglar kabi yoyilib ketgan holda! Mening oldimga keling."

Snobbed va ochiq, Men qilingan mening yo'l afsuski ga uning yon.

— Bechora bola, tog'lar sen xohlagan narsani bera olmasdi, — dedi Ustoz mehr bilan, yupatib. Uning xotirjam nigohi aql bovar qilmas edi. — Qalbingdagi istak amalga oshadi.

Shri Yuktesvar kamdan-kam hollarda topishmoqlarga berilib ketardi; men hayron bo'ldim. U yuragim ustidagi ko'kragimga muloyimlik bilan urdi.

Tanam qimirlamay ildiz otdi; nafas o'pkamdan go'yo ulkan magnit kabi tortib olindi. Ruh va ong bir zumda jismoniy bog'liqliklarini yo'qotdi va har bir teshikdan suyuqlik kabi oqib chiqdi. Tana go'yo o'likdek edi, lekin kuchli ongimda men ilgari hech qachon to'liq tirik bo'lmaganimni bilardim. Mening o'zimni anglash hissi endi tana bilan chegaralanib qolmay, balki atrofdagi atomlarni qamrab oldi. Uzoq ko'chalardagi odamlar mening olis atrofimda muloyimlik bilan harakatlanayotgandek tuyuldi. O'simliklar va daraxtlarning ildizlari orqali paydo bo'ldi tuproqning xira shaffofligi; Men ularning sharbatining ichkariga oqishini sezdim.

Butun atrof ko'z oldimda yalang'och ko'rinardi. Endi mening odatiy old ko'rishim ulkan sharsimon ko'rinishga aylandi, bir vaqtning o'zida hamma narsani idrok eta

oldi. Boshimning orqa tomoni orqali Rai Ghat yo'lida uzoqdan ketayotgan erkaklarni ko'rdim va sekin yaqinlashib kelayotgan oq sigirni ham ko'rdim. U ochiq ashram darvozasi oldidagi joyga yetganda, men uni ikki jismoniy ko'zim bilan kuzatdim. U g'isht devor ortidan o'tib ketayotganida, men uni aniq harakatsiz ko'rdim.

Panoramik nigohimdagi barcha narsalar tezkor filmlar kabi titrab, tebranib turardi. Mening tanam, xo'jayinim, ustunli hovli, mebellar va pol, daraxtlar va quyosh nuri, vaqti-vaqti bilan qattiq qo'zg'alardi, toki hammasi yorqin dengizga aylanib ketguncha; hatto otilgan shakar kristallari kabi.

bir stakan suvga soling, chayqatgandan keyin eriting. Birlashtiruvchi yorug'lik shaklning moddiylashishi bilan almashinib turdi, metamorfozalar yaratilishdagi sabab va oqibat qonunini ochib berdi.

Jonimning sokin cheksiz qirg'oqlariga okean quvonchi kirib keldi. Xudoning Ruhi, men angladimki, cheksiz baxtdir; Uning tanasi son-sanoqsiz yorug'lik to'qimalaridir. Ichimda shishib borayotgan shon-sharaf paydo bo'la boshladi. shaharlarni, qit'alarni, Yerni, quyosh va yulduz tizimlarini, xira tumanliklarni va suzuvchi olamlarni o'rab olgan. Butun kosmos, xuddi kechasi uzoqdan ko'rinadigan shahar kabi, muloyimlik bilan yoritib, cheksiz borlig'im ichida yarqirab turardi. O'tkir o'yilgan global konturlar eng chekkalarda biroz so'nib borardi; u yerda men doimo so'nmaydigan mayin nurni ko'ra olardim. Bu ta'riflab bo'lmaydigan darajada nozik edi; sayyora tasvirlari yanada qo'pol yorug'likdan hosil bo'lgan edi.

Abadiy Manbadan yog'ilayotgan nurlarning ilohiy tarqalishi, galaktikalarga aylanib, so'z bilan ifodalab bo'lmaydigan auralar bilan o'zgarib bordi. Men qayta-qayta ijodiy nurlarning yulduz turkumlariga quyulayotganini, keyin esa shaffof olov qatlamlariga aylanib borayotganini ko'rdim. Ritmik teskari o'zgarish orqali olti milliard olamlar xira yorqinlikka aylandi; olov osmonga aylandi.

Men imperiyaning markazini yuragimdagi intuitiv idrok nuqtasi sifatida angladim. Yadromdan olam tuzilishining har bir qismiga nur sochuvchi ulug'vorlik taraldi. O'lmaslik nektari bo'lgan baxtli *amrita* men orqali tez kumushdek oqim bilan urilib turardi. Xudoning ijodiy ovozi *Me n Aum*, **14-1** kabi jarangdor ovozni eshitdim Kosmik Motorning tebranishi.

To'satdan nafas o'pkamga qaytdi. Deyarli chidab bo'lmas umidsizlik bilan cheksiz cheksizligim yo'qolganini angladim. Yana bir bor men Ruhga osongina moslasha olmaydigan, xorlovchi tana qafasi bilan cheklangan edim. Isrofgar bola kabi, men makrokosmik uyimdan qochib, o'zimni tor mikrokosmosga qamab qo'ygan edim.

Ustozim qarshimda qimirlamay turardi; men uzoq vaqtdan beri ishtiyoq bilan izlagan kosmik ong tajribasi uchun minnatdorchilik bildirib, uning muqaddas oyoqlariga yiqildim. U meni tik tutdi va xotirjamlik bilan, soddalik bilan gapirdi.

"Ekstaz bilan haddan tashqari mast bo'lmang. Dunyoda hali ko'p ishlaringiz bor. Kelinglar, balkon polini supurib tashlaymiz, keyin Gang daryosi bo'ylab yuramiz."

Men supurgi olib keldim; Ustoz, bilardimki, menga muvozanatli hayot sirini o'rgatayotgan edi. Ruh kosmogonik tubsizliklar ustida cho'zilishi kerak, tana esa kundalik vazifalarini bajaradi. Keyinroq sayrga chiqqanimizda, men hali ham so'z bilan ifodalab bo'lmaydigan hayajonga mahliyo edim. Men tanamizni ikkita astral rasm sifatida ko'rdim, ular mohiyati sof yorug'lik bo'lgan daryo bo'yidagi yo'l ustida harakatlanayotgan edilar.

"Koinotdagi har qanday shakl va kuchni faol ravishda qo'llab-quvvatlaydigan Xudoning Ruhidir; ammo U tebranish hodisalari olamlaridan tashqaridagi baxtli, yaratilmagan bo'shliqda transsendental va begonadir." **14-2** Ustoz tushuntirdi. "O'zlarining ilohiyligini hatto tanada bo'lganlarida ham anglab yetadigan avliyolar" shunga o'xshash ikki tomonlama mavjudlikni biladilar. Vijdonan yer yuzidagi ishlar bilan band bo'lib, ular ichki baxt-saodatga cho'mgan holda qoladilar. Rabbimiz barcha odamlarni O'zining borligining cheksiz quvonchidan yaratgan. Ular tanadan juda siqilgan bo'lsalar-da, Xudo baribir Uning suratida yaratilgan ruhlar oxir-oqibat barcha hissiy identifikatsiyalardan ustun turishini va U bilan yana birlashishini kutadi.

Kosmik tasavvur ko'plab doimiy saboqlarni qoldirdi. Har kuni fikrlarimni tinchlantirish orqali men tanam go'sht va suyaklardan iborat bo'lib, materiyaning gattiq tuprog'ida yuradi degan xayoliy ishonchdan xalos bo'la olardim. Nafas va notinch ong, men ko'rganimdek, yorug'lik okeanini yer, osmon, odamlar, hayvonlar, qushlar, daraxtlar kabi moddiy shakllar to'lqinlariga aylantiradigan bo'ronlarga o'xshardi. Cheksizni yagona yorug'lik sifatida idrok etish faqat shu bo'ronlarni tinchlantirish orqali mumkin edi. Men jim bo'lganimda ham Ikki tabiiy to'lqinda men yaratilishning ko'plab to'lqinlari bitta yorqin dengizga erib ketayotganini ko'rdim, xuddi okean to'lqinlari, ularning bo'ronlari pasayib, xotirjamlik bilan birlikka aylangani kabi.

Ustoz, shogirdi meditatsiya orqali ongini ulkan manzaralar uni bosib o'tolmaydigan darajada mustahkamlaganida, kosmik ongning ilohiy tajribasini beradi. Bu tajriba hech qachon shunchaki intellektual xohish yoki ochiq fikrlash orqali berilmaydi. Faqat yoga amaliyoti va diniy *bhakti orqali yetarlicha kengayish* ongni tayyorlashi mumkin. hamma joyda mavjudlikning ozodlik zarbasini o'zlashtiring. Bu samimiy ixlosmand uchun tabiiy muqarrarlik bilan birga keladi. Uning kuchli istagi Xudoni qarshilik ko'rsatib bo'lmaydigan kuch bilan o'ziga torta boshlaydi. Rabbiy, Kosmik Vizyon sifatida, izlovchining magnit ehtirosi bilan uning ong doirasiga tortiladi.

Keyingi yillarimda men kosmik holatning shon-shuhratini ifodalashga harakat qilib, quyidagi "Samadhi" she'rini yozdim:

Yorug'lik va soya pardalari yo'qoldi,
Har qanday qayg'u bug'ini ko'tardi,
O'tkinchi quvonchning barcha
tonglarini suzib ketdim, Xira hissiy
sarob yo'qoldi.
Sevgi, nafrat, sog'liq, kasallik, hayot, o'lim,
Halok bo'lgan bular yolg'on soyalar yoqilgan ... ekran ning
ikkilanish.
Kulgi to'lqinlari, kinoyali skillalar, g'amgin girdoblar,
Baxtning ulkan dengizida erib bormoqda.
The bo'ron ning *mayya* tinchlandi
Muallif: sehr tayoqcha ning sezgi chuqur.
Unutilgan tush, ongsiz ravishda koinot poylab turibdi,
Yangi uyg'ongan ilohiy xotiramni egallab olishga tayyor.
Men kosmik soyasiz yashayman,
lekin u mendan ayrilgan holda
emas;
Dengiz to'lqinlarsiz mavjud
bo'lganidek, lekin ular dengizsiz

nafas olmaydi.

turiya holatlari uyqu, hozirgi, o'tmish,

kelajak, endi men uchun yo'q,

Lekin doim mavjud, to'liq oqimli Men, Men, hamma

joyda. Sayyoralar, yulduzlar, yulduz changi, yer,

Qiyomat falokatlarining vulqon portlashlari,

Yaratilishning qoliplash pechi,

Muzliklar ning jim rentgen nurlari, yonish elektron suv toshqinlari,

O'tmishdagi, hozirgi, kelajakdagi barcha
odamlarning fikrlari, Har bir o't poyasi,
o'zim, insoniyat,
Har biri zarracha ning universal chang,
G'azab, ochko'zlik, yaxshilik, yomonlik,
najot, shahvat, men hammasini yutib
yubordim, o'zgartirdim
O'zimning yagona borlig'imning ulkan qon
okeaniga! Ko'pincha meditatsiya bilan to'lib-
toshgan tutunli quvonch Ko'z yoshlarimni ko'r
qilib,
Baxtning o'lmas alangasiga burildi,
Ko'z yoshlarimni, tanamni, butun
borlig'imni yutib yubordi. Sen
mensan, men Senman,
Bilish, Biluvchi, Ma'lumki, sifatida Bitta!
Tinch, uzluksiz hayajon, abadiy tirik, doimo yangi tinchlik!
Tasavvurdan tashqari yoqimli, *samadhi* baxt!
Yo'q bir hushidan ketgan davlat
Yoki qasddan qaytishsiz aqliy xloroform,
Samadhi lekin mening ongli olamimni
kengaytiradi, o'lim chegaralaridan
tashqarida
Abadiyatning eng chekka
chegarasiga, Men, Kosmik dengiz,
Soat ... kichik ego suzuvchi ichida Men.
Chumchuq, har bir qum donasi, Mening ko'zimdan chetda
qolmaydi. Barcha fazo Mening aqliy dengizimda aysberg kabi
suzib yuradi.
Ulkan Konteyner, Men, ning hammasi narsalar qilingan.
Guru tomonidan berilgan chuqurroq, uzoqroq,
chanqoq va meditatsiya orqali bu samoviy *samadx*
i keladi .
Mobil mish-mishlar ning atomlar bor eshitildi,
Qorong'u yer, tog'lar, vodiylar, mana! erigan suyuqlik!
Oqayotgan dengizlar tumanlik bug'lariga aylanadi!
Aum bug'larga puflaydi, pardalarini ajoyib tarzda
ochadi, Okeanlar paydo bo'ladi, porlayotgan elektronlar,
Nihoyat kosmik baraban sadosi eshitilgunga
qadar, shafqatsiz yorug'lik abadiy nurlarga
aylanib yo'qoladi. Hamma narsani qamrab
oluvchi baxtning.
Men quvonchdan keldim, quvonch uchun yashayman, muqaddas
quvonchda erib ketaman. Aql ummoni, men barcha

yaratilish to'ldinlarini ichaman.

Qattiq, suyuq, bug', yorug'likdan iborat

to'rtta parda, To'g'ri ko'taring.

O'zim, ichida hamma narsa, kiradi ... Ajoyib O'zim.

Abadiy yo'q bo'lib ketdi, o'lik xotiraning titrab-qaqshagan
soyalari. Pastda, oldinda va yuqorida mening aqliy osmonim
beg'ubor.

Abadiyat va men, birlashgan

nur. Kichkina kulgi pufagi, men

Am bo'lish ... Dengiz ning Xursandchilik O'zi.

Shri Yuktesvar menga muborak tajribani o'z xohishiga ko'ra qanday chaqirishni va agar ularning intuitiv kanallari rivojlangan bo'lsa, uni boshqalarga qanday etkazishni o'rgatdi. Bir necha oy davomida men ekstatik birlikka kirdim va Upanishadlar nima uchun *Xudoni rasa* , ya'ni "*eng yoqimli*" deyishlarini tushundim . Biroq, bir kuni men Ustozga bir muammoni olib keldim.

"Bilmoqchiman, janob, qachon Xudoni

topaman?" "Siz Uni topdingiz."

"O yo'q, janob, Men qilmang o'ylash shunday!"

Ustozim jilmayib qo'ydi. "Ishonchim komilki, siz kosmosning biron bir antiseptik burchagida taxtni bezab turgan muhtaram Shaxsni kutmayapsiz! Biroq, men sizning mulkni tasavvur qilayotganingizni ko'rmoqdaman." Mo'jizaviy kuchlardan biri bu Xudoni bilishdir. Inson butun koinotga ega bo'lishi mumkin, ammo Rabbimizni hali ham topib bo'lmaydi! Ma'naviy taraqqiyot insonning tashqi kuchlari bilan emas, balki faqat ... bilan o'lchanadi. meditatsiyadagi baxtining chuqurligi.

" *Doimo yangi quvonch* - bu *Xudo* . U cheksizdir; yillar davomida mulohaza yuritishda davom etsangiz, U sizni cheksiz ixtiro bilan o'ziga jalb qiladi. Siz kabi Xudoga yo'l topgan dindorlar Uni boshqa biron bir baxtga almashtirishni hech qachon orzu qilishmaydi; U raqobatdan tashqari jozibali .

"Biz dunyoviy zavqlardan qanchalik tez charchadik! Moddiy narsalarga bo'lgan istak cheksizdir; inson hech qachon to'liq qoniqmaydi va bir maqsaddan keyin boshqa maqsadga intiladi. U izlayotgan "boshqa narsa" - bu faqat abadiy quvonchni bera oladigan Rabbimizdir.

"Tashqi istaklar bizni ichki Jannatdan haydab chiqaradi; ular faqat ruhiy baxtni aks ettiruvchi soxta zavqlarni taqdim etadi. Yo'qotilgan jannat ilohiy mulohaza orqali tezda qaytarib olinadi. Xudo kutilmagan Doimiy Yangilik bo'lgani uchun, biz Undan hech qachon charchamaymiz. Biz abadiyat davomida yoqimli xilma-xil baxt-saodatga to'la bo'la olamizmi?"

"Endi tushundim, janob, nega avliyolar Rabbimizni aql bovar qilmaydigan deb atashadi. Hatto abadiy hayot ham Uni qadrlash uchun yetarli emas."

Kriya Yoga tomonidan ong hissiy to'siqlardan tozalangandan so'ng , meditatsiya Xudoning ikki tomonlama isbotini taqdim etadi. Doimo yangi quvonch Uning mavjudligining dalilidir, bizning atomlarimizga ishontiradi. Shuningdek, meditatsiyada inson Uning darhol yo'l-yo'riqini, har qanday qiyinchilikka munosib javobini topadi."

"Tushundim, Guruji; muammomni hal qildingiz." Men minnatdorchilik bilan jilmayib qo'ydim. "Endi Xudoni topganimni angladim, chunki faol soatlarimda meditatsiya quvonchi ongsiz ravishda qaytganida, menga hamma narsada, hatto tafsilotlarda ham to'g'ri yo'lni tanlashga nozik tarzda yo'naltirilgan."

"Inson hayoti Ilohiy irodaga qanday moslashishni bilmagunimizcha qayg'uga botadi, uning "to'g'ri yo'li" ko'pincha xudbin aql uchun hayratlanarli. Xudo koinotning yukini ko'taradi; faqat U xatosiz maslahat bera oladi."

.....
14-1 : "Ichkarida ... boshlanish edi ... So'z, va ... So'z edi bilan Xudo, va ... So'z edi Xudo." - Jon 1:1.

14-2 : "Uchun ... Ota hukm qiluvchi yo'q odam, lekin has sodiq hammasi hukm ga ... "O'g'il." - Jon 5:22. "Yo'q erkak has Xudoni ko'rgan da har qanday vaqt; ... faqat tug'ilgan O'g'il, qaysi bu ichida ... ko'krak ning ... Ota, u has e'lon qilingan uni." - Jon 1:18. "Rostdan ham, rostdan ham, Men aytmoq ga sen, u bu ishonadi yoqilgan men, ... asarlar bu Men qil kerak u qil shuningdek; va kattaroq asarlar nisbatan bular U qiladi; chunki Men Otamning oldiga boraman." - Yuhanno 14:12. "Lekin Yupatuvchi, ya'ni Muqaddas Ruh, Ota Mening nomimdan yuboradi, U sizlarga hamma narsani o'rgatadi va Men sizlarga aytgan hamma narsani yodingizga soladi." - Yuhanno 14:26

Hindu yozuvlarida *Sat* , *Tat* , *Aum*) kabi uch karra tabiatini anglatadi . Xudo ... Ota bu ... Mutlaq, Ko'rinmagan, mavjud *undan tashqarida* tebranuvchi yaratilish. Xudo ... O'g'il bu ... Masihning ongi (Brahma yoki *Kutasta Chaytanya*) mavjud *ichida* tebranuvchi yaratilish; bu Masih Ong bu ... "Yagona tug'ilgan" yoki Yaratilmagan Cheksizlikning yagona aksi. Uning tashqi ko'rinishi yoki "guvohi" *Aum* yoki Muqaddas Ruhdir, bu ilohiy, ijodiy, ko'rinmas kuch bo'lib, u barcha mavjudotni tebranish .orqali shakllantiradi. Baxtli Yupatuvchi *Aum* meditatsiyada eshitiladi va ixlosmandga eng oliy Haqiqatni ochib beradi

BOB: 15

The Gulkaram Talonchilik

"Xo'jayin, sizga sovg'a! Bu oltita ulkan gulkaram mening qo'llarim bilan ekilgan; men ularning o'sishini bolasini emizayotgan ona kabi mehr bilan kuzatib turdim." Men sabzavotlar savatini tantanali ravishda sovg'a qildim.

"Rahmat!" Shri Yuktesvarning tabassumi minnatdorchilikdan iliq edi. "Iltimos, ularni xonangizda saqlang;" Ular menga ertaga maxsus kechki ovqat uchun kerak bo'ladi.

Men Puri shahriga endigina **15-1 ga yetib kelgan edim** kollej yozgi ta'tilimni gurum bilan uning dengiz bo'yidagi ibodatxonasida o'tkazish uchun. Bengal ko'rfazidagi quvnoq ikki qavatli kichik dam olish maskanlari ustoz va uning shogirdlari tomonidan qurilgan.

Ertasi kuni ertalab erta uyg'onib ketdim, sho'r dengiz shabadasi va atrofimdagi jozibadan tetiklashdim. Shri Yuktesvarning ohangdor ovozi meni chaqirayotgan edi; Men qadrli gulkaramlarimga bir qarab, ularni to'shagim ostiga chiroyli qilib qo'ydim.

"Keling, ruxsat berish bizni borish ga ... plyaj." Usta LED ... yo'l; bir nechta yosh

shogirdlar va o'zim ergashdi ichida

a tarqoq guruh. Bizning guru so'rovnoma qatnashgan bizni ichida yumshoq tanqid.

"G'arblik birodarlarimiz yurganda, odatda bir ovozdan faxrlanishadi. Endi, iltimos, ikki qator bo'lib yuringlar; bir-biringiz bilan ritmik qadamlar bilan yuringlar." Shri Yuktesvar bizning itoatkorligimizni kuzatib turdi; u qo'shiq ayta boshladi: "Bolalar juda kichik bir qator bo'lib u yoqdan bu yoqqa yurishadi." Ustozning yosh shogirdlarining tez sur'atiga qanchalik osonlikcha moslasha olganiga qoyil qolmasdan ilojim yo'q edi.

"To'xta!" Mening guruning ko'zlar qidirildi meniki. "Qildim siz eslab qolish ga qulflash ... orqaga eshik ning ... ermitajmi?"



MENING GURU'S DENGIZ BO'YI HERMITAJ AT PURI

Dunyodan doimiy ravishda tashrif buyuruvchilar oqimi merosxo'rlar osoyishtaligiga oqib kelardi. Bir qator olimlar pravoslav dindor bilan uchrashish umidida kelishdi. Ba'zan mag'rur tabassum yoki xushchaqchaq bag'rikenglik bilan qarash yangi kelganlarning bir nechta taqvodor gaplardan boshqa hech narsa kutmaganliklarini ko'rsatardi. Shunga qaramay, ularning ikkilanib ketishi Shri Yuktesvar ularning ixtisoslashgan bilim sohalarida aniq tushunchaga ega ekanligiga ishonch hosil qilishga olib keladi.

Mening ustozimning uyida har doim yosh shogirdlar bo'lgan. U ularning ongini boshqargan va "shogird" so'zi etimologik jihatdan ildiz otgan puxta intizom bilan yashagan.

"Men o'ylash shunday qilib, janob.

Shri Yuktesvar bir necha daqiqa jim qoldi, lablarida yarim bosilgan tabassum paydo bo'ldi. "Yo'q, unutdingiz", dedi u nihoyat. "Ilohiy tafakkur moddiy beparvolik uchun

bahona bo'lmasligi kerak. Siz ashramni himoya qilish burchingizni e'tiborsiz qoldirdingiz; jazolanishingiz kerak."

Men fikr u edi noaniq tarzda hazillashmoq qachon u qo'shildi: "Sizning olti gulkaramlar vasiyatnoma tez orada bo'lish faqat besh."

Biz o'girildi atrofida da Magistr buyurtmalar va yurish qildi orqaga qadar biz edilar yopish ga ... ermitaj.

"Biroz dam oling. Mukunda, chap tomonimizdagi hovliga qarang; narigi yo'lga qarang. Tez orada u yerga bir odam keladi; u sizning jazongiz vositasi bo'ladi."

Men bu tushunarsiz gaplardan g'azabimni yashirdim. Tez orada bir dehqon paydo bo'ldi yo'lda; u dahshatli raqsga tushayotgan va ma'nosiz imo-ishoralar bilan qo'llarini silkitayotgan edi. Qiziquvchanlikdan deyarli to'xtab qolganimdan, ko'zlarimni bu kulgili tomoshaga tikdim. Odam yo'lda bizning ko'zimizdan g'oyib bo'ladigan joyga yetganda, Shri Yuktesvar: "Endi u qaytib keladi", dedi.

Dehqon darhol yo'nalishini o'zgartirib, ashramning orqa tomoniga yurdi. Qumli yo'ldan o'tib, u orqa eshikdan binoga kirdi. Men uni, gurum aytganidek, gulflanmagan holda qoldirgan edim. Erkak tezda mening qimmatbaho gulkaramlarimdan birini ushlab chiqib keldi. Endi u hurmat bilan, egalik qilish sharafiga muyassar bo'lib, oldinga yurdi.

Mening rolim hayratda qolgan qurbon roliday tuyulgan ochilayotgan fars, men g'azab bilan ta'qib qila olmaydigan darajada bezovta qilmadi. Ustoz meni chaqirib olganida, men yo'lning yarmiga yetgan edim. U kulishdan boshdan oyoqqacha titrab turardi.

— Bechora telba odam gulkaramni orzu qilib yuribdi, — deb tushuntirdi u xursandchilik bilan. — Menimcha, u siznikidan birini olsa yaxshi bo'lardi, juda ehtiyotsiz!

Men xonamga yugurib bordim. U yerda o'g'ri, aftidan, sabzavotlarga berilib ketgan odam, mening oltin uzuklarim, soatim va pullarimga tegmasdan, adyolda ochiqchasiga yotganini ko'rdim. U karavot tagiga emaklab kirgan edi, u yerda, bexosdan ko'rinadigan gulkaramlardan biri uning chin dildan istagini uyg'otgan edi.

O'sha kuni kechqurun men Shri Yuktesvardan voqeani tushuntirib berishini so'radim, menimcha, bu voqeada bir nechta hayratlanarli jihatlar bor edi.

Ustozim boshini sekin chayqadi. "Bir kun kelib tushunasiz. Fan tez orada bu yashirin gonunlarning bir nechtasini kashf etadi."

Bir necha yil o'tgach, radio mo'jizalari hayratlanarli dunyoda paydo bo'lganida, men Ustozning bashoratini esladim. Vaqt va makon haqidagi azaliy tushunchalar yo'q qilindi; hech bir dehqonning uyi bunchalik tor emas edi. London yoki Kalkutta kira olmasligini! Eng zerikarli aql shubhasiz oldin kengaydi insonning hamma joyda mavjudligining bir jihatining isboti.

The "syujet" ning ... gulkaram komediya banka bo'lish eng yaxshi tushunilgan

tomonidan a radio o'xshatish. Shri Yuktesvar mukammal inson radiosini edi. Fikrlar efirda harakatlanayotgan juda mayin tebranishlardan boshqa narsa emas. Xuddi sezgir radio har tomondan minglab boshqa dasturlar orasidan kerakli musiqiy raqamni olgani kabi, mening ustozim ham bunga ishtiyoqmand bo'lgan yarim aqlli odamning fikrini anglashga muvaffaq bo'lgan edi. uchun a gulkaram, tashqarida ning ... son-sanoqsiz fikrlar ning eshittirish inson vasiyatnomalar ichida dunyo. **15-2** O'zining qudratli irodasi bilan Ustoz shuningdek, insoniy radioeshittirish stansiyasi edi va dehqonni qadamlarini orqaga qaytarib, ma'lum bir xonaga borishga muvaffaqiyatli yo'naltirgan edi.

gulkaram.

Sezgi **15-3** ruhni boshqarishdir, insonda uning ongi xotirjam bo'lgan paytlarda tabiiy ravishda paydo bo'ladi. Deyarli har bir kishi tushunarsiz darajada to'g'ri "taxmin"ni boshdan kechirgan yoki boshdan kechirgan fikrlarini boshqa odamga samarali ravishda o'tkazdi.

Inson ongi, bezovtalik statikasidan xoli bo'lib, o'zining antenasi orqali ishlay oladi murakkab radio mexanizmlarining barcha funktsiyalarini sezgi orqali amalga oshirish - fikrlarni yuborish va qabul qilish, shuningdek, keraksizlarini sozlash. Radioning kuchi elektr tokining miqdoriga bog'liq. u foydalanishi mumkin, shuning uchun inson radiosi har bir shaxsning iroda kuchiga muvofiq energiya bilan ta'minlanadi .

Barcha fikrlar kosmosda abadiy tebranadi. Chuqur diqqatni jamlash orqali usta har qanday ongning, tirikmi yoki o'likmi, fikrlarini aniqlay oladi. Fikrlar universaldir va alohida ildiz otgan emas; Haqiqat yaratilishi mumkin emas, faqat idrok etilishi mumkin. Insonning noto'g'ri fikrlari uning idrokidagi nomukammallikdan kelib chiqadi. Yoga fanining maqsadi ongni tinchlantirishdir, toki u buzilishsiz koinotdagi ilohiy tasavvurni aks ettira olsun.

Radio va televideniye millionlab odamlarning olov yoniga uzoqdagi odamlarning bir zumda eshutilishi va ko'rinishini olib keldi: inson hamma narsani qamrab oluvchi ruh ekanligi haqidagi birinchi zaif ilmiy tasavvurlar. Kosmosdagi bir nuqtaga qamab qo'yilgan tana emas, balki ko'pgina vahshiy usullarda ego behuda talvasaga soladigan ulkan qalb.

"Juda g'alati, juda ajoyib, juda ehtimoldan yiroqdek tuyuladigan hodisalar paydo bo'lishi mumkin, ular bir marta aniqlanganda, bizni o'tgan asrda fan bizga o'rgatgan barcha narsalardan hayratda qoldirganimizdan ko'ra ko'proq hayratda qoldirmaydi", deb ta'kidlagan fiziologiya bo'yicha Nobel mukofoti sovrindori Charlz Robert Richet. "Hozir biz hayratlanarli darajada qabul qiladigan hodisalar tushunilgani uchun bizni hayratga solmaydi deb taxmin qilinadi. Ammo unday emas. Agar ular bizni hayratda qoldirmasa..." bu ular tushunilgani uchun emas, balki ular tanish bo'lgani uchun; chunki agar tushunilmagan narsa bizni hayratda qoldirishi kerak bo'lsa, biz hamma narsaga hayron bo'lishimiz kerak - havoga otilgan toshning qulashi, emanga aylanadigan dukkakli daraxt, qizdirilganda kengayadigan simob, magnit tomonidan tortiladigan temir, ishqalanganda yonadigan fosfor.Bugungi fani... yorug'lik materiyasi; yuz ming yildan keyin u boshidan kechiradigan inqiloblar va evolyutsiyalar eng jasur kutilganlardan ancha oshib ketadi. Avlodlarimiz kashf etadigan haqiqatlar - bu hayratlanarli, hayratlanarli, kutilmagan haqiqatlar - hozir ham atrofimizda, ko'zlarimizga tikilib turibdi, shuning uchun gapirish uchun, lekin biz ularni ko'rmayapmiz. Lekin biz ularni ko'rmayapmiz deyishning o'zi yetarli emas; biz ko'ramiz ularni ko'rishni istamayman; chunki kutilmagan va notanish fakt paydo bo'lishi bilan biz uni olingan bilimlarning odatiy doirasiga moslashtirishga harakat

qilamiz va kimdir bundan keyin ham tajriba o'tkazishga jur'at etishidan g'azablanamiz.

Gulkaramni shunchalik ishonib bo'lmaydigan darajada o'g'irlab ketganimdan bir necha kun o'tgach, kulgili bir voqea yuz berdi. Biror kerosin lampasini topib bo'lmadi. Yaqinda ustozimning hamma narsani biluvchi ekanligiga guvoh bo'lganimdan keyin... tushuncha, Men fikr u bo'lardi namoyish qilish bu uni edi bolaning o'yin ga joylash ... chiroq.

Usta sezilgan mening kutish. Bilan bo'rttirilgan tortishish kuchi u so'roq qilingan hammasi ashram aholisi. A

Yosh shogird orqa hovlidagi quduqqa borish uchun chiroqdan

foydalanganini tan oldi. Shri Yuktesvar tantanali maslahat berdi: "Chiroqni quduq yaqinidan qidiring".

Men u yerga yugurdim; chiroq yo'q! Ishonchsizlikdan ustozimning oldiga qaytdim. U endi mening umidsizlikka tushganimga befarq bo'lmasdan, chin dildan kulib yubordi.

"Afsuski, seni yo'qolgan chiroqqa yo'naltira olmadim; men folbin emasman!" U ko'zlarini chaqnab, qo'shimcha qildi: "Men hatto qoniqarli Sherlok Xolms ham emasman!"

Men anglab yetdi bu Usta bo'lardi hech qachon displey uning vakolatlar qachon qiyinchilik tug'dirgan, yoki uchun a arzimaslik.

Yoqimli haftalar tez o'tib ketdi. Shri Yuktesvar diniy yurish rejalashtirayotgan edi. U mendan shogirdlarni Puri shahri va plyaji bo'ylab olib borishimni so'radi. Bayram kuni yozning eng issiq kunlaridan biri bo'lib o'tdi .

"Guruji, Qanaqasiga banka Men olish ... yalangoyoq talabalar ustidan ... olovli qumlarmi?" Men gapirdi umidsizlik bilan.

"Sizlarga bir sirni aytaman", deb javob berdi Ustoz. "Xudo bulutlar soyabonini yuboradi; barchangiz farovonlikda yurasizlar."

Men marosimni mamnuniyat bilan tashkil qildim; guruhimiz ashramdan *Sat-Sanga* bayrog'i bilan boshladi. **15-4 Sri Yukteswar tomonidan ishlab chiqilgan ushbu albom 15-5** singlining ramziy ma'nosini anglatardi. ko'z, sezgi teleskopik nigohi .

Biz cherkovdan chiqib ketishimiz bilan osmonning tepasidagi qismi xuddi sehr kabi bulutlar bilan to'lib ketdi. Har tomondan hayratda qolgan eyakulyatsiyalar hamrohligida, Juda yengil yomg'ir yog'di, shahar ko'chalari va yonayotgan dengiz qirg'og'ini sovutdi. Paradning ikki soati davomida tinchlantiruvchi tomchilar tushdi. Guruhimiz ashramga qaytgan paytda bulutlar va yomg'ir izsiz yo'qoldi.

"Xudo bizga qanday munosabatda bo'lishini ko'ryapsizmi", deb javob berdi men minnatdorchilik bildirganimdan keyin Ustoz. "Xudo hammaga javob beradi va hamma uchun ishlaydi. Xuddi mening iltijolarimga yomg'ir yog'dirganidek, U ixlosmandning har qanday samimiy istagini ham bajaradi. Odamlar Xudo ularning ibodatlariga qanchalik tez-tez quloq solishini kamdan-kam hollarda anglaydilar. U bir nechta odamlarga befarq emas, balki Unga ishonch bilan murojaat qilgan har bir kishini tinglaydi. Uning farzandlari har doim hamma joyda mavjud bo'lgan

Shri Yuktesvar har yili to'rtta festivalni, tengkunlik va quyosh tutilishi kunlarida, shogirdlari uzoq va yaqindan to'planganlarida homiylik qilgan. Qishki quyosh tutilishi bayrami Seramporda bo'lib o'tdi; men qatnashgan birinchi festival menga abadiy baraka berdi.

Bayramlar ertalab ko'chalar bo'ylab yalangoyoq yurish bilan boshlandi. Yuzlab talabaning ovozi shirin diniy qo'shiqlar bilan yangradi; bir nechta musiqachilar fleyta va *khol kartal* (baraban va zil) chalishdi. G'ayratli shahar aholisi yo'lga gullar sepib, Rabbimizning muborak ismini ulug'lashimiz bilan nasriy ishlardan chaqirilganidan xursand bo'lishdi. Uzoq sayohat

ziyoratgoh hovlisida tugadi. U yerda biz guruimizni o'rab oldik, yuqori balkonlardagi talabalar esa bizga kadife gullari sepishdi.

channa va apelsin pudingini olish uchun yuqoriga chiqishdi . Men bugun oshpaz bo'lib xizmat qilayotgan bir guruh shogirdlar oldiga bordim. Bunday katta yig'ilishlar uchun ovqatni ochiq havoda ulkan qozonlarda pishirish kerak edi. Yog'och yoqadigan g'ishtli pechkalar tutunli va ko'z yoshga to'kadigan edi, lekin biz ishimizga xursand bo'lib kuldik. Hindistondagi diniy bayramlar hech qachon hisobga olinmaydi. muammoli; har biri bitta qiladi uning qism, yetkazib berish pul, guruch, sabzavotlar, yoki uning shaxsiy xizmatlari.

Ustoz tez orada oramizga kirib, ziyofat tafsilotlarini nazorat qildi. Har daqiqada band bo'lib, eng g'ayratli yosh shogird bilan hamnafas edi.

Ikkinchi qavatda garmoniya va qo'lda chalinadigan hind barabanlari jo'rligida sankirtan (guruh qo'shig'i) yangrayotgan edi. Shri Yuktesvar minnatdorchilik bilan tingladi; uning musiqiy idroki juda mukammal edi .

"Ular juda qo'pol!" Usta oshpazlarni tark etib, san'atkorlarga qo'shildi. Bu safar to'g'ri ijro etilgan kuy yana yangradi.

Hindistonda musiqa, shuningdek, rasm va drama ilohiy san'at hisoblanadi. Brahma, Vishnu va Shiva - Abadiy Uchbirlik - birinchi musiqachilar edi. Ilohiy Raqqos Shiva Muqaddas Kitobda o'zining universal yaratish, saqlash va yo'q qilish kosmik raqsida cheksiz ritm usullarini ishlab chiqqan sifatida tasvirlangan, Brahma esa vaqt urg'usini ... bilan ta'kidlagan. zillar jarangladi va Vishnu muqaddas *mridanga* yoki barabanni chaldi. Vishnuning mujassamlashgan Krishna har doim hind san'atida fleyta bilan tasvirlangan, unda u *maya* -xayolparastlikda kezib yurgan inson ruhlarini asl uylariga eslatuvchi maftunkor qo'shiqni ijro etadi. Donolik ma'budasi Sarasvati barcha torli cholg'ularning onasi bo'lgan *vinada ijro etish sifatida ramziy ma'noga ega* . Hindistonning *Sama Vedasida* musiqa faniga oid dunyodagi eng qadimgi yozuvlar mavjud.

Hind musiqasining poydevori ragalar *yoki* qat'iy melodik gammalardir. Oltita asosiy *raga 126 ta hosila raginilar* (xotinlar) va *putralar* (o'g'illar) ga bo'linadi . Har bir *raga* kamida beshta notaga ega: bosh nota (*vadi* yoki qirol), ikkinchi darajali nota (*samavadi* yoki bosh vazir), yordamchi notalar (*anuvadi* , xizmatkorlar) va dissonant nota (*vivadi* , dushman).

raganing har biri kunning ma'lum bir soati, yil fasli va ma'lum bir kuch beradigan boshqaruvchi xudo bilan tabiiy moslikka ega. Shunday qilib, (1) *Hindole Ragasi* bahorda faqat tong otganda, umuminsoniy sevgi kayfiyatini uyg'otish uchun eshitaladi; (2) *Deepaka Raga* yozda kechqurun, rahm-shafqatni uyg'otish uchun ijro etiladi; (3) *Megha Raga* yomg'irli mavsumda peshin paytida jasoratni chaqirish uchun kuydir; (4) *Bhairava Ragasi* avgust, sentyabr, oktyabr oylarining

ertalablarida xotirjamlikka erishish uchun ijro etiladi; (5) *Shri Raga* kuz uchun ajratilgan. alacakaranlik, sof sevgiga erishish uchun; (6) *Malkounsa Raga* qishda yarim tunda jasorat uchun eshitiladi.

Qadimgi rishilar tabiat va inson o'rtasidagi mustahkam ittifoqning ushbu qonunlarini kashf etdilar. Chunki tabiat bu bir obyektlashtirish ning *Aum* , ... Ibtidoiy Ovoz yoki Vibratsiyali So'z, erkak banka olish nazorat qilish

mantralar yoki qo'shiqlar yordamida barcha tabiiy ko'rinishlar ustidan . **15-7** Tarixiy hujjatlarda Buyuk Akbarning o'n oltinchi asr saroy musiqachisi Miyan Tan Senning ajoyib kuchlarga ega ekanligi haqida hikoya qilinadi. Imperator unga quyosh tepada turganida tungi *raga kuylashni buyurgan*. Tan rangi Sen ohangdor a *mantra* qaysi darhol sabab bo'lgan ... butun saroy uchastkalar zulmatga o'ralib qolmoq.

Hind musiqasi oktavani 22 ta *sruti* yoki yarim semitonga ajratadi. Bu mikrotonal intervallar 12 yarim tonlik G'arb xromatik gammasi bilan erishib bo'lmaydigan musiqiy ifodaning nozik soylarini beradi. Oktavaning yettita asosiy notasining har biri hind mifologiyasida ... bilan bog'liq. rang va qush yoki hayvonning tabiiy qichqirig'i - yashil va tovus bilan *bajaring* ; *qizil* va to'rquloq; *Mi* oltin va echki; *Fa* sarg'ish oq va qushqo'nmas; *Sol* qora va bulbul; *La* sariq va ot; *Si* barcha ranglarning kombinatsiyasi va filni anglatadi.

G'arb musiqasi faqat uchta gamma - major, garmonik minor, melodik minordan foydalanadi, ammo hind musiqasi 72 ta *thatas* yoki gammani belgilaydi. Musiqachi belgilangan an'anaviy kuy yoki *raga atrofida cheksiz improvizatsiya qilish uchun ijodiy imkoniyatga ega* ; u strukturaviy mavzuning hissiyotiga yoki aniq kayfiyatiga e'tibor qaratadi va keyin uni o'zining o'ziga xosligi chegaralariga qadar naqshlaydi. Hind musiqachisi belgilangan notalarni o'qimaydi; u har safar raganing yalang'och skeletini chalishda yangicha kiyinadi , ko'pincha o'zini bitta melodik ketma-ketlik bilan cheklaydi, uning barcha nozik mikrotonal va ritmik o'zgarishlarini takrorlash orqali ta'kidlaydi. Bax, G'arb bastakorlari orasida, yuzlab murakkab usullar bilan biroz farqlanadigan takrorlanuvchi tovushning jozibasi va kuchini tushungan edi.

Qadimgi sanskrit adabiyotida 120 ta *tala* yoki vaqt o'lchovlari tasvirlangan. An'anaviy asoschisi **H i n d m u s i q a s i B h a r a t a** , to'rg'ay qo'shig'ida 32 turdagi *talani* ajratib ko'rsatgan deyiladi . *Tala* yoki ritmning kelib chiqishi inson harakatlariga bog'liq - yurishning ikki baravar vaqti va uyquda nafas olishning uch baravar vaqti, bunda nafas chiqarish nafas chiqarishning ikki baravar uzunligiga teng. Hindiston har doim shunday bo'lgan. inson ovozi eng mukammal tovush vositasi sifatida tan olgan. Shuning uchun hind musiqasi asosan uch oktava ovoz diapazoni bilan chegaralanadi. Xuddi shu sababga ko'ra, garmoniya (bir vaqtning o'zida notalarning munosabati) o'rniga ohang (ketma-ket notalarning munosabati) ta'kidlanadi.

Ilk rishi musiqachilarining chuqur maqsadi qo'shiqchini insonning yashirin umurtqa markazlarini uyg'otish orqali eshitilishi mumkin bo'lgan Kosmik Qo'shiq bilan uyg'unlashtirish edi. Hind musiqasi sub'ektiv, ma'naviy va individualistik san'at bo'lib, simfonik yorqinlikka emas, balki Oversoul bilan shaxsiy uyg'unlikka qaratilgan. Musiqachi uchun sanskritcha so'z *bhagavathar* , ya'ni "Xudoni ulug'laydigan kishi". *Sankirtalar* yoki musiqiy yig'ilishlar yoga yoki ma'naviy intizomning samarali shakli bo'lib, chuqur diqqatni jamlashni, urug'lik fikr va tovushga kuchli singishni talab qiladi. Insonning o'zi Ijodiy Kalomning ifodasi bo'lgani uchun, tovush unga eng kuchli va bevosita ta'sir ko'rsatadi va uning ilohiy

kelib chiqishini eslash yo'lini taklif qiladi.

Bayram kuni Shri Yuktesvarning ikkinchi qavatdagi mehmonxonasidan chiqayotgan sankirtan sadosi bug'lanib turgan qozonlar orasida oshpazlarni ilhomlantirdi. Akam shogirdlarim bilan men qo'llarimiz bilan vaqtni urib, qo'shiqlarni zavq bilan kuyladik .

Quyosh botguncha biz yuzlab mehmonlarimizga *xichuri* (guruch va yasmiq), sabzavotli karri va guruch pudingi bilan xizmat qildik. Hovliga paxta adyollarini yoydik; tez orada odamlar yulduzli gumbaz ostida cho'kkalab o'tirishdi va Shri Yuktesvarning og'zidan yog'ilayotgan donolikka jimgina quloq solishdi. Uning omma oldidagi nutqlarida *Kriya Yoga* va o'zini hurmat qilish, xotirjamlik, qat'iyatlilik, oddiy ovqatlanish va muntazam jismoniy mashqlar qadriga urg'u berildi.

Keyin juda yosh shogirdlar guruhi bir nechta muqaddas madhiyalarni kuylashdi; uchrashuv *sankirtan bilan yakunlandi* . Soat o'ndan yarim tungacha ashram aholisi qozon va tovalarni yuvishdi va hovlini tozalashdi. Ustozim meni yoniga chaqirdi.

"Bugun va o'tgan hafta tayyorgarlik ko'rish davomida qilgan quvnoq mehnatingizdan mamnunman. Sizni men bilan birga bo'lishingizni istayman; bugun kechqurun mening yotog'imda uxlashingiz mumkin."

Bu menga hech qachon nasib etmaydi deb o'ylamagan imtiyoz edi. Biz bir oz ilohiy xotirjamlikda o'tirdik. Yotoqqa yotganimizdan o'n daqiqa o'tgach, Ustoz o'rnidan turib kiyinishni boshladi .

"Nima bo'ldi, janob?" Ustozimning yonida uxlashning kutilmagan quvonchida bir oz haqiqatga zidlikni his qildim .

"Menimcha, poyezd qatnovini o'tkazib yuborgan bir nechta talabalar tez orada bu yerga kelishadi. Keling, ovqat tayyorlab qo'yaylik."

"Guruji, yo'q bitta bo'lardi kelmoq da bitta soat ichida ... tong!"

"Qoling ichida yotoq; siz ega bo'lish bo'lgan ishlayapti juda qiyin. Lekin Men ertalab ketayotgan ga oshpaz."

Shri Yuktesvarning qat'iyatli ohangida men sakrab o'rnimdan turdim va ikkinchi qavatdagi ichki balkonga tutashgan kichkina kundalik oshxonaga ergashdim. Guruch va *dhal* tez orada qaynab ketayotgan edi.

Ustozim mehr bilan jilmaydi. "Bugun kechqurun siz charchoq va mehnatdan qo'rqish ustidan g'alaba qozondingiz; kelajakda ular sizni hech qachon bezovta qilmaydi."

U umrbod duo qilish uchun shu so'zlarni aytayotganida, hovlida qadam tovushlari eshitildi. Men pastga yugurib tushib, bir guruh talabalarni ichkariga kiritdim.

"Aziz birodar, biz bu vaqtda ustozni bezovta qilishga qanchalik ikkilanamiz!" Bir kishi menga uzr so'rab murojaat qildi. "Biz poyezdlar jadvalida xato qildik, lekin ustozimizni ko'rmasdan uyga qaytolmasligimizni his qildik."

"U bor bo'lgan kutish siz va bu hatto hozir tayyorlash sizning ovqat."

Shri Yuktesvarning xushmuomala ovozi eshitildi; Men hayratda qolgan mehmonlarni oshxonaga boshlab bordim. Ustoz ko'zlari chaqnab menga o'girildi.

"Hozir bu siz ega bo'lish tugallangan taqqoslash yozuvlar, yo'q shubha siz bor qoniqqan bu bizning mehmonlar haqiqatan ham

qildi sog'indim ularning poyezd!

Yarim soatdan keyin men uning orqasidan yotoqxonasiga bordim, xudoga o'xshash guruning yonida uxlashga tayyor ekanligimni to'liq angladim.

.....
15-1 : Puri, haqida 310 milya janub ning Kalkutta, bu a mashhur ziyorat shahar uchun dindorlar ning Krishna; uning ibodat U yerda har yili o'tkaziladigan ikkita ulkan festival - *Snanyatra* va *Rathayatra* bilan nishonlanadi .

15-2 : The 1939-yil kashfiyot ning a radio mikroskop oshkor bo'ldi a yangi dunyo ning hozirgacha noma'lum nurlar. "Odam o'zi sifatida quduq hamma kabi turlari ning go'yoki inert masala doimiy ravishda chiqaradi ... nurlar bu bu asbob "ko'radi", xabar qilingan ... *Bog'liq Matbuot* "Telepatiya, ikkinchi ko'rish va bashoratga ishonadiganlar ushbu e'londa bir odamdan boshqasiga o'tadigan ko'rinmas nurlar mavjudligining birinchi ilmiy isbotiga ega. Radio qurilmasi aslida radiochastotadir." spektroskop. Bu qiladi ... bir xil narsa uchun salqin, porlamaydigan masala bu ... spektroskop qiladi qachon uni yulduzlarni yaratuvchi atomlarning turlarini ochib beradi. Inson va barcha tirik mavjudotlardan keladigan bunday nurlarning mavjudligi

gumon qilingan tomonidan olimlar uchun ko'p yillar. Bugun bu ... birinchi eksperimental isbot ning ularning mavjudlik. The kashfiyot shoular tabiatdagi har bir atom va har bir molekula uzluksiz radioeshittirish stansiyasi ekanligi. Shunday qilib, hatto o'limdan keyin ham

Inson bo'lgan modda o'zining nozik nurlarini yuborishda davom etmoqda. Bu nurlarning to'lqin uzunligi hozirda radioeshittirishda ishlatiladigan har qanday narsadan qisqaroqdan tortib, eng uzun radio to'lqinlarigacha bo'lgan masofani tashkil qiladi. Bu nurlarning chalkashligini tasavvur qilib bo'lmaydi. U yerda bor millionlab ning ularni. A yolg'iz juda katta molekula may berish o'chirilgan 1 000 000 turlicha to'lqin uzunliklar bir vaqtning o'zida. Bu turdagi .Bittasi bor..... uzunroq to'lqin uzunliklari radio to'lqinlari kabi osonlik va tezlikda harakatlanadi.

ajoyib farq orasida ... yangi radio nurlar va tanish nurlar kabi yorug'lik. Bu bu ... uzaytirilgan vaqt, miqdori minglab .yillargacha, bu radio to'lqinlari bezovtalanmagan materiyadan chiqarishda davom etadi

15-3 "Sezgi" ni ishlatishdan ikkilanish mumkin; Gitler bu so'zni deyarli barbod qildi va yanada ulkan vayronagarchiliklarni keltirib chiqardi. Lotincha ildiz ma'no ning *sezgi* bu "ichki himoya." The Sanskritcha so'z *agama* degani sezgi bilan bog'liq bilim tug'ilgan ning to'g'ridan-to'g'ri ruhni idrok etish; shuning uchun rishilarning ba'zi qadimiy risolalari *agamalar deb nomlangan* .

15-4 : *Shanba* bu so'zma-so'z "bo'lish", shuning uchun "mohiyat;" haqiqat." *Sanga* bu "uyushma." Shri Yuktesvar chaqirildi uning *Sat-Sanga* zohidlik tashkiloti , "haqiqat bilan do'stlik".

15-5 : "Agar shuning uchun sizniki ko'z bo'lish yolg'iz, seniki butun tana kerak bo'lish to'liq ning yorug'lik." - *Matto* 6:22. davomida chuqur meditatsiya, singl yoki ma'naviy ko'z bo'ladi ko'rinadigan ichida ... markaziy qism ning ... peshona. Bu hamma narsani biluvchi ko'z bu turlicha murojaat qilingan ichiga Muqaddas Kitoblar sifatida ... uchinchi ko'z, ... yulduz ning ... Sharq, ... ichki ko'z, ... kaptar pastga tushuvchi dan jannat, ... ko'z ning Shiva, sezgi ko'zi va boshqalar.

15-6 : "U bu ekilgan ... quloq, kerak u emas eshitdingizmi? u bu shakllangan ... ko'z, kerak u emas ko'ryapsizmi? u bu o'rgatadi erkak

. bilim, kerak u emas bilasizmi?" - *Zabur* 94:9-10

15-7 Barcha xalqlarning folklorida tabiat ustidan hokimiyatga ega bo'lgan sehr-jodularga ishoralar mavjud. Amerika hindulari mashhur. ga ega bo'lish rivojlangan tovush marosimlar uchun yomg'ir va shamol. Tan rangi Sen, ... ajoyib Hindu musiqachi, edi qodir ga o'chirish olov tomonidan kuch ning uning qo'shiq. Charlz Kellogg, ... Kaliforniya tabiatshunos, berdi a namoyish ning ... ta'sir ning ohang tebranish jo'shqin, go'zal, yondiradigan ichida 1926-yil oldin a guruh ning Yangi York o't o'chiruvchilar. "O'tish a kamon, kabi bir kattalashtirilgan skripka kamon, tezda bo'ylab bir alyuminiy sozlash vilka, u ishlab chiqarilgan a qichqiriq kabi qizg'in radio statik. Darhol ... sariq gaz olov, ikki oyoqlar baland, sakrash ichida ichi bo'sh shisha naycha olti dyuym balandlikka tushib, moviy chaqnashga aylandi. Kamon bilan yana bir urinish va yana bir tebranish ovozi uni o'chirdi.

Aqldan ozdirish The Yulduzlar

"Mukunda, nega astrolojik bilaguzuk olmaysan?"

"Kerakmi, ustoz? Men astrologiyaga ishonmayman."

e'tiqod masalasi emas ; har qanday mavzu bo'yicha yagona ilmiy nuqtai nazar - bu uning *haqiqatmi yoki yo'qmi* . Tortishish qonuni Nyutondan oldin ham, undan keyin ham samarali ishlagan. Agar kosmos qonunlari inson e'tiqodining ruxsatisiz ishlay olmasa, u ancha tartibsiz bo'lar edi."

"Charlatanlar yulduzlar ilmini hozirgi obro'siz holatga keltirdilar. Astrologiya juda keng, ham matematik jihatdan **16-1.** va falsafiy jihatdan, faqat chuqur tushunchaga ega odamlar tomonidan to'g'ri tushunilishi kerak. Agar johil odamlar osmonni noto'g'ri o'qib, u yerda yozuv o'rniga chizma ko'rsalar, bu nomukammal dunyoda kutilgan narsa. "Donolar" bilan birga donolikni rad etmaslik kerak.

"Yaratilishning barcha qismlari bir-biri bilan bog'langan va o'zaro ta'sir qiladi. Koinotning muvozanatli ritmi o'zaro ta'sirga asoslangan", deb davom etdi mening ustozim. "Inson, o'zining insoniy jihatida, ikki xil kuchga qarshi kurashishi kerak - birinchisi, yer, suv, olov, havo va efir elementlari aralashmasidan kelib chiqadigan o'z borlig'idagi g'alayonlar; ikkinchisi, tabiatning tashqi parchalanuvchi kuchlari. Inson o'zining o'limi bilan kurashayotgan ekan, unga osmon va yerning son-sanoqsiz mutatsiyalari ta'sir qiladi."

"Astrologiya - bu insonning sayyora stimullariga munosabatini o'rganadigan fan. Yulduzlar ongli ravishda xayrixohlik yoki adovatga ega emas; ular shunchaki ijobiy va salbiy nurlanishlarni tarqatadilar. Bularning o'zlari insoniyatga yordam bermaydi yoki zarar yetkazmaydi, balki tashqi faoliyat uchun qonuniy kanalni taklif qiladi." sabab-oqibat muvozanatlar qaysi har biri erkak bor to'plam ichiga harakat ichida ... o'tmish.

"Bola o'sha kuni va o'sha soatda, samoviy nurlar uning individual karmasi bilan matematik uyg'unlikda bo'lgan paytda tug'iladi. Uning munajjimlar bashorati - bu uning o'zgarmas o'tmishi va uning kelajakdagi ehtimoliy natijalarini ochib beradigan qiyin portret. Ammo tug'ilish jadvalini faqat intuitiv donolikka ega odamlar to'g'ri talqin qila oladilar: bundaylar kam."

"Tug'ilish paytida osmon bo'ylab jasorat bilan yoyilgan xabar taqdirni - o'tmishdagi yaxshilik va yomonlikning natijasini ta'kidlash uchun emas, balki insonning o'zining umumbashariy hukmronligidan qochish irodasini uyg'otish uchun mo'ljallangan. U qilgan ishini bekor qila oladi. O'zidan boshqa hech kim uning hayotida hozirda keng tarqalgan har qanday oqibatlarning sabablarini qo'zg'atuvchi emas edi. U har

qanday cheklovni yengib o'tishi mumkin, chunki u buni dastlab o'z harakatlari bilan yaratgan va sayyoraviy bosimga duchor bo'lmagan ma'naviy resurslarga ega."

"Astrologiyaga bo'lgan xurofot odamni mexanik boshqaruvga qullik bilan bog'liq bo'lgan avtomatga aylantiradi. Dono odam o'zining sayyoralarini, ya'ni o'tmishini yaratilishdan Yaratguvchiga o'tkazish orqali mag'lub etadi. U Ruh bilan birligini qanchalik ko'p anglasa, materiya unga shunchalik kam hukmronlik qila oladi. Ruh abadiy ozoddir; u tug'ilmaganligi sababli o'limsizdir. Uni yulduzlar boshqara olmaydi."

"Inson *ruhdir* va uning tanasi *bor* . U o'zining o'ziga xoslik tuyg'usini to'g'ri joylashtirganda, barcha majburiy odatlardan voz kechadi. Agar u odatiy ruhiy amneziya holatida chalkashib qolsa, u atrof-muhit qonunlarining nozik zanjirlarini biladi."

"Xudo uyg'unlikdir; o'zini sozlaydigan dindor hech qachon biron bir noto'g'ri harakat qilmaydi. Uning faoliyati astrolojik qonunga muvofiq to'g'ri va tabiiy ravishda vaqtga bog'liq bo'ladi. Chuqur ibodat va mulohaza yuritgandan so'ng, u o'zining ilohiy ongi bilan aloqada bo'ladi; bu ichki himoyadan buyukroq kuch yo'q."

"Unda, aziz ustoz, nega menga astrolojik bilaguzuk taqishimni xohlaysiz?" Men bu savolni uzoq sukutdan keyin berdim, bu vaqt ichida men Shri Yuktesvarning olijanob ta'rifini o'zlashtirishga harakat qilgan edim.

"Sayohatchi maqsadiga erishgandagina xaritalarini tashlab yuborishga haqli. Sayohat davomida u har qanday qulay qisqa yo'ldan foydalanadi. Qadimgi rishilar insonning xayolda surgun bo'lish davrini qisqartirishning ko'plab usullarini kashf etdilar. Karma qonunida donolik barmoqlari bilan mohirona sozlash mumkin bo'lgan ma'lum mexanik xususiyatlar mavjud."

"Insonning barcha illatlari umuminsoniy qonunlarning buzilishidan kelib chiqadi. Muqaddas Yozuvlarda inson ilohiy qudratni obro'sizlantirmasdan, tabiat qonunlariga rioya qilishi kerakligi ta'kidlangan. U shunday deyishi kerak: "Ey Rabbim! Men ishonch ichida Sen, va bilish Sen mumkin yordam men, lekin Men juda vasiyatnoma qil mening eng yaxshi ga bekor qilish har qanday "Men noto'g'ri ish qildim." Bir qator vositalar bilan - ibodat, iroda kuchi, yoga meditatsiyasi, avliyolar bilan maslahatlashish, astrolojik bilaguzuklardan foydalanish orqali o'tmishdagi xatolarning salbiy oqibatlarini minimallashtirish yoki yo'q qilish mumkin.

"Xuddi uyga chaqmoq zarbasini yutish uchun mis tayoq o'rnatilganidek, tana ibodatxonasi ham turli xil himoya choralari bilan foyda ko'rishi mumkin. Qadim zamonlarda bizning yogislarimiz sof metallar sayyoralarining salbiy tortishishlariga kuchli qarshilik ko'rsatadigan astral yorug'lik chiqarishini aniqladilar." Koinotda nozik elektr va magnit nurlanishlar doimiy ravishda aylanib yuradi; inson tanasiga yordam berilayotganda, u buni bilmaydi; u parchalanayotganda, u hali ham johillikda bo'ladi.

Can u qil har qanday narsa haqida u?

"Bu muammo bizning rishilarimizning e'tiborini tortdi; ular nafaqat metallarning, balki o'simliklarning kombinatsiyasini ham foydali deb topishdi va eng samaralisi - kamida ikki karatli benuqson toshlar. Astrologiyaning profilaktik qo'llanilishi Hindistondan tashqarida kamdan-kam hollarda jiddiy o'rganilgan. Bitta kichik-Ma'lumki, kerakli og'irlik ta'minlanmaguncha va bu davolash vositalari terining yoniga taqilmaguncha, tegishli zargarlik buyumlari, metallar yoki o'simlik

preparatlari hech qanday qiymatga ega emas.

"Janob, albatta, men sizning maslahatingizga quloq solib, bilaguzuk olaman. Sayyorani aldash fikri meni qiziqtirib qo'ydi!"

"Umumiy maqsadlar uchun men oltin, kumush va misdan yasalgan bilaguzukdan foydalanishni maslahat beraman. Lekin aniq bir maqsad uchun sizdan kumush va qo'rg'oshindan bilaguzuk olishingizni istayman." Shri Yuktesvar ehtiyotkorlik bilan ko'rsatmalar qo'shdi.

"Guruji, nima "o'ziga xos" maqsad' qil siz demoqchimisiz?"

"Yulduzlar sizga do'stona bo'lmagan qiziqish bildirish arafasida, Mukunda. Qo'rqma; sen himoyalangan bo'lasan. Taxminan bir oydan keyin jigaring senga ko'p muammolar tug'diradi. Kasallik olti oy davom etishi rejalashtirilgan, ammo astrolojik bilaguzukdan foydalanishing bu davrni yigirma to'rt kungacha qisqartiradi."

Ertasi kuni zargar qidirdim va tez orada bilaguzukni taqib oldim. Sog'lig'im juda yaxshi edi; Ustozning bashorati xayolimdan chiqib ketdi. U Seramporedan Benaresga tashrif buyurish uchun jo'nab ketdi. Suhbatimizdan o'ttiz kun o'tgach, jigaram sohasida to'satdan og'riq sezdim. Keyingi haftalar chidab bo'lmas og'riq bilan to'la dahshatli tush bo'ldi. Ustozimni bezovta qilishni istamay, sinovlarimga jasorat bilan yolg'iz bardosh beraman deb o'yladim.

Lekin yigirma uch kunlik qiynoqlar mening qat'iyatimni susaytirdi; men Benaresga tayyorgarlik ko'rdim. U yerda Shri Yuktesvar meni g'ayrioddiy iliqlik bilan kutib oldi, lekin menga dardlarimni unga shaxsiy ravishda aytishga imkon bermadi. O'sha kuni ko'plab dindorlar shunchaki *darshan uchun Ustozga tashrif buyurishdi* . **16-2** Kasal va qarovsiz holda burchakda o'tirdim. Kechki ovqatdan keyin barcha mehmonlar ketishdi. Ustozim chaqirdi meni uyning sakkizburchak balkoniga olib chiqdi.

"Jigar kasalligingiz tufayli kelgan bo'lsangiz kerak." Shri Yuktesvarning nigohi boshqa tomonga burildi; u vaqti-vaqti bilan oy nuriga to'sqinlik qilib, u yoqdan bu yoqqa yurdi. "Keling, ko'ray; yigirma to'rt kundan beri kasal bo'lib yurasiz, shunday emasmi?"

"Ha, janob.

"Iltimos qil ... oshqozon mashq qilish Men ega bo'lish o'rgatilgan sen."

"Agar siz mening azob-uqubatlarimning darajasini bilganingizda edi, Ustoz, mendan mashq qilishni so'ramagan bo'lardingiz." Shunga qaramay, men unga itoat etishga kuchsiz harakat qildim.

"Siz og'riq bor deyapsiz; men esa og'riq yo'q deyman. Bunday qarama-qarshiliklar qanday bo'lishi mumkin?" Ustozim menga savol bilan qaradi.

Meni dovdiratib qo'ydi, keyin esa quvonchli yengillik qamrab oldi. Meni haftalar davomida deyarli uyqusiz qoldirib kelgan doimiy azobni endi his qila olmasdim; Shri Yuktesvarning so'zlaridan azob hech qachon bo'lmagandek yo'qoldi.

Men boshlandi ga tiz cho'kish da uning oyoqlar ichida minnatdorchilik, lekin u tezda oldini oldi meni.

"Bolalik qilma. Tur va Gang ustidagi oyning go'zalligidan bahramand bo'l." Lekin

men uning yonida jim turganimda, Ustozning ko'zlari baxtli chaqnab turardi. Uning munosabatidan u menga u emas, balki Xudo Shifokor bo'lganini his qilishimni xohlayotganini angladim.

Men hozir ham qalin kumush va qo'rg'oshin bilaguzukni taqib yuraman, bu o'sha uzoq o'tmishdagi, qadrli kunning esdaligi - men haqiqatan ham g'ayritabiiy shaxs bilan yashayotganimni qayta anglaganimda. Keyinchalik, do'stlarimni Shri Yuktesvarga davolanish uchun olib kelganimda, u har doim tavsiya qilardi

zargarlik buyumlari yoki ... bilaguzuk, maqto'v ularning foydalanish sifatida bir harakat ning astrolojik donolik.

Bolaligidan astrologiyaga nisbatan noto'g'ri qarashga ega edim, qisman ko'p odamlar unga qattiq bog'lanib qolishini kuzatganim uchun va qisman oilaviy astrologimizning bashorati tufayli: "Ikki marta beva bo'lib, uch marta uylanasiz", deb o'yladim. uch karra nikoh ibodatxonasi oldida qurbonlikni kutayotgan echki kabi his qilish.

"Ta'qdiringizga tan berishingiz mumkin", dedi akam Ananta. "Yozma munajjimlar bashoratingiz sizning yoshligingizda uyingizdan Himolay tog'lariga uchib ketishingizni, ammo majburan qaytarib yuborilishingiz haqida to'g'ri aytgan. Turmush qurish haqidagi bashoratingiz ham haqiqat bo'lishi aniq ."

Bir kuni kechasi bashorat butunlay yolg'on ekanligi haqida aniq bir sezgi paydo bo'ldi. Men munajjimlar bashoratini yoqib yubordim, kulni qog'oz paketga solib, ustiga: "O'tmishdagi karma urug'lari ilohiy donolik olovida qovurilsa, unib chiqqa olmaydi", deb yozdim. Xaltani ko'zga ko'rinadigan joyga qo'ydim; Ananta darhol mening e'tirozli sharhimni o'qidi.

"Sen bu qog'oz o'ramni yoqib yuborganing kabi haqiqatni osongina yo'q qila olmayсан." Akam istehzo bilan kuldi.

Voyaga yetgunimcha, oilam uch marta meni unashtirishga harakat qilgani haqiqat. Har safar men bu rejalarga qo'shilmasdan, **16-3 hisobida rad etdim.** Xudoga bo'lgan sevgim o'tmishdagi har qanday astrolojik e'tiqodlardan ham kuchliroq ekanligini bilish.

"Inson o'zini qanchalik chuqur anglasa, u o'zining nozik ruhiy tebranishlari bilan butun olamga shunchalik ko'p ta'sir qiladi va o'zi ham fenomenal oqimdan shunchalik kam ta'sirlanadi." Ustozning bu so'zlari ko'pincha xayolimga ilhom bilan kelardi.

Ba'zan munajjimlarga sayyoraviy ko'rsatkichlarga ko'ra eng yomon hayz ko'rishimni tanlashni aytardim va Men o'zimga qo'ygan har qanday vazifani baribir bajarardim. Bunday paytlardagi muvaffaqiyatim favqulodda qiyinchiliklar bilan birga kelgan. Lekin mening ishonchim har doim oqlangan: ilohiy himoyaga ishonish va insonning Xudo tomonidan berilgan irodasidan to'g'ri foydalanish "teskari kosa" to'play oladigan har qanday kuchdan ustundir.

Tug'ilgandagi yulduzli yozuv, men tushundimki, inson o'z o'tmishining qo'g'irchog'i emas. Uning xabari shunchaki mag'rurlikka undashdir; osmonning o'zi insonda har qanday cheklovlardan ozod bo'lish qat'iyatini uyg'otishga intiladi. Xudo har bir insonni individuallik bilan ta'minlangan ruh sifatida yaratdi, shuning uchun u vaqtinchalik ustun yoki parazit rolida bo'ladimi, universal tuzilish uchun zarurdir. Uning erkinligi, agar xohlasa, yakuniy va darholdir; bu tashqi emas, balki ichki

g'alabalarga bog'liq.

Shri Yuktesvar 24 000 yillik tengkunlik siklining hozirgi davrimizga matematik qo'llanilishini kashf etdi. **16-4** Bu sikl 12000 yildan iborat bo'lgan ko'tariluvchi yoy va tushuvchi yoyga bo'lingan. Har bir yoy ichida to'rtta *Yuga* yoki davr mavjud bo'lib, ular *Kali* , *Dvapara* , *Treta* va *Satya deb ataladi* , bu yunoncha temir, bronza, kumush va oltin asrlar g'oyalariga mos keladi.

Mening ustozim turli hisob-kitoblar orqali ko'tarilish yoyining oxirgi *Kali Yuga* yoki Temir davri taxminan milodiy 500-yilda boshlanganini aniqladi. 1200 yillik temir davri materializm davri bo'lib, u milodiy 1700-yilda tugadi. O'sha yili 2400 yillik elektr davri bo'lgan *Dvapara Yuga boshlandi*. va atom energiyasining rivojlanishi, telegraf, radio, samolyotlar va boshqa kosmik yo'q qiluvchilar davri .

Treta Yuganing 3600 yillik davri milodiy 4100 yilda boshlanadi; uning davri telepatik aloqa va boshqa vaqtni yo'q qiluvchi vositalar haqidagi umumiy bilimlar bilan belgilanadi. *Satya Yuganing 4800 yillik davrida* , ko'tarilish yoyidagi so'nggi davrda, insonning aql-zakovati to'liq rivojlanadi; u ilohiy reja bilan uyg'unlikda ishlaydi.

12000 yillik pastga tushuvchi yoy, 4800 yillik pastga tushuvchi Oltin asr bilan boshlanadi va keyin **16-5-yillarda boshlanadi**. dunyo uchun; inson asta-sekin johillikka botadi. Bu sikllar *mayyaning abadiy aylanalari* , fenomenal olamning qarama-qarshiliklari va nisbiyliklaridir. **16-6** Odam, birma-bir, Yaratuvchi bilan ajralmas ilohiy birligini anglab, yaratilishning ikkilanish qamoqxonasidan qochadi.

Ustoz nafaqat astrologiya, balki dunyo yozuvlari haqidagi tushunchamni kengaytirdi. Muqaddas matnlarni ongining beg'ubor stoliga qo'yib, ularni skalpel bilan yorib ko'rishga muvaffaq bo'ldi. intuitiv mulohaza yuritish va olimlarning xatolari va interpolyatsiyalarini payg'ambarlar tomonidan dastlab ifodalangan haqiqatlardan ajratish.

"Ko'rish qobiliyatini burun uchiga qarating." *Bhagavad Gita* bandining bu noto'g'ri talqini, **16-7** Sharq mutaxassislari va G'arb tarjimonlari tomonidan keng qabul qilingan, Ustozning kulgili tanqidiga sabab bo'lgan.

"Yogining yo'li o'ziga xosdir", dedi u. "Nega unga o'zini ham ko'zlari qisilgan holda ko'rsatishi kerakligini maslahat berish kerak? Nasikagramning asl ma'nosi " burunning kelib chiqishi", "burunning oxiri" emas. Burun ikki qosh orasidagi nuqtadan, ruhiy ko'rish joyidan boshlanadi." **16-8 Bitta Sankhya 16-9** tufayli aforizm, " *Isvar-ashidha* ", - "Yaratilishning Parvardigorini chiqarib bo'lmaydi" yoki "Xudo isbotlanmagan", **16-10** -ko'pgina olimlar butun falsafani ateistik deb atashadi.

"Bu oyat nihilist emas", deb tushuntirdi Shri Yuktesvar. "Bu shunchaki barcha yakuniy hukmlar uchun his-tuyg'ulariga tayangan holda, ma'rifatsiz odam uchun Xudoning isboti noma'lum va shuning uchun mavjud emasligi kerakligini anglatadi. Meditatsiyadan tug'ilgan mustahkam tushunchaga ega bo'lgan haqiqiy *Sankhya* izdoshlari Rabbiyning ham mavjud, ham bilish mumkinligini tushunishadi."

Ustoz nasroniy Muqaddas Kitobini go'zal ravshanlik bilan tushuntirdi. Men nasroniy a'zolidan chaqirig'iga noma'lum bo'lgan hindu gurumimdan Muqaddas Kitobning o'lmas mohiyatini anglashni va Masihning da'vosidagi haqiqatni tushunishni o'rgandim - shubhasiz, bu eng hayajonli va murosasiz so'z: "Osmon va yer o'tib

ketadi, lekin Mening so'zlarim o'tib ketmaydi".

16-11

Hindistonning buyuk ustozlari o'z hayotlarini Iso Masihni jonlantirgan xuddi shu ilohiy g'oyalar asosida shakllantiradilar; bu odamlar uning e'lon qilingan qarindoshlari: "Kimki osmondagi Otamning irodasini bajarsa, u ham..."

akam, singlim va onam ham shunday." **16-12** "Agar sizlar Mening so'zimga amal qilsangizlar," deb ta'kidlagan Masih, "u holda sizlar Mening chinakam shogirdlarimsizlar; va sizlar haqiqatni bilib olasizlar va haqiqat sizlarni ozod qiladi."

16-13 Barcha ozod odamlar, o'zlarining xo'jayinlari, Hindistonning Yogi-Masihlari o'lmas birodarlikning bir qismidir: Yagona Ota haqida ozodlik bilimiga erishganlar.

"Odam Ato va Momo Havo haqidagi hikoya men uchun tushunarsiz!" deb bir kuni bu allegoriya bilan kurashayotgan dastlabki paytlarimda ancha qizg'inlik bilan dedim. "Nima uchun Xudo nafaqat aybdor juftlikni, balki begunoh tug'ilmagan avlodlarni ham jazoladi?"

Ustoz mening johilligimdan ko'ra mening shafqatsizligimdan ko'proq zavq oldi. "*Ibtido kitobi* chuqur ramziy ma'noga ega va uni so'zma-so'z talqin qilish orqali tushunib bo'lmaydi", deb tushuntirdi u. "Uning "hayot daraxti" inson tanasidir. Orqa miya ag'darilgan daraxtga o'xshaydi, uning ildizlari inson sochlari, shoxlari esa afferent va efferent nervlardir. Asab tizimining daraxti ko'plab yoqimli mevalarni yoki ko'rish, eshitish, hidlash, ta'm va teginish hissiyotlarini beradi. Bular da inson haqli ravishda zavqlanishi mumkin; lekin unga jinsiy aloqa, tana bog'ining markazidagi "olma" taqiqlangan edi. **16-14**

"Ilon" jinsiy nervlarni rag'batlantiradigan o'ralgan orqa miya energiyasini ifodalaydi. "Odam" aql, "Momo Havo" esa tuyg'u. Har qanday insondagi his-tuyg'u yoki Momo Havo ongi jinsiy impuls tomonidan mag'lub bo'lganda, uning aqli yoki Odam ham taslim bo'ladi. **16-15**

"Xudo inson turini O'z irodasi kuchi bilan erkak va ayol tanalarini moddiylashtirish orqali yaratdi; U yangi turga shunga o'xshash bolalar yaratish qudratini ato etdi."

"benuqson" yoki ilohiy tarzda. **16-16** Uning individuallashtirilgan ruhdagi namoyon bo'lishi ilgari hayvonlar bilan cheklanganligi, instinktlarga bog'liqligi va to'liq aql-idrok imkoniyatlaridan mahrumligi sababli, Xudo ramziy ma'noda Odam Ato va Momo Havo deb nomlangan birinchi inson tanalarini yaratdi. Ularga yuqoriga ko'tarilish uchun foydali evolyutsiya uchun U ikkita hayvonning ruhlarini yoki ilohiy mohiyatini o'tkazdi. **16-17** Odam Atoda ham, odamda ham aql ustunlik qilgan; Momo Havoda ham, ayolda ham tuyg'u ustunlik qilgan. Shunday qilib, fenomenal olamlarning asosida yotgan ikkilik yoki qutblanish ifodalangan. Aql va tuyg'u bir joyda qoladi. inson ongi hayvonlarga moyillikning ilon energiyasiga aldanmaguncha, hamkorlik quvonchi jannati.

"Shuning uchun inson tanasi nafaqat hayvonlardan evolyutsiya natijasi, balki Xudo tomonidan maxsus yaratilish harakati natijasida yaratilgan. Hayvon shakllari to'liq ilohiylikni ifodalash uchun juda qo'pol edi; insonga noyob tarzda ulkan aqliy qobiliyat - "ming bargli lotus" berilgan edi." miya, shuningdek, umurtqa pog'onasida o'tkir uyg'ongan okkultizm markazlari.

"Xudo yoki birinchi yaratilgan juftlikdagi Ilohiy Ong ularga barcha insoniy his-tuyg'ulardan bahramand bo'lishni, lekin diqqatlarini teginish his-tuyg'ulariga qaratmaslikni maslahat berdi. **16-18** Bular insoniyatni hayvonlarning quyi ko'payish usuliga jalb qiladigan jinsiy a'zolarning rivojlanishiga yo'l qo'ymaslik uchun taqiqlangan edi. Ongsiz mavjud bo'lgan hayvoniy xotiralarni qayta tiklamaslik haqidagi ogohlantirishga quloq solindi. Odam Ato va Momo Havo qo'pol nasl berish yo'lini davom ettirib, samoviy quvonchning tabiiy holatidan asl mukammal insonga aylandilar.

"Bilim ning "yaxshi" va yovuzlik havola qiladi ga ... kosmik dualistik majburlash. Yiqilish ostida ... tebranish ning

Maya o'zining his-tuyg'ulari va aql-idrokidan yoki Momo Havo va Odam Atoning ongidan noto'g'ri foydalanish orqali inson ilohiy o'zini o'zi ta'minlashning samoviy bog'iga kirish huquqidan voz kechadi. **16-19** Har bir insonning shaxsiy mas'uliyati uning "ota-onasi"ni yoki ikkiyuzlamachilik tabiatini yagona uyg'unlikka yoki Jannatga qaytarishdir.

Ibtido sahifalariga yangi hurmat bilan qaradim . — Hurmatli ustoz, — dedim

men, — men birinchi marta Odam Ato va Momo Havoga nisbatan farzandlik

.....
burchim borligini his qilyapman!

16-1 : Kimdan astronomik ma'lumotnomalar ichida qadimgi Hindu Muqaddas Kitoblar, olimlar ega bo'lish bo'lgan qodir ga to'g'ri aniqlash ... mualliflarning sanalari. Rishilarning ilmiy bilimlari juda katta edi; *Kaushitaki Brahmanada* biz aniq astronomik ma'lumotlarni topamiz. parchalar qaysi shou bu ichida 3100 Miloddan avvalgi ... Hindular edilar uzoq ilg'or ichida astronomiya, qaysi bor edi a astrolojik marosimlar uchun qulay vaqtlarni aniqlashda amaliy ahamiyatga ega. 1934-yil fevral oyida *"East-West"* jurnalida chop etilgan maqolada *Jyotish yoki Vedik astronomik risolalarining to'plami* haqida quyidagi xulosa keltirilgan : "Unda Hindistonni barcha qadimgi xalqlar orasida yetakchi o'rinda ushlab turgan va uni bilim izlovchilar makkasiga aylantirgan ilmiy bilimlar mavjud. Juda qadimgi *Brahmagupta* , bitta ning ... *Jyotish* ishlari, bu bir astronomik risola savdo bilan shunday masalalar sifatida ... geliotsentrik harakati ... sayyoraviy tanalar ichida bizning quyosh tizim, ... qiyshiqlik ning ... ekliptik, ... Yerning sharsimon shakl, ... aks ettirilgan yorug'lik Oyning harakati, Yerning kundalik o'q atrofida aylanishi, Somon Yo'lida qo'zg'almas yulduzlarning mavjudligi, tortishish qonuni va G'arb dunyosida Kopernik va Nyuton davrigacha ochilmagan boshqa ilmiy faktlar.

Bu bu hozir taniqli bu ... deb atalmish "Arabcha raqamlar," holda kimning belgilar ilg'or matematika bu qiyin, Yevropaga 9-asrda arablar orqali Hindistondan kelgan, u yerda bu yozuv tizimi qadimdan shakllantirilgan edi. Keyingi yorug'lik yoqilgan Hindistonning ulkan ilmiy meros vasiyatnoma bo'lish topildi ichida Doktor P. C. Reyning *Tarix Ning* . *Hindu Kimyo* va doktor BN Sealning " *Qadimgi hindlarning ijobiy fanlari*" kitobida

16-2 : The duo qaysi oqimlar dan ... shunchaki ko'rish ning a avliyo.

16-3 : Bir ning ... qizlar kimga mening oila tanlangan sifatida a mumkin kelin uchun men, keyin turmush qurgan mening amakivachcha, Prabhas Chandra Ghose.

16-4 : A seriya ning o'n uch maqolalar yoqilgan ... tarixiy tekshirish ning Shri Yuktesvarning *Yuga* nazariya paydo bo'ldi ichida ... jurnal

Sharq-G'arb (Los Angeles) dan Sentyabr, 1932-yil, ga Sentyabr, 1933.

.16-5: Milodiy 12 500-yilda

16-6 : The Hindu Muqaddas Kitoblar joy ... hozirgi jahon davri sifatida sodir bo'ladigan ichida ... *Kali Yuga* ning a juda ko'p uzoqroq universal Shri Yuktesvar nazarda tutgan oddiy 24 000 yillik tengkunlik siklidan ko'ra sikl. Muqaddas Yozuvlarning universal sikli 4 300 560 000 yil davom etadi va Yaratilish kunini yoki sayyoramizga berilgan hayot davomiyligini o'ichaydi. tizim ichida uning hozirgi shakl. Bu ulkan figura berilgan tomonidan ... rishilar bu asoslangan yoqilgan a munosabatlar orasida ... uzunlik quyosh yilining va Pi sonining ko'paytmasi (3.1416, aylana uzunligining aylana diametriga nisbati).

The hayot oraliq uchun a butun koinot, muvofiq ga ... qadimgi ko'ruvchilar, bu 314,159,000,000,000 quyosh yillar, yoki "Bir

. Yosh Brahmaning

Olimlar smeta ... hozirgi yosh ning ... yer ga bo'lish haqida ikki milliard yillar, asoslash ularning xulosalar yoqilgan a o'rganish ning qo'rg'oshin cho'ntaklar chappa sifatida a natija ning radioaktivlik ichida qoyalar. The Hindu Muqaddas Kitoblar e'lon qilish bu bir yer shunday sifatida bizniki bu erigan bitta uchun ning ikki sabablari: ... aholi sifatida a butun

bo'lish yoki butunlay yaxshi yoki butunlay yovuzlik. The dunyoqarash shu tariqa Yer sifatida birlashtirilgan asirga olingan .atomlarni ozod qiladigan kuch hosil qiladi

Dahshatli e'lonlar bor vaqti-vaqti bilan nashr etilgan haqida bir yaqinda "oxiri ning ... dunyo." The eng so'nggi bashorat ning Qiyomatni Pasadenalik ruhoniyy Chas. G. Long bergan, u "Qiyomat kuni"ni 1945-yil 21-sentabrga belgilagan. *United Press* muxbirlari mening fikrimni so'rashdi; men dunyo sikllari ilohiy rejaga muvofiq tartibli ravishda davom etishini tushuntirdim. Yer yuzidagi parchalanish ko'rinmayapti; sayyoramiz uchun hozirgi ko'rinishida ikki milliard yillik ko'tarilish va pasayish tengkunlik sikllari hali ham kutilmoqda. Rishilar tomonidan turli dunyo asrlari uchun berilgan raqamlar G'arbda diqqat bilan o'rganishga loyiqdir; *Time jurnali* (1945-yil 17-dekabr, 6-bet) ularni "taskin beruvchi statistika" deb .atadi

16-7 : bob VI:13.

16-8 : "The yorug'lik ning ... tana bu ... ko'z: shuning uchun qachon sizniki ko'z bu yolg'iz, seniki butun tana shuningdek bu to'liq ning yorug'lik; lekin qachon sizniki ko'z bu yovuzlik, seniki tana shuningdek bu to'liq ning zulmat. Oling diqqat bilan shuning uchun bu ... yorug'lik qaysi bu ichida senga bo'lish emas zulmat." - *Luqo* 11:34-35.

16-9 : Bir ning ... olti tizimlar ning Hindu falsafa. *Sankhya* o'rgatadi yakuniy ozodlik orqali bilim ning *prakriti* yoki tabiatdan boshlanib, *purusha* yoki ruh bilan tugaydigan yigirma beshta tamoyil .

16-10 : *Sankhya Aforizmlar* , I:92.

16-11: *Matto* 24:35.

16-12 : *Matto* 12:50.

16-13 Yuhanno 8:31-32 da shunday *deb* guvohlik bergan: "Ammo Uni qabul qilganlarga U Xudoning o'g'illari bo'lish qudratini berdi. hatto ga ularni bu ishonish yoqilgan uning ism (hatto ga ularni JSSV bor o'rnatilgan ichida ... Masih Ong)." - *Jon* 1:12.

16-14 : "Biz may yemoq ning ... meva ning ... daraxtlar ning ... bog': lekin ning ... meva ning ... daraxt qaysi bu ichida ... o'rtada ning ... bog'da Xudo: "Undan yemanglar va unga tegmanglar, aks holda o'lasizlar", — degan" (*Ibtido* 3:2-3).

16-15 : "The ayol kimga sen gavest ga bo'lish bilan men, u berdi meni ning ... daraxt, va Men qildi yemoq. The ayol dedi, Ilon meni yo'ldan ozdirdi va men yedim." (*Ibtido* 3:12-13).

16-16 : "Shunday qilib Xudo yaratilgan erkak ichida uning o'z tasvir, ichida ... tasvir ning Xudo yaratilgan u uni; erkak va ayol yaratilgan u ularni. Va Xudo muborak bo'lgan ularni, va Xudo dedi ga ularni, Bo'ling samarali va ko'paytiring, va to'ldirish ... yer, va bo'ysundirish uni." - *General* 1 :27-28.

16-17 : "Va ... Lord Xudo shakllangan erkak ning ... chang ning ... yer, va nafas oldi ichiga uning burun teshiklari ... nafas ning hayot; va inson tirik jonga aylandi." - *Ibtido* 2:7.

16-18 : "Hozir ... ilon (jinsiy aloqa kuch) edi Ko'proq nozik nisbatan har qanday hayvon ning ... maydon" (har qanday boshqa tuyg'u ning ... tana). - *Gen* 3 :1.

16-19 : "Va Parvardigor Xudo sharq tomonda Adan bog'ida bog' barpo qildi va o'zi yaratgan odamni o'sha yerga qo'ydi." - *Ibtido* 2:8. "Shuning uchun Parvardigor Xudo uni Adan bog'idan chiqarib yubordi, u yerdan olingan yerni ishladi." - *Ibtido* 3:23. Xudo tomonidan birinchi marta yaratilgan ilohiy insonning ongi peshonadagi qudratli yagona ko'zda markazlashgan edi. (sharqqa). The to'liq ijodiy vakolatlar ning uning iroda, diqqat markazida bo'lgan da bu nuqta, edilar yo'qolgan ga erkak qachon u boshladi ga "gacha uning jismoniy tabiatining asosi".

BOB: 17

Sasi Va The Uch Safirlar

"Chunki siz va mening o'g'il o'ylash shunday juda ning Swami Shri Yuktesvar, Men vasiyatnoma olish a qarash da uni." The

Doktor Narayan Chunder Royning ovoz ohangi uning yarim aqlli odamlarning injiqliklarini hazil qilayotganini anglatardi. Men o'z g'azabimni prozelitizmning eng yaxshi an'alariga ko'ra yashirdim.

Mening hamrohim, veterinar jarroh, qat'iy agnostik edi. Uning kichik o'g'li Santosh mendan otasiga qiziqishimni iltimos qilgan edi. Hozirgacha mening bebaho yordamim biroz ko'rinmas tomonda edi.

Doktor Roy ertasi kuni men bilan birga Serampore qabristoniga bordi. Ustoz unga qisqacha suhbat berganidan so'ng, ikkala tomon ham asosan stoik sukunat bilan ajralib turdi, mehmon qo'pollik bilan chiqib ketdi.

"Nega ashramga o'lik odamni olib kelish kerak?" Shri Yuktesvar Kalkutta skeptiklari uchun eshik yopilishi bilan menga savol bilan qaradi.

"Janob! Doktor tirik!" "Lekin

ichida a qisqa vaqt u vasiyatnoma

bo'lish o'lik.

Men hayratda qoldim. "Janob, bu uning o'g'li uchun dahshatli zarba bo'ladi. Santosh otasining materialistik qarashlarini o'zgartirish uchun vaqt kelishiga umid qilmoqda. Sizdan, ustoz, bu odamga yordam berishingizni iltimos qilaman."

"Juda yaxshi; sizning hurmatingiz uchun." Mening ustozimning yuzi beparvo edi. "Mag'rur ot shifokori diabetdan vafot etdi, garchi u buni bilmasa ham. O'n besh kundan keyin u o'z yotog'iga yotadi. Shifokorlar uni yo'qolgan deb hisoblashadi; uning bu dunyoni tark etishining tabiiy vaqti bugundan olti hafta. Biroq, sizning shifoatingiz tufayli u o'sha kuni tuzalib ketadi. Lekin bitta shart bor. Siz uni astrolojik bilaguzuk taqishingiz kerak; u, shubhasiz, operatsiyadan oldin otlaridan biri kabi qattiq e'tiroz bildiradi!" Usta kulib yubordi.

Bir oz sukut saqlaganimdan so'ng, Santosh bilan men itoatsiz shifokorga nisbatan masxara qilish mahoratidan qanday qilib eng yaxshi foydalanishimiz mumkinligi haqida o'ylaganimdan so'ng, Shri Yuktesvar qo'shimcha ma'lumotlarni oshkor qildi.

"Odam sog'ayib ketishi bilan unga go'sht yemaslikni maslahat bering. Biroq, u bu maslahatga quloq solmaydi va olti oydan keyin, o'zini eng yaxshi his qilayotgan paytda, o'ladi. Hatto o'sha olti oylik Uning umri faqat sizning iltimosingiz tufayli uzaytirildi.

Ertasi kuni men Santoshga zargardan bilaguzuk buyurtma qilishni taklif qildim. U bir hafta ichida tayyor bo'ldi, lekin doktor Roy uni taqishdan bosh tortdi.

"Men sog'lig'im juda yaxshi. Siz meni bu astrolojik xurofotlar bilan hech qachon hayratda qoldira olmaysiz." Doktor menga tajovuzkorona qaradi.

Men Ustozning bu odamni haqli ravishda qo'pol otga qiyoslaganini hazil bilan esladim. Yana yetti kun o'tdi; to'satdan kasal bo'lib qolgan shifokor kamtarlik bilan bilaguzuk taqishga rozi bo'ldi. Ikki hafta o'tgach, davolovchi shifokor menga bemorining ahvoli umidsiz ekanligini aytdi. U diabet keltirib chiqargan vayronagarchiliklar haqida dahshatli tafsilotlarni aytib berdi.

Men larzaga keldi mening bosh. "Mening guru bor dedi bu, keyin a kasallik uzoq muddatli bitta oy, Doktor Roy vasiyatnoma bo'lish xo'p."

Shifokor menga ishonchsizlik bilan tikilib qoldi. Lekin ikki haftadan keyin u meni uzr so'rab qidirdi.

"Doktor Roy to'liq sog'ayib ketdi!" deb xitob qildi u. "Bu mening tajribamdagi eng hayratlanarli holat. Men hech qachon o'layotgan odamning bunday tushunarsiz qaytishini ko'rmaganman. Sizning ustozingiz haqiqatan ham shifobaxsh payg'ambar bo'lsa kerak!"

Doktor Roy bilan bo'lgan bir suhbatdan so'ng, men Shri Yuktesvarning go'shtsiz parhez haqidagi maslahatlarini takrorlaganimdan so'ng, men u odamni olti oy davomida boshqa ko'rmadim. Bir kuni kechqurun men Gurpar yo'lidagi oilaviy uyimning maydonida o'tirganimda, u suhbatlashish uchun to'xtadi.

"O'qituvchingizga tez-tez go'sht iste'mol qilish orqali kuchimni to'liq tiklaganimni ayting. Uning parhez haqidagi ilmiy bo'lmagan g'oyalari menga ta'sir qilmadi." Doktor Roy sog'liqqa yaxshi qaragani rost edi .

Lekin ertasi kuni Santosh keyingi ko'chadagi uyidan yugurib oldimga keldi. "Bugun ertalab dadam yiqilib o'ldi!"

Bu holat Ustoz bilan bo'lgan eng g'alati tajribalarimdan biri edi. U isyonkor veterinar jarrohni ishonmasligiga qaramay, uni davoladi va mening samimiy iltijolarim tufayli uning yer yuzidagi tabiiy muddatini olti oyga uzaytirdi. Shri Yuktesvar mehribonligida cheksiz edi. dindorning shoshilinch ibodatiga duch keldi.

Kollejdagi do'stlarimni gurum bilan uchrashtirishga taklif qilish men uchun eng katta faxr edi. Ularning ko'plari - hech bo'lmaganda ashramda - diniy skeptitsizmning zamonaviy akademik niqobini chetga surib qo'yishardi!

Do'stlarimdan biri Sasi Seramporda bir nechta baxtli dam olish kunlarini o'tkazdi. Usta bolaga juda oshiq bo'lib qoldi va uning shaxsiy hayoti yovvoyi va tartibsiz ekanligidan afsuslandi.

— Sasi, agar o'zingni tuzatmasang, bir yildan keyin xavfli kasal bo'lib qolasan. — Shri Yuktesvar do'stinga mehr bilan g'azab bilan qaradi. — Mukunda guvoh: keyinroq ogohlantirmaganimni aytma .

Sasi kulib yubordi. "Ustoz, men o'zimning qayg'uli holatimda kosmosning shirin xayriya tashkilotiga qiziqishingizni sizga qoldiraman! Mening ruhim xohish bildiradi, lekin irodam zaif. Siz mening yer yuzidagi yagona najotkorimsiz; men boshqa hech narsaga ishonmayman."

"Ushbu eng kamida siz kerak kiyish a ikki karatli ko'k safir. Bu vasiyatnoma yordam sen."

"Men qila olmaydi imkoniyatga ega bo'lish bitta. Qanday bo'lmasin, azizim guruji, agar muammo keladi, Men to'liq ishonish siz vasiyatnoma himoya qilish men."

"Bir yildan keyin uchta sapfir olib kelasiz", deb javob berdi Shri Yuktesvar sirli ohangda. "Unda ular hech qanday foyda keltirmaydi."

Bu suhbat muntazam ravishda turlicha bo'lib turardi. "Men isloh qila olmayman!" - derdi Sasi kulgili umidsizlik bilan. "Va sizga bo'lgan ishonchim, ustoz, men uchun har qanday toshdan ham qadrliroq!"

Bir yil o'tgach, men Kalkuttadagi shogirdi Naren Babuning uyida guruimnikiga tashrif buyurdim. Ertalab soat o'nlar atrofida, Shri Yuktesvar bilan men ikkinchi qavatdagi mehmonxonada jimgina o'tirganimizda, old eshik ochilganini eshitdim. Ustoz qotib qoldi.

— Bu o'sha Sasi, — dedi u jiddiy ohangda. — Yil tugadi; uning ikkala o'pkasi ham yo'q. U mening maslahatimni e'tiborsiz qoldirdi; unga ayting, men uni ko'rishni xohlamayman.

Shri Yuktesvarning qattiqqo'lligidan yarim hayratda qolib, zinapoyadan

pastga yugurdim. Sasi yuqoriga ko'tarilayotgan edi. "Ey Mukunda! Umid

qilamanki, ustoz shu yerda; men uning shu yerda bo'lishi mumkinligini taxmin

qilgandim."

"Ha, lekin u qilmaydi tilak ga bo'lish bezovta bo'ldi.

Sasi yig'lab yubordi va yonimdan o'tib ketdi. U o'zini Shri Yuktesvarning oyoqlariga tashlab, uchta chiroyli sapfirni qo'ydi.

"Hamma narsani biluvchi ustoz, shifokorlar mening sil kasalligim borligini aytishdi! Ular menga yana uch oydan ortiq vaqt berishmaydi! Kamtarlik bilan yordam so'rayman; bilaman, siz meni davolay olasiz!"

"Hayotingiz haqida qayg'urishga endi kech emasmi? Taqinchoqlaringizni olib keting; ularning foydali davri o'tib ketdi." Keyin usta tinimsiz sukutda sfinksga o'xshab o'tirdi, bolaning rahm-shafqat so'rab yig'lagan ovozi eshitildi.

Shri Yuktesvar shunchaki Sasining ilohiy shifobaxsh kuchga bo'lgan ishonchining chuqurligini sinab ko'rayotganiga intuitiv ishonch paydo bo'ldi. Bir soatdan keyin Ustoz mening sajda yotgan do'stinga hamdardlik bilan nigoh tashlaganida, men hayron bo'lmadim.

"Tur, Sasi; boshqa odamlarning uylarida qanday shov-shuv ko'taryapsan! Safir toshlaringni zargarga qaytar; ular endi keraksiz xarajat. Lekin astrolojik bilaguzuk ol va taq. Qo'rqma; bir necha hafta ichida sog'ayib ketasan."

Sasining tabassumi uning ko'z yoshlari bilan to'lgan yuzini xuddi nam manzara ustida to'satdan quyosh kabi yoritib yubordi. "Aziz ustozim, shifokorlar buyurgan

dorilarni ichsam maylimi?"

Shri Yuktesvarning nigohi uzoqdan g'azab bilan qaradi. "Xohlaganingizcha iching yoki tashlang; u shunday qiladi." "Muhim emas. Quyosh va oyning sil kasalligidan o'lishingizdan ko'ra o'z pozitsiyalarini almashtirishi ehtimoli ko'proq." U to'satdan qo'shimcha qildi: "Men fikrimni o'zgartirmasdan oldin keting!"

Do'stim xafa bo'lib bosh egib, shoshilib chiqib ketdi. Keyingi bir necha hafta ichida men uni bir necha bor ziyorat qildim va uning ahvoli tobora yomonlashib borayotganini ko'rib dahshatga tushdim.

"Sasi qila olmaydi oxirgi orqali ... kecha." Bular so'zlar dan uning shifokor, va ... tomosha ning mening

Deyarli skeletga aylangan do'stim meni shoshilinch ravishda Seramporga yubordi. Guru mening ko'z yoshlarimga to'la hisobotimni sovuqqonlik bilan tingladi.

"Nima uchun qil siz kelmoq Bu yerga ga bezovta qilmoq menmi? Siz ega bo'lish allaqachon eshitildi meni kafillik berish Sasi ning uning tiklanish."

Men uning oldida katta hayrat bilan ta'zim qildim va eshikka chekindim. Shri Yuktesvar xayrlashuv so'zini aytmadi, lekin jimlikka cho'mdi, ko'zlarini qisib, boshqa dunyoga qaradi.

Men darhol Kalkuttadagi Sasining uyiga qaytib keldim. Do'stimni hayrat bilan sut ichib o'tirgan holda topdim.

"Ey Mukunda! Qanday mo''jiza! To'rt soat oldin men xonada Ustozning borligini his qildim; dahshatli alomatlarim darhol yo'qoldi. Uning marhamati bilan men butunlay sog'lom ekanligimni his qilyapman."

Bir necha hafta ichida Sasi semizroq bo'lib, avvalgidan ham sog'lomroq bo'lib qoldi. **17-1** Lekin uning yagona Uning davolanishiga bo'lgan munosabat noshukurlik bilan ifodalangan edi: u Shri Yuktesvarga kamdan-kam hollarda tashrif buyurardi! Bir kuni do'stim menga avvalgi hayot tarzidan shunchalik pushaymon bo'lganini va Ustoz bilan yuzlashishdan uyalganini aytdi .

Men faqat Sasining kasalligi uning irodasini qotib, odob-axloqini buzgan degan xulosaga keldim.

Scottish Church kollejidagi dastlabki ikki yilim yakunlanayotgan edi. Darslarga qatnashishim juda sust edi; men oilam bilan tinchlikni saqlash uchun ozgina o'qidim. Ikkita xususiy repetitorim uyimga muntazam ravishda kelib turardi; men muntazam ravishda darslarga kelmasdim: o'quv faoliyatimdagi hech bo'lmaganda bitta muntazamlikni ko'ra olaman!

Hindistonda kollejdagi ikki muvaffaqiyatli yil o'qish o'rta darajadagi san'at diplomini olib keladi; keyin talaba yana ikki yil va AB darajasini kutishi mumkin.

Oldinda o'rta maxsus fanlar bo'yicha yakuniy imtihonlar kutib turardi. Men ustozim bir necha hafta davomida Puri shahriga qochib ketdim. U mening maktabga kelmasligimga ruxsat berishiga umid qilib, noaniq edim. Finalda men uyatli tayyorgarlik ko'rmaganligim haqida gapirib berdim.

Lekin Ustoz yupatib jilmaydi. "Siz ruhiy burchlaringizni chin dildan bajardingiz va kollejdagi ishlaringizni e'tiborsiz qoldirmasdan ilojingiz yo'q edi. Keyingi hafta uchun kitoblaringizga astoydil beriling: sinovdan muvaffaqiyatsizlikka uchramasdan o'tasiz."

Men Kalkuttaga qaytdim, vaqti-vaqti bilan bezovta qiluvchi masxara bilan paydo bo'ladigan barcha oqilona shubhalarni qat'iy ravishda bostirdim. Stolimdagi kitoblar tog'ini ko'zdan kechirar ekanman, o'zimni cho'lda adashib qolgan sayohatchidek his qildim. Uzoq vaqt davomida meditatsiya qilish menga mehnatni tejaydigan ilhom bag'ishladi. Har birini ochish tasodifiy kitob, men faqat shu tarzda ochiq yotgan sahifalarni o'rganib chiqdim. Ushbu kursni hafta davomida kuniga o'n sakkiz soat davomida o'qib, men barcha keyingi avlodlarga yozuv san'ati bo'yicha maslahat berishga haqli deb hisobladim.

Keyingi kunlar tekshiruv zallarida o'tkazganlarim mening tartibsiz protseduramni oqlash uchun asos bo'ldi. Men barcha testlardan, garchi bir oz bo'lsa ham, o'tdim. Do'stlarim va oilamning tabriklari hayratlarini aks ettiruvchi eyakulyatsiyalar bilan kulgili tarzda aralashib ketdi.

Puridan qaytgach, Shri Yuktesvar menga yoqimli syurpriz qildi. "Kalkuttadagi o'qishlaringiz endi tugadi. Universitetdagi so'nggi ikki yillik ishingizni shu yerda, Seramporda davom ettirishingizni nazorat qilaman ."

Men hayron bo'ldim. "Janob, bu shaharda san'at bakalavri kursi yo'q." Yagona oliy ta'lim muassasasi bo'lgan Serampore kolleji o'rta maxsus san'at bo'yicha atigi ikki yillik kurs taklif qildi.

Usta shafqatsiz jilmaydi. "Men siz uchun AB kollejini ochish uchun xayriya yig'ishga juda qarib qoldim. Menimcha, bu masalani boshqa birov orqali hal qilishim kerak bo'ladi."

Ikki oy o'tgach, Serampore kolleji prezidenti professor Howells to'rt yillik kursni taklif qilish uchun yetarli mablag' yig'ishga muvaffaq bo'lganini ochiqchasiga e'lon qildi. Serampore kolleji Kalkutta universitetining filialiga aylandi. Men Serampore universitetiga AB nomzodi sifatida o'qishga kirgan birinchi talabalardan biri edim.

"Guruji, menga qanchalik mehribonsan! Men Kalkuttadan chiqib, Seramporda har kuni yoningizda bo'lishni orzu qilardim. Professor Xouells sizning jimgina yordamingiz uchun qancha qarzdor ekanligini xayoliga ham keltirmaydi!"

Shri Yuktesvar menga istehzo bilan jiddiy qaradi. "Endi poyezdlarda shuncha soat sarflashingiz shart bo'lmaydi; o'qish uchun qancha bo'sh vaqt! Balki siz so'nggi daqiqada zerikarli odam emas, balki ko'proq olim bo'lib qolarsiz." Lekin negadir uning ohangida ishonch yo'q edi.

.....
17-1 : Ichkarida 1936-yil Men eshitildi dan a do'st bu Sasi edi hali ham ichida a'lo darajada sog'liq.

"Bir necha yil oldin, aynan siz hozir egallab turgan mana shu xonada, bir musulmon mo'jizakor mening oldimda to'rtta mo'jiza ko'rsatgan edi!"

Shri Yuktesvar qilingan bu ajablanarli bayonot davomida uning birinchi tashrif ga mening yangi choraklar.

Serampore kollejiga kirganimdan so'ng, men yaqin atrofdagi *Panthi nomli pansionatda xonani egalladim* . Bu Ganges daryosi ro'parasida joylashgan eski uslubdagi g'ishtli qasr edi.

"Ustoz, qanday tasodif! Bu yangi bezatilgan devorlar chindan ham xotiralarga boy qadimiymi?" Men oddiygina jihozlangan xonamga qiziqish bilan qaradim.

18-1- *fakirning* ismi. Afzal Xon edi. U o'zining ajoyib kuchlariga hind yogi bilan tasodifiy uchrashuv orqali ega bo'lgan edi.

"O'g'lim, chanqadim; menga suv olib kel.' Bir kuni Afzalning bolaligida, Bengalning sharqiy qismidagi kichik bir qishloqda chang bosgan *sannyasi undan bu iltimosni qildi*.

"Ustoz, Men ertalab a Muhammad. Qanaqasiga mumkin edi sen, a Hindu, qabul qilish a ichimlik dan mening qo'llar?

"Bolam, rostgo'yliging meni xursand qildi. Men xudosiz mazhabparastlikning chetlashtiruvchi qoidalariga amal qilmayman. Bor; menga tezda suv olib kel."

"Afzalning hurmatli itoatkorlik edi mukofotlangan tomonidan a mehribon qarash dan ... yogi.

"Sizda avvalgi hayotingizdan yaxshi karma bor", dedi u tantanali ravishda. "Men sizga ko'rinmas olamlardan birini boshqarish imkonini beradigan ma'lum bir yoga usulini o'rgatmoqchiman. Sizga tegishli bo'lgan buyuk kuchlar munosib maqsadlar uchun ishlatilishi kerak; ulardan hech qachon xudbinlik bilan foydalanmang! Afsuski, men siz o'tmishdan ba'zi halokatli moyillik urug'larini olib kelganingizni tushunaman. Ularni yangi yovuz harakatlar bilan sug'orib, unib chiqishiga yo'l qo'ymang. Sizning murakkabligingiz Oldingi karma shundayki, siz bu hayotdan yogik yutuqlaringizni eng yuqori gumanitar maqsadlar bilan uyg'unlashtirish uchun foydalanishingiz kerak.

"Keyin ko'rsatma berish ... hayratda qoldim bola ichida a murakkab texnika, ... usta g'oyib bo'ldi.

"Afzal yigirma yil davomida yoga mashqlariga sodiqlik bilan amal qildi. Uning mo''jizaviy ishlari keng e'tiborni torta boshladi. Aftidan, unga doim "Hazrat" deb atagan tanasiz ruh hamrohlik qilgan. Bu ko'rinmas mavjudot FAKIRNING eng kichik istagini ham bajara oldi.

"Xo'jayinining ogohlantirishiga e'tibor bermay, Afzal o'z kuchini suiiste'mol qila boshladi. U tegib, keyin almashtirgan har qanday narsa tezda izziz yo'q bo'lib ketardi. Bu bezovta qiluvchi voqea odatda Muhammadni nomaqbul mehmonga aylantirdi!

"U vaqti-vaqti bilan Kalkuttadagi yirik zargarlik do'konlariga borib, o'zini potentsial xaridor sifatida ko'rsatardi. U qo'llagan har qanday zargarlik buyumlari do'kondan chiqqanidan ko'p o'tmay yo'q bo'lib ketardi."

"Afzal ko'pincha uning sirlarini o'rganish umidida bir necha yuz talaba bilan o'ralgan edi. *Fakir* vaqti-vaqti bilan ularni o'zi bilan sayohat qilishga taklif qilardi. Temir yo'l stantsiyasida u bir varaq chiptaga qo'lini tekkizishga ulgurardi. Ularni sotuvchiga qaytarib berib, shunday derdi: "Men fikrimni o'zgartirdim va endi ularni sotib olmayman". Lekin u o'z mulozimlari bilan poyezdga chiqqanida, Afzal kerakli chiptalarga ega bo'lardi. **18-2**

"Bu jasoratlar g'azabli shov-shuvga sabab bo'ldi; Bengal zargarlari va chipta sotuvchilari asabiy tushkunlikka tushib qolishdi! Afzalni hibsga olishga uringan politsiya o'zlarini ojiz his qilishdi; *fakir* shunchaki: "Hazrat, buni olib keting", deyish orqali ayblovchi dalillarni olib tashlashi mumkin edi.

Shri Yuktesvar o'rnidan turdi va Gang daryosiga qaragan xonamning balkoniga chiqdi. Men uning orqasidan ergashdim, hayratlanarli Muhammad Raffles haqida ko'proq eshitishni juda xohlardim.

"Bu *Panthi* uyi ilgari mening bir do'stinga tegishli edi. U Afzal bilan tanishib, uni shu yerga taklif qildi. Do'stim ham yigirmaga yaqin qo'shnini, jumladan, men ham taklif qildi. O'shanda men hali yosh edim va mashhur *fakirga juda qiziqib qoldim*." Ustoz kuldi. "Men qimmatbaho narsa kiymaslik uchun ehtiyot chorasini ko'rdim! Afzal menga qiziquvchanlik bilan qaradi, keyin dedi:

"Sizning qo'llaringiz qudratli. Bog'ga pastga tushing; silliq tosh oling va unga bo'r bilan ismingizni yozing; keyin toshni iloji boricha Gang daryosiga tashlang."

"Men itoat qildim. Tosh uzoq to'lqinlar ostida g'oyib bo'lishi bilan, Musulmon yana menga murojaat qildi:

""To'ldiring a qozon bilan Ganglar suv yaqinida ... old tomon ning bu uy.

"Keyin Men bor edi qaytib keldi bilan a kema ning suv, ... *fakir* qichqirdi, Hazrati qo'yish ... tosh ichida ... qozon!

"Tosh darhol paydo bo'ldi. Men uni idishdan oldim va imzomni qachonki kabi o'qilishi mumkinligini ko'rdim." Men uni yozgan edim.

"Bobu, **18-3** Xonadagi do'stlarimdan biri qalin antiqa oltin soat va zanjir taqib olgan edi. Fakir *ularga* dahshatli hayrat bilan qaradi. Ko'p o'tmay ular g'oyib bo'lishdi!

""Afzal, Iltimos qaytish mening qadrli merosxo'r! Babu edi deyarli ichida ko'z yoshlar.

"Muhammad bir oz jim qoldi, keyin dedi: "Temir seyfa besh yuz rupiy bor. Ularni menga olib keling, men sizga soatingizni qayerdan topishni aytaman."

"Xafa bo'lgan Bobu darhol uyiga jo'nab ketdi. U tez orada qaytib keldi va Afzalga kerakli pulni berdi."

"Uyingiz yaqinidagi kichik ko'priikka boring", deb buyurdi *faqir* Bobuga. "Hazratni chaqirib, soat va zanjirni bering."

"Bobu shoshildi uzoqda. Yoqilgan uning qaytish, u edi kiyish a tabassum ning yengillik va yo'q zargarlik buyumlari nima bo'lsa ham.

"Hazratga buyurilganidek buyruq berganimda," deb e'lon qildi u, "soatim havodan o'ng qo'limga tushib ketdi! Ishonchingiz komil bo'lsin, men bu yerdagi guruhga qaytishdan oldin merosxo'rni seyfimda qulflab qo'yganman!"

"Bobuning do'stlari, soat evaziga to'lovning kulgili fojiasining guvohlari, Afzalga g'azab bilan tikilib turishardi. U endi taskin beruvchi ohangda gapirdi."

"Iltimos ism har qanday ichimlik siz istash; Hazrat vasiyatnoma mahsulot uni.

"Bir nechta sut, boshqalari meva sharbatlarini so'radi. Asabiylashgan Bobu viski so'raganida, men unchalik hayratda qolmadim! Muhammad buyruq berdi; itoatkor Hazrat havoda uchib, yerga urilib tushayotgan muhrlangan idishlarni yubordi. Har biri o'zi xohlagan ichimlikni topdi.

"Kunning to'rtinchi ajoyib yutug'i haqidagi va'da, shubhasiz, mezbonimizni xursand qildi: Afzal darhol tushlik qilishni taklif qildi!"

— Eng qimmat taomlarni buyurtma qilaylik, — deb taklif qildi Babu g'amgin ohangda. — Men besh yuz rupiyga mazali taom tayyorlamoqchiman! Hammasi oltin likopchalarda tortilishi kerak!

"Har bir kishi o'z xohish-istaklarini bildirishi bilan, *fakir* cheksiz Hazratga murojaat qildi. Katta shovqin eshitildi; murakkab tayyorlangan karri, issiq *luchi* va ko'plab mavsumdan tashqari mevalar bilan to'ldirilgan oltin laganlar oyoqlarimiz ostiga hech qayerdan tushmadi. Barcha taomlar mazali edi. Bir soatlik ziyofatdan so'ng, biz xonadan chiqa boshladik. Go'yo idishlar uyumga to'planayotgandek kuchli shovqin bizni orqaga o'girishga majbur qildi. Mana! yaltiroq laganlar yoki ovqat qoldiqlaridan asar ham yo'q edi."

— Guruji, — deb gapimni bo'ldi men, — agar Afzal tilla idishlar kabi narsalarni osongina qo'lga kirita olsa, nega u boshqalarning mulkiga ko'z tikdi?

"*Fakir* ma'naviy jihatdan yuqori darajada rivojlanmagan edi", deb tushuntirdi Shri Yuktesvar. "Uning ma'lum bir yoga texnikasini egallashi unga har qanday istak darhol ro'yobga chiqadigan astral tekislikka kirish imkonini berdi. Astral mavjudot, Hazratning vositasi orqali Muhammad chaqirishi mumkin edi. har qanday ob'ektning atomlari kuchli iroda harakati bilan efir energiyasidan olinadi. Ammo bunday astral yo'l bilan yaratilgan ob'ektlar strukturaviy jihatdan yo'qoladi; ularni uzoq vaqt saqlab bo'lmaydi. Afzal hali ham qiyinchilik bilan topilgan bo'lsa-da, ishonchliroq mustahkamlikka ega bo'lgan dunyoviy boylikka intilardi.

Men kuldi. "Bu juda ba'zan yo'qoladi eng hisobsiz!

"Afzal Xudoni anglagan odam emas edi", deb davom etdi ustoz. "Doimiy va foydali mo'jizalar haqiqiy avliyolar tomonidan amalga oshiriladi, chunki ular o'zlarini qudratli Yaratguvchiga moslashgan. Afzal shunchaki oddiy odam edi, u o'lingacha odamlar odatda kirmaydigan nozik olamga kirishning ajoyib kuchiga ega edi."

"Men tushunish hozir, Guruji. The oxirat paydo bo'ladi ga ega bo'lish ba'zi maftunkor

Xususiyatlari."

Ustoz rozi bo'ldi. "Men o'sha kundan keyin Afzalni hech qachon ko'rmadim, lekin bir necha yil o'tgach, Bobu menga Muhammadning ommaviy e'tirofi haqidagi gazetadagi xabarni ko'rsatish uchun uyimga keldi. Undan men sizga hozirgina aytib bergan Afzalning erta ta'ziyasi haqidagi faktlarni hindu gurusidan bilib oldim."

Shri Yuktesvar eslaganidek, nashr etilgan hujjatning oxirgi qismining mohiyati quyidagicha edi: "Men, Afzal Xon, bu so'zlarni tavba qilish va izlayotganlarga ogohlantirish sifatida yozyapman. mo'jizaviy kuchlarga ega bo'lish. Yillar davomida men Xudo va xo'jayinimning marhamati orqali menga berilgan ajoyib qobiliyatlardan noto'g'ri foydalanib kelmoqdaman. Men odatiy axloq qonunlaridan tashqarida ekanligimni his qilib, xudbinlikdan mast bo'ldim. Nihoyat hisob kunim yetib keldi.

"Yaqinda Kalkutta tashqarisidagi yo'lda bir cholni uchratdim. U oltinga o'xshash yaltiroq buyumni ko'tarib, og'riq bilan oqsoqlanib borardi. Men unga yuragimda ochko'zlik bilan murojaat qildim."

"Men ertalab Afzal Xon, ... ajoyib *fakir* . Nima ega bo'lish siz U yerda?"

fakir uchun hech qanday qiziqish uyg'otmasligi mumkin . Sizdan iltimos qilaman, janob, mening cho'loqligimni davolashingizni."

"Men to'pga tegib, javob bermasdan ketib qoldim. Chol orqamdan sekin yurdi. U tez orada qichqirdi: "Mening oltinim yo'q!"

"Men e'tibor bermaganim sababli, u to'satdan zaif tanasidan g'alati tarzda chiqib turgan stentorian ovozda gapirdi :

"Qil siz emas tan olish menmi?"

"Men bu ta'sirchan chol cholning meni yoga bilan shug'ullanishga undagan buyuk avliyo ekanligi haqidagi kech kashfiyotdan dahshatga tushib, so'zsiz qoldim. U o'zini rostladi; tanasi bir zumda kuchli va yosh bo'lib qoldi."

"Demak!" Ustozimning nigohi olovli edi. "Men o'z ko'zlarim bilan ko'ryapmanki, siz o'z kuchingizdan azob chekayotgan insoniyatga yordam berish uchun emas, balki oddiy o'g'ri kabi uni o'lja qilish uchun foydalanasiz! Men sizning okkultiv sovg'alaringizni tortib olaman; Hazrat endi sizdan ozod qilindi. Endi siz Bengalda dahshatga tushmaysiz!"

"Men Hazratga iztirobli ohangda murojaat qildim; birinchi marta u mening ichki ko'zlarimga ko'rinmadi. Lekin ichimda birdaniga qorong'u parda ko'tarildi; men hayotimdagi kufрни aniq ko'rdim."

"Ustozim, uzoq xayollarimni quvib chiqarganing uchun senga rahmat.' Men uning oyoqlari ostida yig'lab yubordim. "Dunyoviy ambitsiyalarimdan voz kechishga va'da beraman. Yomon o'tmishimni kechirish umidida Xudo haqida yolg'iz mulohaza yuritish uchun tog'larga chekinaman."

"Xo'jayinim menga jimgina mehr bilan qaradi. "Men sizning samimiyligingizni his qilyapman", dedi u nihoyat. "Oldingi yillardagi qat'iy itoatkorligingiz va hozirgi

tavbangiz tufayli sizga bitta ne'mat beraman. Boshqa kuchlaringiz endi yo'q bo'lib ketdi, lekin qachonki oziq-ovqat va kiyim-kechak kerak bo'lsa, ularni yetkazib berish uchun Hazratga murojaat qilishingiz mumkin. O'zingizni ilohiylikka chin dildan bag'ishlang." tog' yolg'izliklarida tushunish.

"Keyin mening ustozim g'oyib bo'ldi; men ko'z yoshlarim va mulohazalarim bilan goldim. Alvado, dunyo! Men Kosmik Sevgilimning kechirimini so'rash uchun ketyapman."

18-1 : A Musulmon yogi; dan ... Arabcha *faqir*, kambag'al; dastlab qo'llanilgan ga darveshlar ostida a qasamyod ning qashshoqlik.

18-2 : Mening ota keyinroq aytib berdi meni bu uning kompaniya, ... Bengal-Nagpur Temir yo'l, bor edi bo'lgan bitta ning ... firmalar jabrlangan Afzal Xon tomonidan.

18-3 : Men qil emas eslab qolish ... ism ning Shri Yuktesvarning do'stim, va kerak murojaat qilish ga uni shunchaki sifatida "Bobu" (Janob).

BOB: 19

Mening Ustoz, Ichkarida Kalkutta, Ko'rinadi Ichkarida Serampore

"Meni ko'pincha ateistik shubhalar qiynaydi. Shunga qaramay, ba'zida meni qiynoqli bir taxmin ta'qib qiladi: balki foydalanilmagan ruhiy imkoniyatlar mavjud emasdir? Agar inson ularni o'rganmasa, o'zining asl taqdirini boy bermayaptimi?"

Panthi pansionatidagi xonadoshim Dijen Babuning bu so'zlari, uni mening ustozim bilan uchrashishga taklif qilganimdan kelib chiqqan.

Kriya Yoga bilan tanishtiradi ", deb javob berdim men. "Bu dualistik tartibsizlikni ilohiy ichki ishonch bilan tinchlantiradi."

O'sha oqshom Dijen meni qabristonga kuzatib bordi. Ustoz huzurida do'stim shunday ma'naviy xotirjamlikka erishdiki, tez orada u doimiy mehmonga aylandi. Kundalik hayotdagi arziyas mashg'ulotlar inson uchun yetarli emas; donolik ham tug'ma ochlikdir. Shri Yuktesvarning so'zlariga ko'ra, Dijen o'zida haqiqiyroq "men"ni topishga urinishlarga - avval og'riqli, keyin esa osonlikcha ozodlikka - turtki topdi. vaqtinchalik tug'ilishning xorlovchi egosidan ko'ra, uning bag'ri Ruh uchun kamdankam hollarda yetarli.

Dijen bilan men Serampore kollejida AB kursida o'qiyotganimizda, darslar tugashi bilan birga ashramga borish odatiga tushib qoldik. Biz tez-tez Shri Yuktesvarning ikkinchi qavatdagi balkonida turib, bizni tabassum bilan kutib olayotganini ko'rardik.

Bir kuni tushdan keyin Kanai ismli yosh merosxo'rlar uyida yashovchi Dijen bilan meni eshik oldida kutib oldi va umidsizlikka uchratuvchi xabarni yetkazdi.

"Ustoz bu emas Bu yerga; u edi chaqirilgan ga Kalkutta tomonidan bir shoshilinch Eslatma."

Ertasi kuni men gurumdan pochta kartochkasini oldim. "Men chorshanba kuni ertalab Kalkuttadan jo'nab ketaman", deb yozgan edi u. "Siz va Dijen Serampore stantsiyasida soat to'qqizdagi poyezdga duch kelasizlar."

Chorshanba kuni ertalab soat sakkiz yarimlar atrofida Shri Yuktesvardan telepatik xabar xayolimga keldi: "Men kechikdim; soat to'qqizga yetib bormang".

Men yetkazib berildi ... eng so'nggi ko'rsatmalar ga Dijen, JSSV edi allaqachon kiyingan uchun ketish.

— Sen va sezgiing! — Do'stimning ovozi nafrat bilan titradi. — Men ustozning yozma so'zlariga ishonishni afzal ko'raman.

Men yelkamni qisdim va jimgina o'zimga o'tirdim. Dijen jahl bilan pichirlab eshik tomon yurdi va orqasidan shovqin bilan yopdi.

Xona ancha qorong'i bo'lgani uchun, men ko'chaga qaragan derazaga yaqinlashdim. Quyoshning siyrak nuri to'satdan kuchli porlashga aylandi va temir panjarali deraza butunlay yo'q bo'lib ketdi. Bu ko'zni qamashtiruvchi fonda Shri Yuktesvarning aniq moddiy qiyofasini ko'rdim!

Shok darajasiga yetgancha hayratda qolib, stuldan turib, uning oldida tiz cho'kdim. Odatdagidek, gurumning oyoqlariga hurmat bilan salom berib, uning poyabzaliga tegdim. Bu menga tanish, to'q sariq rangga bo'yalgan kanvasdan tikilgan, tagligi arqon bilan qoplangan poyabzal edi. Uning oxradan tikilgan matosi menga tegib turardi; men nafaqat uning xalatining tuzilishini, balki poyabzalning qumloq yuzasini va ulardagi oyoq barmoqlarining bosimini ham aniq his qildim. Bir og'iz so'z aytishga jur'at eta olmaganim uchun o'rnimdan turdim va unga savol nazari bilan qaradim.

"Telepatik xabarimni olganingizdan xursand bo'ldim." Ustaning ovozi xotirjam, mutlaqo normal edi. "Men endi Kalkuttadagi ishimni tugatdim va soat o'ndagi poyezdda Seramporga yetib boraman."

Men hali ham jimgina tikilib turganimda, Shri Yuktesvar davom etdi: "Bu arvoh emas, balki mening tanam va qonimdan iborat. Menga sizga yer yuzida kamdan-kam uchraydigan bu tajribani berish ilohiy buyruq berilgan. Meni stansiyada kutib oling; siz va Dijen meni hozirgidek kiyinib, sizga qarab kelayotganimni ko'rasizlar. Mendan oldin yo'lovchi - kumush ko'za ko'tarib turgan kichkina bola keladi."

Ustozim ikkala qo'lini boshimga qo'yib, pichirlab duo qildi. U so'zini " *Taba Asi* " so'zlari bilan yakunlar ekan, **19-1** Men g'alati gumburlash ovozini eshitdim. **19-2** Uning tanasi teshuvchi yorug'likda asta-sekin erib keta boshladi. Avval oyoqlari va oyoqlari yo'qoldi, keyin tanasi va boshi, xuddi o'ralgan o'ram kabi yo'qoldi. Oxirigacha uning barmoqlari sochlarimga yengil tegib turganini his qila oldim. Yorqinlik so'nib borardi; oldimda faqat panjarali deraza va xira quyosh nuri qolardi.

Men chalkashlikdan yarim karaxt holatda qolib, gallyutsinatsiya qurboni

bo'lmaganimga shubha qilardim. Ko'p o'tmay xonaga tushkunlikka tushgan Dijen kirib keldi.

"Ustoz soat to'qqizdagi poyezdda ham, hatto to'qqiz yarimdagi poyezdda ham emas edi." Do'stim bu haqda biroz uzr so'rab gapirdi.

"Unda keling; bilaman, u soat o'nda keladi." Men Dijenning qo'lidan ushlab, uning noroziliklariga e'tibor bermasdan, uni zo'rlik bilan o'zim bilan olib ketdim. Taxminan o'n daqiqadan so'ng biz stansiyaga kirdik, u yerda poyezd allaqachon to'xtab qolgan edi.

"Butun poyezd Ustozning aurasi nuriga to'lgan! U u yerda!" deb xursand

bo'lib xitob qildim. "Shunday tush ko'rasizmi?" Dijen istehzo bilan kuldi.

— Shu yerda kutib turaylik. — Do'stinga guruimiz bizga qanday yaqinlashishi haqida batafsil gapirib berdim. Ta'rifimni tugatganimda, Shri Yuktesvar ko'rindi, u men yaqinda ko'rgan kiyimlarimni kiygan edi. U kumush ko'za ko'tarib turgan kichkina yigitning orqasidan sekin yurdi.

Bir lahzaga boshdan kechirgan misli ko'rilmagan g'alati tajribamdan sovuq qo'rquv to'lqini ichimdan o'tdi. Men moddiy dunyoning yigirmanchi asrga xosligi mendan qochib ketayotganini his qildim; men Iso dengizda Butrusning oldida paydo bo'lgan qadimgi kunlarga qaytganmidim?

Zamonaviy Yogi-Masih Shri Yuktesvar Dijen bilan men so'zsiz ildiz otgan joyga yetib kelganida, Ustoz do'stinga jilmayib dedi:

"Men yuborildi siz a xabar ham, lekin siz edilar qodir emas ga ushlash uni."

Dijen jim turdi, lekin menga shubhali tikilib qaradi. Guruimizni uning qabristoniga kuzatib qo'yganimizdan so'ng, do'stim bilan Serampore kolleji tomon yo'l oldik. Dijen ko'chada to'xtadi, uning har bir teshigidan g'azab oqardi.

"Shunday qilib! Usta yuborildi meni a xabar! Hali siz yashiringan uni! Men talab bir tushuntirish!"

"Agar sizning aqliy ko'zgungiz shunchalik bezovta bo'lib tebransa-ki, siz bizning ustozimizning ko'rsatmalarini tushuna olmasangiz, men yordam bera olamanmi?" deb e'tiroz bildirdim.

Dijenning yuzidan g'azab yo'qoldi. — Nimani nazarda tutayotganingizni tushundim, — dedi u afsus bilan. — Lekin iltimos, ko'zali bola haqida qanday bilganingizni tushuntirib bering.

O'sha kuni ertalab ustozning yotoqxonada ajoyib ko'rinishi haqidagi hikoyani tugatganimda, do'stim bilan men Serampore kollejiga yetib kelgan edik.

"Ustozimizning kuchlari haqida eshitgan hikoyam," dedi Dijen, "dunyodagi har qanday universitet shunchaki bolalar bog'chasidek tuyuladi."

.....

19-1 : The Bengal tili "Xayrlashuv"; tom ma'noda, uni bu a umidvor paradoks:

"Keyin Men keling." 19-2: Tana atomlarining dematerializatsiyasining

xarakterli tovushi.

BOB: 20

Biz Qil Yo'q Tashrif buyuring Kashmir

"Ota, yozgi ta'tilimda ustoz va to'rtta do'stimni Himoloy tog' etaklariga hamroh bo'lishga taklif qilmoqchiman. Kashmirlga oltita poyezd chiptasi va yo'l xarajatlrimizni qoplash uchun yetarli pul bera olamanmi?"

Kutganimdek, dadam chin dildan kuldi. "Bu siz menga uchinchi marta o'sha xo'roz va buqa haqidagi ertakni aytib beryapsiz. O'tgan yozda va undan oldingi yili ham shunga o'xshash iltimos bilan murojaat qilmadingizmi? Oxirgi daqiqada Shri Yuktesvarji ketishdan bosh tortdi."

"Bu rost, ota; nima uchun ustozim menga Kashmir haqida aniq so'z bermasligini bilmayman. **20- 1** Lekin agar men unga sizdan paslarni allaqachon olganimni aytsam, negadir bu safar shunday deb o'ylayman u sayohat qilishga rozi bo'ladi.

Dadam o'sha paytda ishonchsiz edi, lekin ertasi kuni, xushmuomalalik bilan hazillashgandan so'ng, menga oltita ruxsatnoma va bir dasta o'n rupiylik kupyuralarni uzatdi.

"Men zo'rg'a o'ylash sizning nazariy sayohat ehtiyojlar shunday amaliy rekvizitlar," u ta'kidladi, "lekin Bu yerga ular bor."

O'sha kuni tushdan keyin men o'ljalarimni Shri Yuktesvarga ko'rsatdim. U mening ishtiyoqimga jilmayib qo'ygan bo'lsa-da, so'zlari beparvo edi: "Men borishni xohlayman; ko'ramiz". Men uning kichkina shogirdi Kanaidan biz bilan birga bo'lishini so'raganimda, u hech qanday izoh bermadi. Men yana uchta do'stimni - Rajendra Nath Mitra, Jotin Auddi va yana bir bolani taklif qildim. Bizning jo'nash sanamiz keyingi dushanbaga belgilangan edi.

Shanba va yakshanba kunlari men Kalkuttada qoldim, u yerda amakivachchamning nikoh marosimi oilaviy uyimda nishonlanayotgan edi. Dushanba kuni erta tongda yuklarim bilan Seramporga yetib keldim. Rajendra meni monastir eshigi oldida kutib oldi.

"Ustoz bu tashqarida, yurish. U bor rad etdi ga ket."

Men ham xuddi shunday xafa va o'jar edim. "Men otamga Kashmir uchun mening xayoliy rejalarimni masxara qilish uchun uchinchi imkoniyat bermayman. Yuring; qolganlarimiz baribir ketamiz."

Rajendra kelishilgan; Men chapga ... ashram ga topish a xizmatkor. Kanay, Men bilardi, bo'lardi emas olish ... sayohat

Ustozsiz, yuklarga qarash uchun kimdir kerak edi. Men o'zimni ilgari oilaviy uyimda xizmatkor bo'lgan, hozir esa Serampor maktab o'qituvchisida ishlaydigan Behari haqida o'yladim. Tez yurib borar ekanman, Serampore sud binosi yaqinidagi xristian cherkovi oldida o'z ustozim bilan uchrashdim .

"Qayerda bor siz ketyaptimi?" Shri Yuktesvarning yuz edi tabassumsiz.

"Janob, eshitishimcha, siz va Kanay biz rejalashtirgan sayohatga bormaysiz. Men Beharini qidirapman. Esingizda bo'lsa, o'tgan yili u Kashmirni ko'rishni shunchalik orzu qilganki, hatto bepul xizmat qilishni ham taklif qilgan."

"Esimda. Shunga qaramay, Behari ketishga tayyor bo'ladi

deb o'ylamayman." Men jahlim chiqdi. "U shunchaki bu

imkoniyatni intiqlik bilan kutmoqda!"

Ustozim jimgina yurishini davom ettirdi; men tez orada maktab o'qituvchisining uyiga yetib bordim. Hovlida turgan Behari meni do'stona iliqlik bilan kutib oldi, men Kashmir haqida gapirishim bilanoq bu iliqlik to'satdan yo'qoldi. Xizmatkor uzr so'rab, meni tark etdi va xo'jayinining uyiga kirdi. Men yarim soat kutdim, asabiy ravishda Beharining kechikishi uning safariga tayyorgarlik tufayli bo'lganiga o'zimni ishontirdim. Nihoyat, old eshikni taqillatdim.

"Behari taxminan o'ttiz daqiqa oldin orqa zinapoyadan chiqib ketgan", dedi menga bir kishi. Uning lablarida yengil tabassum paydo bo'ldi.

Men xafa bo'lib ketdim, taklifnomam juda majburan bo'lganmi yoki ustozning ko'rinmas ta'siri ish beryaptimi, deb o'yladim. Xristian cherkovi yonidan o'tib ketayotganimda, yana guruning menga qarab sekin kelayotganini ko'rdim. Mening hisobotimni eshitishni kutmasdan, u xitob qildi:

"Shunday qilib Behari bo'lardi emas ket! Endi, nima bor sizning rejalar?"

Men o'zimni mohir otasiga qarshi chiqishga qaror qilgan itoatsiz boladek his qildim. "Janob, men amakimdan menga xizmatkori Lal Dharini qarzga berishini so'rayman."

— Agar xohlasangiz, amakingizni ko'ring, — deb javob berdi Shri Yuktesvar jilmayib.
— Lekin menimcha, bu tashrif sizga yoqmaydi.

Xavotirli, ammo isyonkor bo'lib, men o'zimning ustozimni tark etib, Serampore sud binosiga kirdim. Otamning amakisi, davlat advokati Sarada Ghosh meni mehr bilan kutib oldi.

"Bugun do'stlarim bilan Kashmirga jo'nab ketyapman", dedim unga. "Yillar

davomida men bu Himoloyga sayohatni intiqlik bilan kutgan edim."

"Men siz uchun xursandman, Mukunda. Sayohatingizni yanada qulayroq qilish uchun nima qila olaman ?"

Bular mehribon so'zlar berdi meni a lift ning rag'batlantirish. "Azizim amaki," Men dedi, "mumkin siz ehtimol zaxira

meni sizning xizmatkor, Lal Dhari?"

Mening oddiy iltimosim zilzila kabi ta'sir qildi. Amaki shunchalik qattiq sakrab ketdiki, stol ag'darildi, stol ustidagi qog'ozlar har tomonga uchib ketdi va uning uzun, kokos poyasidagi pufakchali trubkasi qattiq taraqlab yerga tushdi.

— Xudbin yigit, — deb baqirdi u g'azabdan titrab, — qanday bema'ni fikr! Agar xizmatkorimni zavqli sayohatlaringizga olib borsangiz, menga kim qaraydi?

Men hayratimni yashirdim, chunki xushmuomala amakimning to'satdan yuz o'girishi tushunarsizlikka to'liq bag'ishlangan kunda yana bir jumboq ekanligini o'yladim. Sud binosidan chekinganim sharaflilik emas, balki shoshilinch edi.

Do'stlarim intiqlik bilan to'plangan ziyoratgohga qaytdim. Ustozning munosabati ortida juda asossiz bo'lsa-da, biron bir sabab borligiga ishonchim ortib borardi. Ustozimning irodasini buzishga urinayotganimdan pushaymon bo'ldim.

"Mukunda, men bilan yana bir oz qolishni xohlamaysizmi?" deb so'radi Shri Yuktesvar. "Rajendra va boshqalar endi ketishlari va sizni Kalkuttada kutishlari mumkin. Kalkuttadan Kashmirga jo'naydigan oxirgi kechqurun poyezdiga chiqish uchun yetarli vaqt bo'ladi."

"Janob, Men qilmang parvarish ga borish holda sen," Men dedi qayg'u bilan.

Do'stlarim mening gapimga umuman e'tibor berishmadi. Ular arava chaqirib, barcha yuklarni olib ketishdi. Kanai bilan men gurumizning oyoqlari ostida jimgina o'tirdik. Yarim soatlik to'liq sukutdan so'ng, usta o'rnidan turib, ikkinchi qavatdagi ovqatlanish xonasi tomon yurdi.

"Kanai, Iltimos xizmat qilish Mukunda's oziq-ovqat. Uning poyezd barglar tez orada."

Adyol o'rindig'imdanda turib, ko'ngil aynishi va qornimda dahshatli qichishish hissi bilan to'satdan gandraklab ketdim. Sanchish og'rig'i shunchalik kuchli ediki, o'zimni to'satdan qandaydir shiddatli do'xaxga tashlangandek his qildim. Guruga qarab ko'r-ko'rona paypaslab, uning oldida yiqildim, dahshatli Osiyo vabosi alomatlari meni qamrab oldi. Shri Yuktesvar va Kanai meni mehmonxonaga olib kirishdi.

Azobdan qiynalib, men: "Ustoz, men jonimni sizga bag'ishlayman", deb qichqirdim; chunki bu haqiqatan ham tanam qirg'oqlaridan tez pasayib ketayotganiga ishonardim.

Shri Yuktesvar qo'yish mening bosh yoqilgan uning aylana, silab-silab mening peshona bilan farishtalarga xos muloyimlik.

— Endi ko'ryapsizmi, agar siz do'stlaringiz bilan bekatda bo'lganingizda nima bo'lishini, — dedi u. — Men sizga g'alati tarzda qarashim kerak edi, chunki siz aynan

shu vaqtda sayohat qilish haqidagi fikrimga shubha qilishni tanladingiz.

Nihoyat tushundim. Buyuk ustalar o'z kuchlarini ochiqchasiga namoyish qilishni kamdan-kam hollarda o'rinli deb bilishgani uchun, tasodifiy kuzatuvchi ning ... kunlik tadbirlar bo'lardi ega bo'lish tasavvur qilingan bu ularning ketma-ketlik edi juda tabiiy.

Guruning aralashuvi shubha ostiga qo'yilishi juda nozik edi. U o'z xohish-irodasini Behari, Sarada amakim, Rajendra va boshqalar orqali shunchalik sezilmas tarzda amalga oshirdiki, ehtimol, mendan tashqari hamma vaziyat mantiqan normal deb o'ylagandir.

Shri Yuktesvar hech qachon ijtimoiy majburiyatlarini bajarmaganligi sababli, Kanayga mutaxassis chaqirishni va amakimga xabar berishni buyurdi.

"Ustoz", Men norozilik bildirdi, "faqat siz banka davolash meni. Men ertalab juda uzoq ketdi uchun har qanday shifokor."

"Bolam, seni Ilohiy Rahm himoya qiladi. Shifokor haqida tashvishlanma; u seni bu holatda topmaydi. Sen allaqachon sog'ayib ketgansan."

Ustozimning so'zlari bilan, azob-uqubat meni tark etdi. Men zaiflashib o'tirdim. Tez orada shifokor kelib, meni diqqat bilan tekshirdi.

"Siz eng yomonini boshidan kechirganga o'xshaysiz", dedi u. "Men laboratoriya tekshiruvlari uchun o'zim bilan bir nechta namunalarni olib ketaman."

The ergashish ertalab ... shifokor yetib keldi shoshilib. Men edi o'tirish yuqoriga, ichida yaxshi ruhlar.

— Xo'sh, mana, mana, xuddi o'lim bilan hech qanday aloqangiz bo'lmagandek jilmayib, suhbatlashib turibsan. — U qo'limni muloyimlik bilan siladi. — Namunalardan kasallikning Osiyo vabosi ekanligini bilganimdan keyin seni tirik topaman deb o'ylamagan edim. Sen omadlisan, yigit, ilohiy shifobaxsh kuchga ega ustozing bor! Men bunga aminman!

Men chin dildan rozi bo'ldim. Shifokor ketishga tayyorlanayotganda, eshik oldida Rajendra va Auddi paydo bo'lishdi. Ular shifokorga, keyin esa mening biroz xiralashgan yuzimga qarashganda, yuzlaridagi g'azab hamdardlikka aylandi.

"Biz edilar g'azablangan qachon siz qilmadi burilish yuqoriga sifatida kelishilgan da ... Kalkutta poyezd. Siz ega bo'lish bo'lgan kasalmi?"

— Ha. — Do'stlarim yuklarni kecha egallab turgan burchakka qo'yganlarida, men kulgidan o'zimni tiya olmadim. Men shunday dedim: — Ispaniyaga ketayotgan kema bor edi; u yetib kelganida yana qaytib keldi!

Xo'jayin xonaga kirdi. Men o'zimga sog'ayib ketayotgan odamning erkinligini berdim va mehr bilan uning qo'lini ushladim.

— Guruji, — dedim men, — o'n ikkinchi yoshimdan beri Himolay tog'lariga chiqish uchun ko'plab muvaffaqiyatsiz urinishlar qildim. Nihoyat amin bo'ldimki, sizning marhamatingizsiz Parvati ma'budasi **20-2** meni qabul qilmaydi!"

.....
20-1 : Garchi Usta muvaffaqiyatsiz ga yasash har qanday tushuntirish, uning ikkilanish ga tashrif Kashmir davomida ular ikki yoz fasli ehtimol, bu uning u yerda kasalligi uchun vaqt yetarli emasligini oldindan bilish bo'lgandir (22-bobga qarang).

20-2 : So'zma-so'z, "ning ... tog'lar. Parvati, mifologik jihatdan vakili sifatida a qizim ning Himavat yoki ... muqaddas

BOB: 21

Biz Tashrif buyuring Kashmir

"Endi sayohat qilish uchun yetarlicha kuchlisan. Men senga Kashmirda hamroh bo'laman", dedi Shri Yuktesvar menga Osiyo vabosidan mo'jizaviy ravishda sog'ayib ketganimdan ikki kun o'tgach.

O'sha kuni kechqurun olti kishilik guruhimiz shimolga yo'l oldi. Bizning birinchi bemalol to'xtashimiz Himolay tepaliklari taxtida joylashgan malikalik shahar Simla edi. Biz tik ko'chalarda sayr qilib, ajoyib manzaralarga qoyil qoldik.

— Ingliz qulupnayi sotuvda, — deb qichqirdi go'zal ochiq bozor maydonida cho'kkalab o'tirgan kampir .

Ustoz g'alati kichkina qizil mevalarga qiziqib qoldi. U bir savat to'la meva sotib oldi va uni yaqin atrofda turgan Kanai va menga uzatdi. Men bitta rezavor mevani tatib ko'rdim, lekin shoshilib yerga tupurdim.

"Janob, nima a nordon meva! Men mumkin edi hech qachon kabi qulupnay!"

Ustozim kulib yubordi. "Voy, Amerikada ular sizga yoqadi. U yerda kechki ovqatda styuardessa ularni shakar va qaymoq bilan tortadi. U rezavorlarni sanchqi bilan ezib bo'lgach, siz ularni tatib ko'rasiz va: "Qanday mazali qulupnay!" deb aytasiz. Shunda Simladagi bu kunni eslaysiz."

Shri Yuktesvarning bashorati xayolimdan g'oyib bo'ldi, lekin ko'p yillar o'tgach, Amerikaga kelganimdan ko'p o'tmay, u yerda yana paydo bo'ldi. Men Massachusetts shtatining G'arbiy Somervil shahridagi Alis T. Xasey xonimning (Yogmata opa) uyida kechki ovqat mehmoni edim. Stolga qulupnayli shirinlik qo'yilganda, styuardessa vilkasini olib, rezavorlarimni ezib, qaymoq va shakar qo'shdi. "Mevalar ancha nordon; menimcha, uni shu tarzda tuzlasangiz, sizga yoqadi", dedi u.

Men bir og'iz luqma ichdim. "Qanday mazali qulupnay!" deb xitob qildim. Shu

zahotiyiq Simladagi gurunning bashorati xotiraning cheksiz g'oridan paydo bo'ldi. Shri Yuktesvarning Xudo tomonidan sozlangan ongi kelajak efirida kezib yuruvchi karmik hodisalar dasturini ancha oldin sezgirlik bilan aniqlaganini anglash hayratlanarli edi.

Tez orada guruhimiz Simladan jo'nab, Ravalpindiga yo'l oldi. U yerda biz ikkita ot bilan katta landau yollandik va u yerda Kashmir poytaxti Srinagarga yetti kunlik sayohatni boshladik. Shimolga sayohatimizning ikkinchi kunida Himoloyning haqiqiy kengligi ko'rinib turardi. Aravamizning temir g'ildiraklari issiq, toshloq yo'llarda g'ichirlaganda, biz tog'li ulug'vorlikning o'zgaruvchan manzaralaridan zavqlandik.

"Janob," Auddi dedi ga Ustoz, "Men ertalab juda zavqlanmoqda bular ulug'vor sahnalar ichida sizning muqaddas kompaniya."

Men bu safarda mezbonlik qilayotganim uchun Auddining minnatdorchiligidan zavqlanib ketdim. Shri Yuktesvar mening fikrimni payqadi; u menga o'girilib pichirladi:

"O'zingizni xushomad qilmang; Auddi manzaralarga unchalik qiziqmaydi, chunki u bizni sigaret chekish uchun uzoq vaqtga qoldirib ketish ehtimoli bilan qiziqadi."

Men hayratda qoldim. "Janob," dedim past ovozda, "iltimos, bu yoqimsiz so'zlar bilan bizning uyg'unligimizni buzmag. Auddi chekishni juda xohlayotganiga ishonolmayapman." **21-1** Men odatda jilovlab bo'lmaydigan ustozimga xavotir bilan qaradim.

— Mayli; men Auddiga hech narsa demayman, — deb kuldi usta. — Lekin tez orada lando to'xtaganida, Auddi o'z imkoniyatidan tezda foydalanishga tayyor ekanligini ko'rasiz.

Arava kichik karvonsaroyga yetib keldi. Otlarimizni sug'orishga olib borishayotganida, Auddi so'radi: "Janob, haydovchi bilan biroz sayr qilsam maylimi? Tashqarida biroz havo nafas olmoqchiman".

Shri Yuktesvar berdi ruxsat, lekin ta'kidladi ga men, "U istaydi yangi tutun va emas yangi havo."

Landau chang bosgan yo'llar bo'ylab shovqinli yurishini davom ettirdi. Xo'jayinning ko'zlari chaqnab ketdi; u menga: "Bo'yningizni arava eshigidan ko'taring va Auddi havo bilan nima qilayotganini ko'ring", dedi.

Men itoat qildim va Auddining sigaret tutunini chiqarayotganini ko'rib hayratda qoldim. Shri Yuktesvarga uzr so'rab qaradim.

"Har doimgidek haqsiz, janob. Auddi panorama bilan birga puflab ham zavqlanmoqda." Men shunday deb taxmin qildim Do'stim taksi haydovchisidan sovg'a olgan edi; Men Auddi Kalkuttadan hech qanday sigaret olib kelmaganini bilardim .

Biz daryolar, vodiylar, tik qoyalar va ko'plab tog' tizmalari manzaralari bilan

bezatilgan labirint yo'lida davom etdik. Har kecha biz qishloq mehmonxonalarida to'xtab, o'zimiz ovqat tayyorlardik. Shri Yuktesvar mening ovqatlanishimga alohida e'tibor berar, barcha ovqatlarda laym sharbati ichishimni talab qilardi. Men hali ham zaif edim, lekin kun sayin yaxshilanib borardim, garchi shovqinli arava noqulaylik uchun maxsus ishlab chiqilgan bo'lsa ham.

Biz Kashmir markaziga, nilufar ko'llari, suzuvchi bog'lar, shodlik bilan qoplangan qayiqlar, ko'p ko'priqli Jelum daryosi va Himoloy ulug'vorligi bilan o'ralgan gullarga to'la yaylovlarga yaqinlashganimizda qalbimizni quvonchli intizorlik to'ldirdi. Srinagarga yaqinlashishimiz bir yo'l orqali amalga oshirildi.

Baland, mehmondo'st daraxtlar xiyoboni. Biz olijanob tepaliklarga qaragan ikki qavatli mehmonxonada xonalarni ijaraga oldik. Oqimli suv yo'q edi; biz suvni yaqin atrofdagi quduqdan olardik. Yozgi ob-havo ideal edi, kunlari iliq, kechalari esa biroz sovuq edi.

Biz Svami Shankaraning qadimgi Srinagar ibodatxonasiga ziyorat qildik. Osmonga dadil qarab, tog' cho'qqisiga tikilib, hayajonga tushdim. Uzoq yurtdagi tepalikdagi qasr ko'rindi. Oldimdagi baland Shankara ashrami yillar o'tib, Amerikada O'zini O'zi Anglash Jamiyati bosh qarorgohini tashkil etgan binoga aylandi. Los-Anjelesga birinchi marta tashrif buyurganimda va Vashington tog'ining tepasidagi katta binoni ko'rganimda, uni Kashmirdagi uzoq o'tmishdagi tasavvurlarimdan darhol tanidim va boshqa joyda.

Srinagarda bir necha kun; keyin olti ming fut balandlikdagi Gulmargga ("gullar tog' yo'llari") bordim. U yerda men birinchi marta katta otda mindim. Rajendra kichik bir otga mindi, uning yuragi tezlikka ishtiyiq bilan yonayotgan edi. Biz juda tik Xilanmargga chiqdik; yo'l daraxtlar bilan to'la zich o'rmondan o'tib, tuman bilan qoplangan yo'llar ko'pincha xavfli edi. Lekin Rajendraning kichkina hayvoni mening katta otimni hatto eng xavfli burilishlarda ham bir zum ham tinch qo'ymadi. Rajendraning oti musobaqa quvonchidan boshqa hech narsaga e'tibor bermay, charchamay kelaverdi.

Bizning mashaqqatli poygamiz hayratlanarli manzara bilan taqdirlandi. Bu hayotimda birinchi marta men ulkan siluetlar kabi qavatma-qavat yotgan ulug'vor qorli Himolay tog'lariga qaradim. oq ayiqlar. Quyoshli moviy osmon fonida cheksiz muzli tog'larga ko'zim shodlik bilan tikilib qoldi .

Men yosh hamrohlarim bilan, hammasi palto kiygan holda, yaltiroq oq yonbag'irlarda xursandchilik bilan yurdim. Pastga tushayotganimizda uzoqdan xira tepaliklarni butunlay o'zgartirib yuborgan sariq gullarning keng gilamini ko'rdik.

Keyingi ekskursiyalarimiz Shalimar va Nishat Bog'dagi imperator Jahongirning mashhur qirollik "hordiq bog'lari"ga bo'ldi. Nishat Bog'dagi qadimiy saroy to'g'ridan-to'g'ri tabiiy sharshara ustida qurilgan. Tog'lardan pastga oqib tushayotgan oqim rang-barang teraslar ustidan oqib o'tish va ko'zni qamashtiruvchi gulzorlar orasida favvoralarga aylanish uchun mohirona hiyla-nayranglar orqali tartibga solingan. Oqim shuningdek, saroyning bir nechta xonalariga kirib, oxir-oqibat quyidagi ko'lga sehrli o'tlarni tushiradi. Ulkan bog'lar o'nlab rang-barang atirgullar, snapdragonlar, lavanta va boshqalar bilan bezatilgan. pansies, ko'knori. An zumrad o'rab turgan reja bu berilgan tomonidan simmetrik qatorlar chinorlar , **21-2** sarv daraxtlari, gilos daraxtlari; ularning ortida Himolay tog'larining oq qattiqqo'lliklari ko'tarilib turadi.

Kashmir uzumlari Kalkuttada noyob lazzatli buyum hisoblanadi. Kashmirda yetib kelganida o'ziga haqiqiy ziyofat va'da qilgan Rajendra u yerda katta uzumzorlar

topib, hafsalasi pir bo'ldi. Ba'zan men uning asossiz umidlari uchun uni hazil bilan xafa qilardim.

"Voy, uzumga shunchalik berilib ketdimki, yura olmayapman!" derdim. "Ko'rinmas uzumlar ichimda pishyapti!" Keyinchalik eshitdimki, Kashmirning g'arbidagi Kobulda shirin uzumlar mo'l-ko'l o'sadi. Biz o'zimizni quyultirilgan sut bo'lgan *rabri muzqaymoqi bilan yupatardik va*

xushbo'y bilan butun pista yong'oqlar.

shikaralar yoki uy qayiqlarida bir necha bor sayohat qildik , suvli o'rgimchak to'ri kabi kanallar tarmog'i bo'lgan Dal ko'lining murakkab kanallari bo'ylab suzib bordik. Bu yerda yog'och va tuproq bilan qo'pol ravishda bezatilgan ko'plab suzuvchi bog'lar hayratga soladi, ulkan suvlar orasida o'sayotgan sabzavot va poliz ekinlarining birinchi ko'rinishi shunchalik nomuvofiqki. Ba'zan dehqonning "tuproqqa ildiz otgan" bo'lishni istamay, kvadrat "yer" uchastkasini ko'p barmoqli ko'ldagi yangi joyga sudrab ketayotganini ko'rasiz.

Bu hikoyali vodiya yer yuzidagi barcha go'zalliklarning timsoli topiladi. Kashmir xonimi tog' tojiga o'ralgan, ko'l gulchambarlari bilan bezatilgan va guldasta kiygan. Keyingi yillarda, ko'plab uzoq mamlakatlarni aylanib chiqqanimdan so'ng, Kashmir nima uchun ko'pincha dunyodagi eng go'zal joy deb atalishini tushundim. U Shveytsariya Alp tog'lari, Shotlandiyadagi Loch Lomond va ajoyib ingliz ko'llarining jozibasiga ega. Kashmirda bo'lgan amerikalik sayohatchi unga Alyaskaning ulug'vorligi va Denver yaqinidagi Paykes cho'qqisini eslatadigan ko'p narsalarni topadi.

Manzarali go'zallik tanlovida ishtirok etish uchun men birinchi o'ringa Meksikadagi Xochimilkoning ajoyib manzarasini, u yerda tog'lar, osmon va teraklar o'ynoqi baliqlar orasida son-sanoqsiz suv yo'laklarida aks etadigan joyni yoki Himolay tog'larining qattiq kuzatuvi ostida go'zal qizlar kabi qo'riqlanadigan Kashmirning marvaridga o'xshash ko'llarini taklif qilaman. Bu ikki joy mening xotiramda yer yuzidagi eng go'zal joylar sifatida ajralib turadi.

Shunga qaramay, men Yellouston milliy bog'i, Koloradoning Katta kanyoni va Alyaskaning mo''jizalarini birinchi marta ko'rganimda ham hayratda qoldim. Yellouston bog'i, ehtimol, son-sanoqsiz geyzerlarning havoga baland otilib, yildan-yilga soat mexanizmi bilan harakatlanayotganini ko'rish mumkin bo'lgan yagona mintaqadir. Uning opal va sapfirli hovuzlari, issiq oltingugurtli buloqlari, ayiqlari va yovvoyi hayvonlari bu yerda tabiat o'zining eng qadimgi ijod namunasini qoldirganini eslatadi. Avtomobilda yurish Vayoming yo'llaridan qaynoq pufakchali loydan iborat "Iblisning bo'yoq idishi"ga, har tomonga g'uvullayotgan buloqlar, bug'li favvoralar va har tomonga otilib chiqayotgan geyzerlarga qadar, men Yellouston o'ziga xosligi uchun maxsus mukofotga loyiq, deb aytishga moyil edim.

Yosemitning qadimiy ulug'vor sekvoyalari ulkan ustunlarini cheksiz osmonga cho'zib, ilohiy mahorat bilan yaratilgan yashil tabiiy soborlardir. Sharqda ajoyib sharsharalar mavjud bo'lsa-da, Kanada chegarasi yaqinidagi Niagaraning jo'shqin go'zalligiga hech biri teng kela olmaydi. Kentukki shtatidagi Mamont g'orlari va Nyu-Meksikodagi Karlsbad g'orlari rang-barang muzsimon shakllarga ega bo'lib, ajoyib perilar diyoridir. Ularning g'ordan osilgan uzun ignalari stalaktit minoralaridir. shiftlar va oyna shaklida ichida yer osti suvlar, hozirgi a bir qarash ning boshqa dunyolar sifatida odam tomonidan sevilgan.

Kashmir hindularining aksariyati, go'zalligi bilan butun dunyoga mashhur bo'lib, yevropaliklar kabi oq tanli va o'xshash xususiyatlarga va suyak tuzilishiga ega; ko'plarining ko'k ko'zlari va sarg'ish sochlari bor. G'arb kiyimlarini kiygan ular amerikaliklarga o'xshaydi. Sovuq Himolay tog'lari Kashmirliklarni jazirama quyoshdan himoya qiladi va saqlab qolish ularning yorug'lik yuz rangi. As bitta sayohatlar ga ... janubiy va tropik kengliklar Hindistonda u odamlar tobora qorong'ilashib borayotganini aniqlaydi.

Kashmirda baxtli haftalarni o'tkazganimdan so'ng, men Serampore kollejining kuzgi semestri uchun Bengalga qaytishga majbur bo'ldim. Shri Yuktesvar Srinagarda Kanai va Auddi bilan qoldi. Men ketishdan oldin, ustoz uning jasadi Kashmirda azob chekishi haqida ishora qildi.

— Janob, siz sog'lom ko'rinyapsiz, — e'tiroz

bildirdim men. — Men hatto bu dunyoni tark

etishim ham mumkin.

"Guruji!" Men uning oyoqlariga yolvorib yiqildim. "Iltimos, endi tanangizni tark etmasligingizga va'da bering. Men sizsiz davom etishga mutlaqo tayyor emasman."

Shri Yuktesvar jim qoldi, lekin menga shunchalik mehr bilan jilmaydiki, men xotirjam bo'ldim. Istamay uni tark etdim.

"Ustoz xavfli kasal." Auddidan kelgan bu telegramma menga Seramporga qaytganimdan ko'p o'tmay yetib keldi .

— Janob, — deb vahimaga tushdim ustozimga, — meni tashlab ketmaslikka va'da berishingizni so'radim. Iltimos, tanangizni saqlang; aks holda men ham o'laman.

"Bo'l uni sifatida siz tilak." Bu edi Shri Yuktesvarning javob dan Kashmir.

Bir necha kundan keyin Auddidan xat keldi, unda ustoz sog'ayib ketgani haqida xabar berilgan edi. Keyingi ikki hafta ichida Seramporga qaytib kelganida, men guruning tanasi odatdagi vaznining yarmigacha kamayganini ko'rib, juda xafa bo'ldim.

Yaxshiyamki uchun uning shogirdlar, Shri Yuktesvar yonib ketgan ko'p ning ularning gunohlar ichida ... olov ning uning Kashmirda kuchli isitma. Kasallikning jismoniy yuqishining metafizik usuli yuqori darajada rivojlangan yogilarga ma'lum. Kuchli odam zaif odamga uning og'ir yukini ko'tarishga yordam berish orqali yordam berishi mumkin; Ma'naviy supermen shogirdlarining o'tmishdagi harakatlarining karmasini baham ko'rish orqali ularning jismoniy yoki ruhiy yuklarini minimallashtirishga qodir. Xuddi boy odam o'zining ahmoqligining og'ir oqibatlaridan qutqarilgan adashgan o'g'li uchun katta qarzni to'laganida pul yo'qotgani kabi, xo'jayin ham shogirdlarining azob-uqubatlarini yengillashtirish uchun o'zining jismoniy boyligining bir qismini ixtiyoriy ravishda qurbon qiladi. **21-3**

Yashirin usul bilan yogi o'z ongi va astral vositasini azob chekayotgan shaxsning ongi va astral vositasi bilan birlashtiradi; kasallik to'liq yoki qisman avliyoning tanasiga yuqadi. Xudoni jismoniy maydonda yig'ib olgan usta endi bu moddiy shakl bilan nima bo'lishiga ahamiyat bermaydi. U boshqalarni yengillashtirish uchun

ma'lum bir kasallikni qayd etishiga yo'l qo'yishi mumkin bo'lsa-da, uning ongi hech qachon ta'sirlanmaydi; u bunday yordam ko'rsata olganidan o'zini baxtli deb biladi.

Rabbimizning oxirgi najotiga erishgan fidoyi o'z tanasining maqsadini to'liq bajarganini topadi; keyin u uni o'zi uchun mos deb bilgan har qanday usulda ishlatishi mumkin. Uning dunyodagi ishi insoniyatning qayg'ularini, xoh ruhiy vositalar orqali, xoh intellektual maslahat orqali, xoh iroda kuchi orqali yoki kasallikning jismoniy yuqishi orqali yengillashtirishdir. Ustoz xohlagan paytda ong ostiga qochib, jismoniy azob-uqubatlardan bexabar qolishi mumkin; ba'zan u

shogirdlarga o'rnak bo'lish uchun tana og'rig'ini stoik tarzda ko'tarishni tanlaydi. Boshqalarning kasalliklarini o'z zimmasiga olish orqali yogi ular uchun sabab va oqibatning karmik qonunini qondirishi mumkin. Bu qonun mexanik yoki matematik jihatdan ishlaydi; uning ishlashi ilohiy odamlar tomonidan ilmiy jihatdan boshqarilishi mumkin. donolik.

Ma'naviy qonun ustoz boshqa odamni davolaganida kasal bo'lishini talab qilmaydi. Shifolash odatda avliyoning turli xil tezkor davolash usullarini bilishi orqali amalga oshiriladi. ichida qaysi yo'q xafa bo'lish ga ... ma'naviy tabib bu ishtirok etgan. Yoqilgan noyob holatlar, ammo, a Shogirdlarining evolyutsiyasini sezilarli darajada tezlashtirishni istagan ustoz, o'z tanasida ularning kiruvchi karmalarining katta miqdorini ixtiyoriy ravishda ishlab chiqishi mumkin.

Iso o'zini ko'plarning gunohlari uchun to'lov sifatida ko'rsatdi. O'zining ilohiy kuchlari bilan, **21-4** Agar u sabab va oqibatning nozik kosmik qonuni bilan ixtiyoriy ravishda hamkorlik qilmaganida, uning tanasi hech qachon xochga mixlanish orqali o'limga duchor bo'lmas edi. Shunday qilib, u boshqalarning, ayniqsa shogirdlarining karmasining oqibatlarini o'z zimmasiga oldi. Shu tarzda ular yuqori darajada poklandilar va keyinchalik ularga tushgan hamma joyda mavjud bo'lgan ongni qabul qilishga moslashtirildilar.

Faqat o'zini anglagan ustozgina o'z hayotiy kuchini o'tkazishi yoki boshqalarning kasalliklarini o'z tanasiga o'tkazishi mumkin. Oddiy odam bu yogik davolash usulini qo'llay olmaydi va buni amalga oshirishi ham maqsadga muvofiq emas; chunki nosog'lom jismoniy asbob Xudo meditatsiyasiga to'sqinlik qiladi. Hindu yozuvlarida insonning birinchi vazifasi tanasini yaxshi holatda saqlash ekanligi o'rgatiladi; aks holda uning ongi ibodatga diqqatni jamlay olmaydi.

Biroq, juda kuchli aql barcha jismoniy qiyinchiliklarni yengib o'tib, Xudoni anglash darajasiga yetishi mumkin. Ko'plab avliyolar kasalliklarni e'tiborsiz qoldirib, ilohiy izlanishlarida muvaffaqiyatga erishishgan. Assilik Avliyo Fransisk, qattiq kasalliklarga chalingan, boshqalarni davolagan va hatto o'liklarni tiriltirgan.

Men bir hind avliyosini bilardim, uning tanasining yarmi bir vaqtlar yaralar bilan yiringlab ketgan edi. Uning diabet kasalligi shunchalik og'ir ediki, oddiy sharoitlarda u bir vaqtning o'zida o'n besh daqiqadan ortiq o'tira olmasdi. Lekin uning ruhiy intilishlarini aniqlab bo'lmas edi. "Hazrat," deb ibodat qildi u, "Sen kirsang bo'ladimi?" "Mening singan ibodatxonammi?" Avliyo tinimsiz iroda buyrug'i bilan asta-sekin har kuni o'tirishga qodir bo'ldi. o'n sakkiz soat davomida uzluksiz lotus holatida, ekstatik transga berilib.

"Va", dedi u menga, "uch yil o'tgach, men singan qiyofamda Cheksiz Nur yonayotganini ko'rdim. Quvonchli ulug'vorlikdan xursand bo'lib, tanani unutdim. Keyinchalik men uning Ilohiy Rahm-shafqat orqali butun bo'lib qolganini ko'rdim."

Tarixiy shifobaxsh voqea Hindistondagi Mo'g'ul imperiyasining asoschisi qirol Bobir (1483-1530) bilan bog'liq. Uning o'g'li shahzoda Humoyun o'limga mahkum edi. Ota azob-uqubat bilan unga kasallik yuqishini va o'g'lining omon qolishini so'rab ibodat qildi. Barcha shifokorlar umidlarini uzgandan so'ng, Humoyun sog'ayib ketdi. Bobir darhol kasal bo'lib qoldi va o'g'luga yuqtirgan kasallikdan vafot etdi. Humoyun Bobirning o'rniga Hindustan imperatori bo'ldi.

Ko'p odamlar har bir ruhiy ustoz Sandovning sog'lig'i va kuchiga ega yoki ega bo'lishi kerak deb tasavvur qilishadi. The taxmin bu asossiz. A kasal bo'lib tana qiladi emas ko'rsatmoq bu a guru bu emas ichida teginish

ilohiy kuchlar bilan, umr bo'yi sog'liq ichki yorug'likni anglatishidan ham ko'proq narsani anglatadi. Boshqacha qilib aytganda, jismoniy tananing holatini haqli ravishda ustozning sinovi qilib bo'lmaydi. Uning o'ziga xos fazilatlarini uning o'z sohasida, ma'naviy sohada izlash kerak.

G'arbdagi ko'plab hayratda qolgan izlanuvchilar metafizika bo'yicha notiq yoki yozuvchi usta bo'lishi kerak, deb noto'g'ri o'ylashadi. Biroq, rishilar ustaning kislota sinovi insonning nafas qisilishi holatiga o'z xohishi bilan kirish va nirbikalpaning uzluksiz samadxini saqlab qolish qobiliyati *ekanligini ta'kidladilar* . **21-5 Faqat shu yutuqlar orqali inson** *mayani yoki dualistik Kosmik Xayolni "o'zlashtirganini"* isbotlay oladi . Faqatgina u anglash tubidan: " *Ekam sat* " , - "Faqat bitta mavjud" , - deyishi mumkin.

" *Vedalar* , individual ruh va Oliy Men o'rtasida eng kichik farqni qo'yish bilan kifoyalanadigan johil odam xavf ostida ekanligini ta'kidlaydilar. Johillik tufayli ikkilik mavjud bo'lgan joyda, hamma narsa Mendan alohida ko'rinadi. Hamma narsa Men sifatida ko'rilganida, Mendan boshqa atom ham qolmaydi..."

"As tez orada sifatida ... bilim ning ... Reallik bor o'sib chiqqan yuqoriga, U yerda banka bo'lish yo'q mevalar ning o'tmish harakatlar uyg'onganidan keyin tush ko'rilmisligi kabi, tananing haqiqatga mos kelmasligi tufayli boshdan kechirish .

Faqat buyuk gurular shogirdlarning karmasini qabul qila oladilar. Shri Yuktesvar o'z shogirdlariga shu g'alati tarzda yordam berish uchun ichidagi Ruhdan ruxsat olmaganida, Kashmirda azob chekmas edi. Xudo tomonidan sozlangan ustozimdan ko'ra ilohiy amrlarni bajarish uchun donolik bilan jihozlangan avliyolar kam edi.

Qachon Men tavakkal qildi a bir nechta so'zlar ning hamdardlik ustidan uning ozib ketgan shakl, mening guru dedi xushchaqchqlik bilan:

men yillar davomida kiymagan kichik *ganjilarni (ichki ko'ylaklarni)* kiyishim mumkin !"

Ustozning xushchaqchaq kulgisini tinglab, men Avliyo Fransisk de Salesning so'zlarini esladim: "G'amgin avliyo - bu g'amgin avliyo!"

21-1 : Bu bu a belgi ning hurmatsizlik, ichida Hindiston, ga tutun ichida ... mavjudlik ning

birovning oqsoqollar va yuqori lavozimli amaldorlar. 21-2: Sharq chinori..

21-3 : Ko'p Xristian avliyolar, shu jumladan Tereza Neyman (qarang [bob 39](#)), bor tanish bilan ... metafizik o'tkazish kasallik haqida .

21-4 : Masih dedi, shunchaki oldin u edi LED uzoqda ga bo'lish xochga mixlangan: "O'ylab ko'ring sen bu Men qila olmaydi hozir ibodat qil ga mening Ota, va u kerak hozir berish meni Ko'proq nisbatan o'n ikki legionlar ning farishtalarmi? Lekin Qanaqasiga keyin kerak ... Muqaddas Kitoblar bo'lish bajarilgan, bu shunday qilib shunday bo'lishi kerakmi?" - *Matto 26:53-54*.

21-5 : Qarang boblar 26, 43 *eslatmalar* .

BOB: 22

The Yurak Ning A Tosh Rasm

"Sadoqatli hind xotini sifatida men erimdan shikoyat qilishni istamayman. Lekin men uning materialistik qarashlaridan yuz o'girishini ko'rishni istayman. U mening meditatsiya xonamdagi avliyolarning rasmlarini masxara qilishdan zavqlanadi." Hurmatli aka, Men ega bo'lish chuqur iymon bu siz banka yordam uni. Iroda sizmi?"

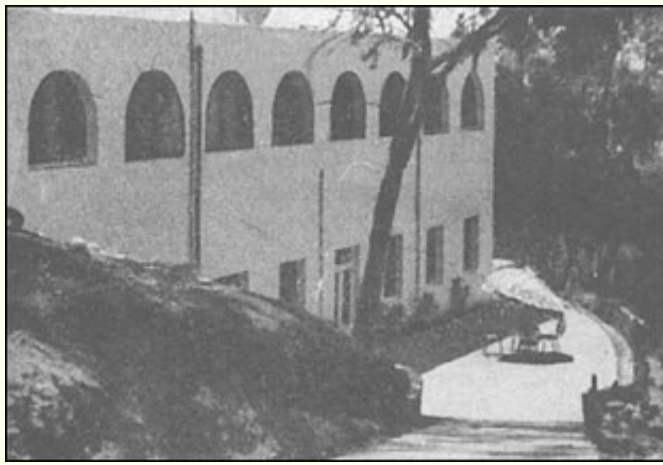
Katta opam Roma menga iltijo bilan tikilib qoldi. Men uning Kalkuttadagi Girish Vidyaratna ko'chasidagi uyiga qisqa muddatli tashrif buyurgan edim. Uning iltijosi menga ta'sir qildi, chunki u mening yoshligimga chuqur ma'naviy ta'sir ko'rsatgan va onamning o'limi tufayli oilada paydo bo'lgan bo'shliqni mehr bilan to'ldirishga harakat qilgan edi.

"Aziz singlim, albatta, qo'limdan kelganini qilaman." Men jilmayib qo'ydim, uning odatdagi xotirjam va xushchaqchaq ifodasidan farqli o'laroq, uning yuzidagi aniq ko'rinib turgan g'amginlikni yo'qotishga intildim.

Kriya Yoga bilan tanishtirishimni so'ragan edi , u bu borada sezilarli yutuqlarga erishayotgan edi.

Meni bir ilhom qamrab oldi. "Ertaga", dedim men, "Men Dakshinesvar ibodatxonasiga boraman. Iltimos, men bilan keling va eringizni biz bilan birga borishga ko'ndiring. Menimcha, o'sha muqaddas joyning tebranishlarida Ilohiy Ona uning qalbiga ta'sir qiladi. Lekin uning ketishini istashimizdan maqsadimizni oshkor qilmang ."

Opa umid bilan rozi bo'ldi. Ertasi kuni juda erta tongda Roma va uning eri borligini ko'rib xursand bo'ldim. edilar ichida tayyorlik uchun ... sayohat. As bizning xakni arava titragan birga Yuqori Aylanma yo'l tomon Dakshinesvar, mening kuyov; pochcha, Satish Chandra Bose, kulgili o'zi o'tmish, hozirgi va kelajakning ruhiy gurularini masxara qilish orqali. Men Romaning jimgina yig'layotganini payqadam.



O'zini anglash Cherkov ning Hammasi Dinlar, San Diego, Kaliforniya



Men stend bilan mening ikki opa-singillar, Rim (da chapda) va Nalini



Mening opa-singil Uma, sifatida a yosh qiz

— Opa, dadil bo'li! — deb pichirladim men. — Eringizga uning masxarasini jiddiy qabul qilishimizga ishonishdan qoniqish hosil qilmang.

— Mukunda, qanday qilib befoyda gaplarga qoyil qolasan? — dedi Satish. — SADHUNING tashqi ko'rinishining o'zi jirkanch. U yo skeletdek ozg'in, yoki fildek semiz!

Men kulgidan baqirdim. Mening xushmuomala munosabatim Satishni bezovta qildi; u g'amgin sukutga cho'mdi. Taksi Dakshinesvar hududiga kirganimizda, u kinoyali jilmaydi.

"Bu ekskursiya, Men taxmin qiling, bu a sxema ga islohot menmi?"

Javobsiz orqamga o'girilib qaraganimda, u qo'limdan ushlab oldi. "Yosh janob rohib," dedi u, "peshin ovqatimizni ta'minlash uchun ma'bad ma'murlari bilan tegishli kelishuvlarni amalga oshirishni unutmang."

— Hozir meditatsiya qilaman. Tushligingiz haqida qayg'urmang, — deb keskin javob berdim. — Buni Xudoning Onasi hal qiladi.

— Men Ilohiy Onamning men uchun biron bir ish qilishiga ishonmayman. Lekin men sizni ovqatim uchun javobgar deb bilaman. — Satishning ohangi tahdidli edi.

Men yolg'iz o'zim Kali yoki Ona Tabiatning katta ibodatxonasi oldidagi ustunli zalga yo'l oldim. Ustunlardan birining yonidagi soyali joyni tanlab, tanamni lotus holatida joylashtirdim. Soat atigi yettilar atrofida bo'lsa-da, ertalabki quyosh tez orada zulmkor bo'lib chiqadi.

Men o'zimni xudojo'ylik bilan maftun qilganim sari dunyo chekinardi. Xayolim Dakshinesvardagi tasviri buyuk ustoz Shri tomonidan alohida hurmatga sazovor bo'lgan ma'buda Kaliga qaratilgan edi. Ramakrishna Paramhansa. Ichkarida javob ga uning azob chekkan talablar, ... tosh tasvir ning bu juda

ibodatxona bor edi tez-tez olingan a yashash shakl va suhbatlashdi bilan uni.

“Tosh yurakli jim ona”, deb ibodat qildim men, “Sen sevimli ixlosmanding Ramakrishnaning iltimosiga binoan hayotga to’lding; nega Sen ham bu sog’inchli o’g’lingning nolalariga quloq solmaysan ?”

Mening intilish g'ayratim cheksiz darajada oshdi va ilohiy tinchlik hamroh bo'ldi. Shunga qaramay, besh soat o'tgach va ichimda tasavvur qilgan ma'buda hech qanday javob bermagach, men biroz tushkunlikka tushdim. Ba'zan ibodatlarning bajarilishini kechiktirish Xudo tomonidan sinovdir. Lekin oxir-oqibat U o'jar ixlosmandga u qadrlaydigan har qanday shaklda ko'rinadi. Dindor masihiy Isoni ko'radi; hindu ibodati shaxssiz bo'lib qolsa, Krishnani, Kali ma'budasini yoki kengayib borayotgan nurni ko'radi.

Ko'zlarimni istamay ochdim va peshin odatiga ko'ra, ma'bad eshiklari ruhoniylar tomonidan qulflanayotganini ko'rdim. Ochiq, tomli yo'lak ostidagi tanho joyimdan turib, hovliga qadam qo'ydim. Uning tosh poli peshin quyoshi ostida kuyib ketayotgan edi; yalangoyoqlarim og'riqli kuygan edi.

— Ilohiy onajon, — deb jimgina e'tiroz bildirdim men, — Sen menga vahiyda kelmading, endi esa ma'badda yopiq eshiklar ortida yashirinibsan. Men bugun qaynog'am nomidan Senga maxsus ibodat qilmoqchi edim.

Ichki iltimosim darhol qabul qilindi. Avvaliga belim va oyoqlarim ostiga yoqimli sovuq to'lqin tushib, barcha noqulayliklarni yo'q qildi. Keyin, hayratimga, ma'bad juda kattalashdi. Uning katta eshigi asta-sekin ochilib, Kali ma'budasining tosh qiyofasini ko'rsatdi.

Asta-sekin u tirik shaklga aylandi, tabassum bilan bosh iring'ab salom berdi, meni ta'riflab bo'lmaydigan quvonch bilan hayajonga soldi. Go'yo sirli shprints bilan nafasim o'pkamdan tortildi; tanam juda harakatsiz bo'lib qoldi, garchi harakatsiz bo'lmasa ham.

Shundan so'ng ongim hayajon bilan kengaydi. Chap tomonda Ganges daryosi ustidan bir necha mil uzoqlikda va ibodatxonadan narida butun Dakshinesvar hududini aniq ko'ra oldim. Barcha binolarning devorlari shaffof yaltirar edi; ular orqali men uzoq gektar maydonlar bo'ylab odamlarning u yoqdan bu yoqqa yurganini ko'rdim.

Nafasim qisilib, tanam g'alati tinch holatda bo'lsa-da, qo'llarim va oyoqlarimni erkin harakatlantira oldim. Bir necha daqiqa davomida ko'zlarimni yumib va ochishni sinab ko'rdim; ikkala holatda ham. Men butun Dakshinesvar panoramasini aniq ko'rdim.

Rentgen nuriga o'xshash ruhiy ko'rish barcha materiyaga singib ketadi; ilohiy ko'z hamma joyda markazda, atrof hech qayerda emas. Men quyoshli hovlida turib, yana bir bor angladimki, inson Xudoning isrofgar farzandi bo'lishdan to'xtaganida,

pufakcha kabi asossiz jismoniy dunyoga berilib ketganida, u o'zining abadiy olamlarini qayta meros qilib oladi. Agar "qochish" tor shaxsiyatida tor bo'lgan insonning ehtiyoji bo'lsa, har qanday qochish hamma joyda mavjudlikning ulug'vorligi bilan taqqoslana oladimi?

Ichkarida mening muqaddas tajriba da Dakshinesvar, ... faqat nihoyatda-kattalashtirilgan obyektlar edilar ...

ma'bad va ma'buda shakli. Qolgan hamma narsa o'zining normal o'lchamlarida paydo bo'ldi, garchi har biri edi yopiq ichida a halo ning yumshoq och oq, ko'k, va pastel kamalak ranglar. Mening tana tuyuldi ga bo'lish ning efirga oid modda, tayyor ga levitatsiya qilish. To'liq ongli ning mening moddiy muhit, men atrofimga qarab, baxtli tasavvurning uzluksizligini buzmasdan bir necha qadam tashladim.

Ma'bad devorlari ortida to'satdan qaynog'am muqaddas *bel* daraxtining tikanli shoxlari ostida o'tirganini ko'rib qoldim. Uning fikrlarining yo'nalishini osongina anglay oldim. Dakshinesvarning muqaddas ta'siri ostida biroz ko'tarilgan uning xayolida men haqimda yomon fikrlar bor edi. Men to'g'ridan-to'g'ri ma'budaning marhamatli shakliga murojaat qildim.

"Ilohiy onajon", deb ibodat qildim men, "singlimning erini ruhan

o'zgartirmaysanmi?" Go'zal qiyofa, shu paytgacha jim bo'lib, nihoyat

gapirdi: "Tilaging amalga oshdi!"

Men Satishga xursand bo'lib qaradim. Go'yo qandaydir ma'naviy kuch ishlayotganini sezganday, u yerdagi o'rnidan g'azab bilan turdi. Men uning chakkasi orqasida yugurib kelayotganini ko'rdim; u mushtini silkitib, menga yaqinlashdi.

Hamma narsani qamrab oluvchi tasavvur yo'qoldi. Endi ulug'vor ma'budani ko'ra olmasdim; baland ma'bad shaffofligidan tashqari, odatiy kattaligiga kichrayib qolgan edi. Yana tanam quyoshning shiddatli nurlari ostida qizib ketdi. Men ustunli zalning boshpanasiga sakrab tushdim, u yerda Satish meni g'azab bilan ta'qib qildi. Soatimga qaradim. Soat bir edi; ilohiy tasavvur bir soat davom etgan edi.

— Sen ahmoqsan, — deb baqirdi qaynog'am, — sen u yerda olti soatdan beri oyoqlaringni chalishtirib, ko'zlaringni chalishtirib o'tiribsan. Men seni u yoqdan bu yoqqa kuzatib yurdim. Ovqatim qayerda? Endi ibodatxona yopiq; sen rasmiylarga xabar bermading; biz tushliksiz qoldik!

Ma'buda huzurida his qilgan yuksalish hali ham yuragimda jo'shqin edi. Men: "Ilohiy Ona bizni boqadi!" deb xitob qilishga jur'at etdim.

Satish g'azabdan o'zini yo'qotib qo'ydi. "Bir marta va abadiy", deb baqirdi u, "Men sizning Ilohiy Onangizning bizga oldindan kelishuvsiz ovqat berishini ko'rishni istardim!"

Uning so'zlar edilar zo'rg'a aytilgan qachon a ibodatxona ruhoniylar kesib o'tgan ... hovli va qo'shildi bizni.

— O'g'lim, — dedi u menga, — soatlab meditatsiya paytida yuzingning xotirjamlik bilan porlab turganini ko'rib turibman. Bugun ertalab guruhingning kelishini

ko'rdim va tushliging uchun mo'l-ko'l ovqat ajratib qo'yish istagini his qildim. Oldindan so'ramaganlarni ovqatlantirish ma'bad qoidalariga zid, lekin men sen uchun istisno qildim.

Men unga minnatdorchilik bildirdim va to'g'ridan-to'g'ri Satishning ko'zlariga tikilib qoldim. U hayajondan qizarib ketdi va jimgina tavba qilib nigohini tushirdi. Bizga mavsumdan tashqari mangolarni ham qo'shib, mo'l-ko'l taom berishganda, qaynog'amning ishtahasi juda oz ekanligini payqadim. U hayratda qolib, fikr okeaniga chuqur sho'ng'idi. Kalkuttaga qaytayotganda, Satish muloyim yuz bilan:

vaqti-vaqti bilan menga yolvorib qarab qo'yardi. Lekin ruhoniy bizni tushlikka taklif qilish uchun paydo bo'lganidan keyin, go'yo Satishning chaqirig'iga to'g'ridan-to'g'ri javob bergandek, u bir og'iz ham gapirmadi.

The ergashish tushdan keyin Men tashrif buyurgan mening opa-singil da uni uy. U salomlashdi meni mehr bilan. "Aziz birodar", deb qichqirdi u, "qanday mo'jiza! Kecha kechqurun erim mening oldimda ochiqchasiga yig'ladi.

"Sevimli *devi* ", **22-1** U shunday dedi: "Akangizning bu islohot rejasi o'zgarishlarga olib kelganidan so'z bilan ifodalab bo'lmas darajada xursandman. Sizga qilgan barcha yomonliklarimni tuzataman. Bugun kechqurundan boshlab biz katta yotoqxonamizdan faqat ibodat joyi sifatida foydalanamiz; sizning kichik meditatsiya xonangizdan bizning yotoqxonamizga aylantiriladi. Sizni masxara qilganimdan chin dildan afsusdaman aka. Men o'zimni sharmandali tarzda tutganim uchun, ruhiy yo'lda rivojlanmagunimcha Mukunda bilan gaplashmaslik bilan o'zimni jazolayman. Bundan buyon men Ilohiy Onani chin dildan izlayman; bir kun kelib Uni albatta topishim kerak!

Yillar o'tgach, men Dehlidagi qaynog'amnikiga tashrif buyurdim. Uning ... ekanligini ko'rib juda xursand bo'ldim. o'zini anglashda yuqori darajada rivojlangan va Ilohiy Onaning vahiysi bilan baraka topgan edi. U bilan birga bo'lganimda, Satish jiddiy kasallikdan aziyat chekayotganiga va kunduzi band bo'lishiga qaramay, har kechaning ko'p qismini yashirinch a ilohiy meditatsiya bilan o'tkazayotganini payqadim. uning ofisi.

Qaynog'amning umri uzoq bo'lmasligi haqida o'y keldi. Roma mening fikrlarimni o'qigan bo'lsa kerak.

— Aziz birodar, — dedi u, — men sog'-salomatman, erim esa kasal. Shunga qaramay, shuni bilishingizni istaymanki, fidoyi hind xotini sifatida men birinchi bo'lib o'laman. **22-2** Ko'p o'tmay, men o'lib ketaman.

Uning dahshatli so'zlaridan hayratda qolgan bo'lsam ham, ularning haqiqatga qanchalik yaqinligini angladim. Opam bashorat qilganidan taxminan bir yil o'tgach, men Amerikada edim. Keyinchalik eng kichik akam Bishnu menga tafsilotlarni aytib berdi .

"Roma va Satish o'lgan paytda Kalkuttada edilar", dedi menga Bishnu. "O'sha kuni ertalab u o'zining kelinlik liboslarini kiydi."

"Nima uchun bu maxsus kostyummi? Satish so'radi.

"Bu yer yuzida sizga xizmat qilishimning so'nggi kuni", deb javob berdi Roma. Biroz

vaqt o'tgach, u yurak xurujiga uchradi. O'g'li yordamga shoshilayotganida, u shunday dedi:

"O'g'lim, meni tashlab ketma. Foydasi yo'q; shifokor kelmasdan oldin ketaman." O'n daqiqadan so'ng, Roma erining oyoqlarini hurmat bilan ushlab, baxtli va azob chekmasdan ongli ravishda uning tanasini tark etdi.

"Satish bo'ldi juda yolg'iz keyin uning xotinning o'lim", Bishnu davom etdi. "Bir kun u va Men edilar

qarab da a katta jilmayib fotosurat ning Rim.

— Nega tabassum qilyapsan? — deb xitob qildi to'satdan Satish, go'yo xotini hozir bo'lgandek. — Sen mendan oldin borishni rejalashtirishda aqlli deb o'ylaysan. Men seni uzoq vaqt mendan uzoqda qololmasligingni isbotlayman; tez orada men ham senga qo'shilaman.

"Garchi bu vaqtda Satish kasalligidan to'liq tuzalib, sog'lig'i a'lo darajada bo'lsa-da, fotosurat oldidagi g'alati gapidan ko'p o'tmay, u hech qanday sababsiz vafot etdi."

Shunday qilib, mening sevimli singlim Roma va uning eri Satish — Dakshinesvarda oddiy dunyoviy odamdan jim avliyoga aylangan — bashoratli ravishda o'tib ketishdi.

.....
22-1 : Ma'buda.

22-2 : The Hindu xotin ishonadi uni bu a belgi ning ma'naviy taraqqiyot agar u o'ladi oldin uni er, sifatida a isbot ning uni unga sodiq xizmat qilish yoki "jabduqda o'lish".

BOB: 23

Men Qabul qilish Mening Universitet Daraja

"Siz falsafa bo'yicha darslikdagi topshiriqlaringizni e'tiborsiz qoldirasiz. Shubhasiz, imtihonlardan o'tish uchun siz mashaqqatli "sezgi"ga tayanyapsiz. Lekin agar o'zingizni ilmiyroq tarzda qo'llamasangiz, men sizning bu kursdan o'tmasligingizni ta'minlayman."

Serampore kollejining professori DC Ghoshal menga qattiqqo'llik bilan murojaat qildi. Agar men uning yozma yakuniy auditoriya imtihonidan o'ta olmasam, yakuniy imtihonlarni topshira olmayman. Bu imtihonlar Serampore kollejini o'zining filiallari qatoriga kiritgan Kalkutta universiteti professor-o'qituvchilari tomonidan tuzilgan. Hindiston universitetlarida AB finalida bitta fandan muvaffaqiyatsizlikka uchragan talaba keyingi yili *barcha* fanlardan qayta imtihon topshirishi kerak.

Serampore kollejidagi o'qituvchilarim odatda menga mehr bilan munosabatda bo'lishardi, kulgili bag'rikenglik bilan emas. "Mukunda dindan biroz mast". Shunday qilib, meni xulosa qilib aytganda, ular meni sinf savollariga javob berishdagi uyatdan xushmuomalalik bilan qutqardilar; ular meni AB nomzodlari

ro'yxatidan chiqarib tashlash uchun yakuniy yozma testlarga ishonishdi.

Hamkasblarim tomonidan chiqarilgan hukm ularning menga qo'ygan "Telba rohib" laqabida ifodalangan edi.

Men professor Ghoshalning falsafadan muvaffaqiyatsizlikka uchrashim haqidagi tahdidini bekor qilish uchun aqlli qadam tashladim. Yakuniy test natijalari ommaga e'lon qilinishi arafasida, sinfdoshimdan ... ni so'radim. Men bilan professorning kabinetiga boring.

"Yuring; menga guvoh kerak", dedim hamrohimga. "Agar o'qituvchini aldab o'tirmasam, juda hafsalam pir bo'ladi."

Professor Goshal larzaga keldi uning bosh keyin Men bor edi so'ralgan nima reyting u bor edi berilgan mening qog'oz.

— Siz imtihondan o'tganlar qatorida emassiz, — dedi u g'alaba bilan. U stolidagi katta uyumni qidirdi. — Sizning hujjatingiz umuman yo'q; har holda, imtihonga kelmaganingiz uchun yiqildingiz.

Men xirilladi. "Janob, Men edi U yerda. May Men qarash orqali ... stek o'zimmi?"

Professor, hayajonlanib, ruxsat berdi; Men tezda maqolamni topdim, u yerda ro'yxatga olish raqamimdan tashqari boshqa biron bir belgini ehtiyotkorlik bilan tushirib qo'ygan edim. Ismimni "qiziqarli bayroq" deb atashdan qo'rqmagan o'qituvchi, darslik iqtiboslari bilan bezatilmagan bo'lsa ham, javoblarimga yuqori baho bergan edi. **23-1**

Mening hiyla-nayrangimni ko'rib, u endi momaqalldiroqday baqirdi: "Shunchaki beparvo omad!" U umid bilan qo'shimcha qildi: "Sen AB finalida albatta yutqazasan".

Boshqa fanlarimdagi testlar uchun men, ayniqsa, aziz do'stim va amakivachcham Prabhas Chandra Ghosedan **23-2 hisobida ko'rsatma oldim**. Sarada amakimning o'g'li. Men barcha yakuniy testlarimni qiyinchilik bilan, ammo muvaffaqiyatli - eng past ball bilan - topshirdim.

Endi, to'rt yillik kollejdani so'ng, men AB imtihonlarida qatnashish huquqiga ega edim. Shunga qaramay, men bu imtiyozdan foydalanishni kutmagan edim. Serampore kollejining final bosqichi Kalkutta universiteti tomonidan AB darajasi uchun belgilangan qattiq imtihonlarga nisbatan bolalarcha o'yin edi. Shri Yuktesvarga deyarli har kuni tashrif buyurishim menga kollej zallariga kirishga oz vaqt qoldirdi. U yerda sinfdoshlarimning hayratini uyg'otgan narsa yo'qligim emas, balki mening borligim edi !

Mening odatiy odatim ertalab soat to'qqiz yarimlarda velosipedimda yo'lga chiqish edi. Bir qo'limda M e n g u r u i m u c h u n q u r b o n l i k o l i b y u r a m a n - *Panthi* pansionatim bog'idan bir nechta gullar . Ustoz meni xushmuomalalik bilan kutib olib, tushlikka taklif qilardi. Men har doim shoshilinchlik bilan qabul qilardim, kun bo'yi kollej haqidagi fikrni yo'q qilishdan

xursand bo'ldim. Shri Yuktesvar bilan soatlab vaqt o'tkazgandan, uning beqiyos donolik oqimini tinglagandan yoki ashram vazifalarida yordam bergandan so'ng, men yarim tunda Panthiga istamay jo'nab ketardim . Ba'zan men tun bo'yi guruim bilan qolardim, uning suhbatiga shunchalik xursand bo'lardimki, qorong'ulik tong otganday bo'lganini deyarli sezmasdim.

Bir kuni kechqurun soat o'n birlar atrofida, poyabzalimni kiyib yurganimda, soat 23:3 da Pansionatga borishga tayyorgarlik ko'rayotganda, xo'jayin mendan jiddiy so'radi.

"AB imtihonlaringiz qachon

boshlanadi?" "Besh kundan keyin,

janob."

"Men umid siz bor ichida tayyorlik uchun ularni."

Xavotirdan qotib, oyoq kiyimimni havoga ko'tardim. "Janob", deb e'tiroz bildirdim men, "kunlarim professorlar bilan emas, balki siz bilan qanday o'tganini bilasiz. Qanday qilib o'sha qiyin finalga chiqib, fars ko'rsatishim mumkin?"

Shri Yuktesvarning nigohi men tomonga o'tkir tikildi. "Siz kelishingiz kerak." Uning ohangi sovuq va qat'iyatli edi. "Biz otangiz va boshqa qarindoshlaringizning ashram hayotiga bo'lgan qiziqishingizni tanqid qilishlariga sabab bermasligimiz kerak. Shunchaki imtihonlarda hozir bo'lishingizga va'da bering; ularga qo'lingizdan kelganicha javob bering."

Yuzimdan nazoratsiz ko'z yoshlar oqardi. Ustozning buyrug'i asossiz va uning qiziqishi, eng kamida, kechikkandek tuyuldi.

— Agar xohlasangiz, men ham boraman, — dedim yig'i orasida. — Lekin to'g'ri tayyorgarlik ko'rish uchun vaqt qolmadi. — Nafasimni tiyib pichirladim: — Savollarga javoban varaqlarni sizning ta'limotlaringiz bilan to'ldiraman !

Ertasi kuni odatdagi vaqtida ziyoratgohga kirganimda, guldastamni ma'lum bir motamli tantanali ravishda taqdim etdim. Shri Yuktesvar mening g'amgin kayfiyatimga kuldi.

"Mukunda, Xudo sizni biron bir imtihonda yoki boshqa joyda

umidsizlikka uchratganmi?" "Yo'q, janob", deb iliq javob berdim.

Minnatdor xotiralar jonlantiruvchi selda paydo bo'ldi.

"Dangasalik emas, balki Xudoga bo'lgan g'ayrat sizni oliy o'quv yurtlariga kirishga undadi", dedi mening ustozim mehr bilan. Bir oz sukutdan so'ng, u shunday dedi: "Avvalo Xudoning Shohligini va Uning adolatini izlanglar; shunda bularning barchasi sizga qo'shimcha qilinadi." **23-4**

Minginchi marta Ustoz huzurida yukim yengillashganini his qildim. Ertalabki tushlikni tugatgandan so'ng, u menga Panthiga qaytishni taklif *qildi* .

"Do'stingiz Romesh Chandra Dutt hali ham sizning

pansionatingizda yashaydimi?" "Ha, janob."

"Oling ichida teginish bilan uni; ... Lord vasiyatnoma ilhomlantirmoq uni ga yordam siz bilan ... imtihonlar."

"Juda yaxshi, janob; lekin Romesh juda band. U bizning sinfimizdagi sharaflı odam va boshqalarga qaraganda og'irroq yo'lni bosib o'tadi."

Usta qo'l silkitdi chetga mening e'tirozlar. "Romesh vasiyatnoma topish vaqt uchun siz. Hozir ket."

Men Pantiga velosipedda qaytib keldim . Pansionat hududida uchratgan birinchi odamim olim Romesh edi. Go'yo uning kunlari juda bo'sh bo'lgandek, u mening ikkilanib turgan iltimosimga rozi bo'ldi.

"Albatta; Men sizning xizmatingizdaman." U o'sha kuni tushdan keyin va keyingi kunlarda bir necha soatni menga turli fanlar bo'yicha murabbiylik qilishga sarfladi.

"Menimcha, ingliz adabiyotidagi ko'plab savollar Childe Haroldning yo'lida markazlashadi", dedi u menga. "Biz darhol atlas yaratishimiz kerak."

Men Sarada amakimning uyiga shoshilib bordim va atlas oldim. Romesh Bayronning romantik sayohatchisi tashrif buyurgan joylarni Yevropa xaritasida belgilab qo'ygan edi.

A bir nechta sinfdoshlar bor edi yig'ilgan atrofida ga tinglang ga ... repetitorlik. "Romesh bu maslahat berish "Siz noto'g'ri qildingiz", deb izoh berdi ulardan biri menga sessiya oxirida. "Odatda savollarning atigi ellik foizi kitoblar haqida; qolgan yarmi mualliflarning hayoti bilan bog'liq bo'ladi."

Ertasi kuni ingliz adabiyoti fanidan imtihon topshirganimda, savollarga birinchi qarashim minnatdorchilik ko'z yoshlarimga to'kildi va qog'ozimni ho'l qildi. Sinf monitori stolimga kelib, hamdardlik bilan so'radi.

— Ustozim Romesh menga yordam berishini bashorat qilgan edi, — deb tushuntirdim men. — Qarang; Romesh menga aytib bergan savollarning o'zi imtihon varag'ida! Yaxshiyamki, ular juda kam. Bu yilgi savollar, mening fikrimcha, hayoti chuqur sirlarga botgan ingliz yozuvchilariga qaratilgan !"

Qaytib kelganimda pansionatim shovqin-suron ichida edi. Meni masxara qilgan bolalar Romeshning murabbiylik usuli menga hayrat bilan qaradi, tabriklar bilan deyarli kar bo'lib qoldi. Imtihonlar haftasida men Romesh bilan ko'p soatlar o'tkazdim, u professorlar tomonidan berilishi mumkin deb o'ylagan savollarni tuzdi. Kun sayin Romeshning savollari imtihon varaqalarida deyarli bir xil shaklda paydo bo'laverdi.

Kollejda mo''jizaga o'xshash narsa sodir bo'layotgani va beparvo "Telba rohib"ning muvaffaqiyatga erishishi ehtimoli borligi haqidagi xabar keng tarqaldi. Men ishning faktlarini yashirishga urinmadim. Mahalliy professorlar Kalkutta universiteti tomonidan tashkil etilgan savollarni o'zgartirishga ojiz edilar.

Ingliz adabiyoti fanidan imtihonni o'ylab, bir kuni ertalab jiddiy xatoga yo'l qo'yganimni angladim. Savollarning bir qismi A yoki B va C yoki D qismlariga bo'lingan edi. Har bir qismdan bitta savolga javob berish o'rniga, I guruhdagi ikkala savolga ham beparvolik bilan javob berdim va II guruhdagi hech narsani hisobga

olmadim. Bunda to'plashim mumkin bo'lgan eng yaxshi ball imtihon 33 ball olardi, bu 36 balldan uch baravar kam. Men yugurib borib, muammolarimni ustozga aytdim .

"Janob, men kechirib bo'lmaydigan xatoga yo'l qo'ydim. Men Romesh orqali ilohiy marhamatlarga loyiq emasman; Men mutlaqo noloyiqman.

— Dadil bo'l, Mukunda. — Shri Yuktesvarning ohangi yengil va beparvo edi. U osmonning moviy gumbaziga ishora qildi. — Quyosh va oyning fazoda o'z o'rnini almashtirishi, sizning diplomingizni ololmaganingizdan ko'ra, ehtimol ko'proq!

Men ziyoratgohni xotirjamroq kayfiyatda tark etdim, garchi matematik jihatdan buni tasavvur qilib bo'lmaydigandek tuyulsa ham. Men o'tib ketishim mumkin edi. Bir-ikki marta xavotir bilan osmonga qaradim; Kunduz Xo'jayini odatdagi orbitasida mahkam langar tashlaganga o'xshardi!

Pantiga yetib borganimda, sinfdoshimning gapini eshitdim: "Men hozirgina bildimki, bu yil birinchi marta ingliz adabiyotidan o'tish balli tushirilgan".

Men kirdi ... o'g'il bolalarnikidir xona bilan shunday tezlik bu u qaradi yuqoriga ichida signal. Men so'roq qilingan uni ishtiyoq bilan.

— Uzun sochli rohib, — dedi u kulib, — nega bunchalik to'satdan scholastik masalalarga qiziqish paydo bo'ldi? Nega o'n birinchi soatda yig'lash kerak? Lekin o'tish balli endigina 33 ballga tushirilgani rost.

Bir nechta quvonchli sakrashlar meni o'z xonamga olib kirdi, u yerda tiz cho'kib, Ilohiy Otamning matematik mukammalligini maqtadim.

Har kuni meni Romesh orqali yo'naltirayotganini aniq his qilgan ruhiy mavjudlik ongidan hayajonlanardim. Bengal tilidagi imtihon bilan bog'liq muhim bir voqea yuz berdi. Bu mavzuga unchalik to'xtalmagan Romesh, bir kuni ertalab imtihon zaliga ketayotganimda, yotoqxonadan chiqib ketayotganimda menga qo'ng'iroq qildi.

— Romesh seni chaqirib baqiryapti, — dedi sinfdoshim menga sabrsizlik bilan. — Qaytma; biz yo'lakka kechikamiz.

E'tibor bermaslik ... maslahat, Men yugurdi orqaga ga ... uy.

"Bengal tili imtihonidan odatda bizning bengal yigitlarimiz osongina o'tishadi", dedi menga Romesh. "Lekin men hozirgina taxmin qildimki, bu yil professorlar qadimgi adabiyotimizdan savollar berish orqali talabalarni qirib tashlashni rejalashtirishgan." Keyin do'stim taniqli xayriyachi Vidyasagarning hayotidan ikkita hikoyani qisqacha bayon qildi.

Men Romeshga minnatdorchilik bildirdim va tezda kollej zaliga velosipedda bordim. Bengal tilidagi imtihon varag'i ikki qismdan iborat bo'lib chiqdi. Birinchi ko'rsatma: "Vidyasagarning xayriya ishlaridan ikkita misol yozing". Yaqinda o'rgangan rivoyatlarimni qog'ozga o'tkazayotganimda, Romeshning so'nggi daqiqadagi chaqirig'iga quloq solganim uchun bir nechta minnatdorchilik so'zlarini pichirladim.

Agar men Vidyasagarning insoniyatga (shu jumladan, oxir-oqibat o'zimga) qilgan yaxshiliklaridan bexabar bo'lganimda, Bengal tili imtihonidan o'ta olmagan bo'lardim. Agar bitta fandan yiqilsam, keyingi yili barcha fanlardan yana imtihon topshirishga majbur bo'lardim. Bunday istiqbol tushunarli darajada jirkanch edi.

Varaqdagi ikkinchi ko'rsatma shunday edi: "Sizni eng ko'p ilhomlantirgan insonning hayoti haqida bengal tilida insho yozing." Hurmatli o'quvchi, men sizga mavzuim uchun qaysi insonni tanlaganimni aytishim shart emas. Men ustozimni maqtab, sahifalarni ketma-ket varaqladim, ming'irlagan bashoratim amalga oshishini anglab jilmayib qo'ydim: "Men varaqlarni sizning ta'limotlaringiz bilan to'ldiraman!"

Men Romeshdan falsafa bo'yicha kursim haqida so'rashga moyil emas edim. Shri Yuktesvar qo'l ostida uzoq vaqt davomida olgan bilimlarimga ishonib, darslikdagi tushuntirishlarni beparvolik bilan e'tiborsiz qoldirdim. Mening barcha ishlarimga berilgan eng yuqori ball falsafa bo'yicha berilgan ball edi. Boshqa barcha fanlardan olgan ballim esa o'tish ballidan deyarli farq qilmasdi.

Bu bu a zavq ga yozuv bu mening fidoyi do'st Romesh qabul qilindi uning o'z daraja *sperma maqtov*.

Bitiruv marosimida otam tabassumga to'lgan edi. "Mukunda, o'qishdan o'tasiz deb o'ylagandim", deb tan oldi u. "Siz o'z ustozingiz bilan juda ko'p vaqt o'tkazasiz." Ustoz haqiqatan ham otamning aytilmagan tanqidini to'g'ri payqagan edi.

Yillar davomida ismimdan keyin AB paydo bo'ladigan kunni ko'rishimga amin emas edim. Men bu unvonni kamdan-kam hollarda ilohiy sovg'a ekanligini, menga biroz noaniq sabablarga ko'ra berilganini eslamasdan ishlataman. Ba'zan kollej talabalarining bitiruvdan keyin ular bilan juda oz bilim qolganini aytishlarini eshitaman. Bu qabul mening shubhasiz akademik kamchiliklarim uchun menga biroz tasalli beradi.

Kalkutta universitetidan diplom olgan kunim, men ustozimning oyoqlariga tiz cho'kib, uning hayotidan mening hayotimga oqib kelayotgan barcha ne'matlar uchun unga minnatdorchilik bildirdim.

— Tur, Mukunda, — dedi u mehr bilan. — Xudo seni shunchaki qulayroq qildi. quyosh va oyni qayta tartiblashdan ko'ra bitiruvchi!

23-1 : Men kerak qil Professor Goshal ... adolat ning tan olish bu ... taranglashgan munosabatlar orasida bizni edi emas tufayli ga har qanday xato ning uning, lekin faqat ga mening yo'qliklar dan sinflar va beparvolik ichida ularni. Professor Goshal edi, va bu, a Keng falsafiy bilimga ega ajoyib notiq. Keyingi yillarda biz samimiy tushunchaga keldik...

23-2 : Garchi mening amakivachcha va Men ega bo'lish ... bir xil oila ism ning Ghosh, Prabhalar bor ko'nikib qolgan o'zi ga uning ismini ingliz tilida Ghose deb transliteratsiya qilyapman; shuning uchun men bu yerda uning o'z imlosiga amal qilaman.

23-3 : A shogird har doim olib tashlaydi uning poyabzal ichida bir

hind 23-4 : *Matto* 6:33.

Men Bo'lmoq A Rohib Ning The Swami Buyurtma

"Ustoz, otam Bengal-Nagpur temir yo'lida rahbarlik lavozimini qabul qilishimni juda xohlardi. Lekin men buni qat'iyon rad etdim." Umid bilan qo'shimcha qildim: "Janob, meni Svami ordenining rohibi qilib qo'ymaysizmi?" Men guruga yolvorib qaradim. Oldingi yillarda, mening qat'iyatimning chuqurligini sinash uchun u shu iltimosni rad etgan edi. Biroq, bugun u xushmuomalalik bilan jilmaydi.

"Juda yaxshi; ertaga men seni suzish amaliyotiga taklif qilaman." U jimgina davom etdi: "Rohib bo'lish istagingda davom etganingizdan xursandman. Lahiri Mahasaya tez-tez: "Agar Xudoni yozgi mehmoning bo'lishga taklif qilmasang, U hayotingning qishida kelmaydi", der edi.

"Hurmatli ustoz, men sizning hurmatli shaxsingiz kabi Swami ordeniga mansub bo'lish maqsadimdan hech qachon ikkilanmayman." Men unga cheksiz mehr bilan jilmayib qo'ydim.

"Uylanmagan kishi Rabbimizga tegishli narsalar haqida qayg'uradi, qanday qilib Rabbimizni rozi qilish mumkinligi haqida; uylangan kishi esa xotinini qanday rozi qilish haqida dunyoviy ishlar haqida qayg'uradi." **24-1** Men ma'lum bir ruhiy tarbiyadan o'tib, keyin turmushga chiqqan ko'plab do'stlarimning hayotini tahlil qildim. Dunyoviy mas'uliyatlar dengiziga tushib, ular chuqur mulohaza yuritish qarorlarini unutishgan edi.

Xudoga hayotda ikkinchi darajali o'rin berish, men uchun tasavvur qilib bo'lmaydigan narsa edi. U kosmosning yagona egasi bo'lsa-da, bizga hayotdan hayotga in'omlar berib tursa-da, Unga tegishli bo'lmagan va har bir inson qalbi uni yashirishga yoki berishga qodir bo'lgan bitta narsa qolmoqda - bu inson sevgisi. Yaratuvchi, yaratilishning har bir atomida O'zining borligini sir bilan qoplash uchun cheksiz kuch sarflab, faqat bitta sababga ega bo'lishi mumkin edi - odamlar Uni faqat erkin iroda orqali izlashlari kerak bo'lgan nozik istak. U har qanday kamtarlikning baxmal qo'lqopi bilan qudratlilikning temir qo'lini yopmagan!

Ertasi kuni hayotimdagi eng unutilmas kunlardan biri bo'ldi. Esimda, 1914-yil iyul oyida, kollejni bitirganimdan bir necha hafta o'tgach, quyoshli payshanba edi. Ichki balkonda Serampore monastirida usta yangi oq ipak bo'lagini Swami ordenining an'anaviy rangi bo'lgan oxra bo'yog'iga botirdi. Mato quriganidan so'ng, gurum uni menga voz kechganlarning xalatini o'rab qo'ydi.

"Bir kuni siz ipak afzal ko'riladigan G'arbgacha borasiz", dedi u. "Ramz sifatida men siz uchun odatiy paxta o'rniga shu ipak materialini tanladim."

Hindistonda rohiblar qashshoqlik idealini qabul qilgan holda, ipak kiygan svami g'ayrioddiy manzara hisoblanadi. Biroq, ko'plab yogilar ipakdan tikilgan kiyimlar kiyishadi, bu esa ma'lum nozik tana oqimlarini paxtadan ko'ra yaxshiroq saqlaydi.

"Men ertalab nafratlanadigan ga marosimlar," Shri Yuktesvar ta'kidladi. "Men vasiyatnoma yasash siz a swami ichida ... *bid'at*

(marosimsiz) uslub."

Bibidisa yoki svamichilikka chuqur kirishish marosimi olov yoqish marosimini o'z ichiga oladi, bu marosim davomida ramziy dafn marosimlari o'tkaziladi. Shogirdning jismoniy tanasi o'lik holda tasvirlanadi, donolik alangasida kuydiriladi. Keyin yangi yaratilgan svamiga "Bu *atma* Brahma" kabi qo'shiq aytiladi . **24-2** yoki "Sen o'shasan" yoki "Men Uman." Biroq, Shri Yuktesvar soddalikni sevgani uchun barcha rasmiy marosimlardan voz kechdi va shunchaki mendan yangi ism tanlashimni so'radi.

"Men vasiyatnoma berish siz ... imtiyoz ning tanlash uni o'zing," u dedi, jilmayib.

"Yogananda", deb javob berdim men bir oz o'ylab. Bu nom tom ma'noda " ilohiy birlik (*yoga*) orqali baxt (*ananda*) " degan ma'noni anglatadi.

"Shunday bo'lsin. Mukunda Lal Ghosh familiyangizdan voz kechsangiz, bundan buyon siz Swami ordenining Giri bo'limidan Yogananda deb atalasiz."

Shri Yuktesvar oldida tiz cho'kib, uning mening yangi ismimni birinchi marta talaffuz qilishini eshitganimda, yuragim minnatdorchilikka to'ldi. U qanchalik mehr va tinimsiz mehnat qilgan ediki, bola Mukunda bir kun rohib Yoganandaga aylanishi uchun! Men Lord Shankaraning uzun sanskrit qo'shig'idan bir nechta misralarni quvonch bilan kuyladim:

"Aql ham, aql ham, ego ham, tuyg'u ham;
Men osmon ham, yer ham, metal ham
emasman."
Men Uman, Men Uman, Muborak Ruh, Men Uman!
Tug'ilish ham, o'lim ham, kasta ham yo'q;
Otam, onam yo'q.
Men Uman, Men Uman, Muborak Ruh, Men Uman!
Xayol parvozlaridan tashqari, shaklsizman,
Barcha hayot a'zolariga kirib boraman;
Men qullikdan qo'rqmayman; Men ozodman, doim
ozodman, Men Uman, Men Uman, Muborak Ruh,
Men Uman!"

Har bir svami Shankara tomonidan hozirgi shaklida tashkil etilgan qadimgi monastir tartibiga tegishli. **24-3** Bu rasmiy orden bo'lgani uchun, avliyolarning uzluksiz vakillari faol yetakchilar sifatida xizmat qilganligi sababli, hech kim o'ziga svami unvonini bera olmaydi. U haqli ravishda uni faqat boshqa svamidan oladi; shuning uchun barcha rohiblar o'zlarining ma'naviy nasablarini bitta umumiy guru,

Lord Shankaraga bog'laydilar. Qashshoqlik, iffat va ma'naviy ustozga itoatkorlik qasamyodi bilan ko'plab katolik xristian monastir ordenlari Svamilar ordeniga o'xshaydi.

ananda bilan tugaydigan yangi ismidan tashqari , svami Swami ordenining o'nta bo'linmasidan biri bilan rasmiy aloqasini ko'rsatadigan unvonga ega. Bu *dasanamilar* yoki

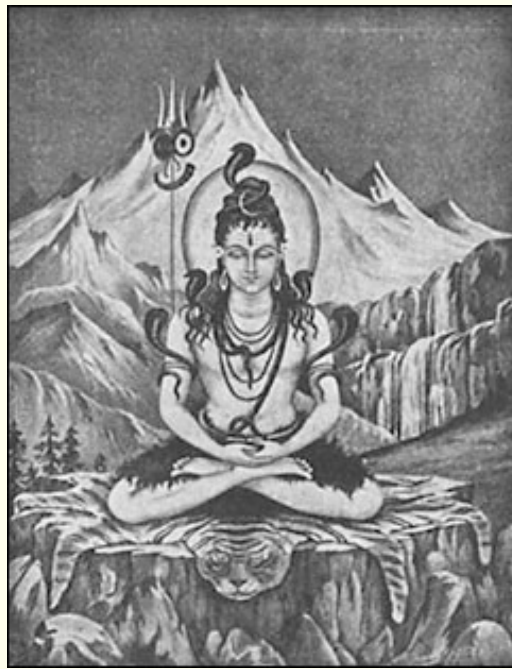
O'nta agnomenga Shri Yuktesvar va shuning uchun men tegishli bo'lgan *Giri* (tog') kiradi. Boshqa tarmoqlar qatorida *Sagar* (dengiz), *Bharati* (quruqlik), *Aranya* (o'rmon), *Puri* (yo'l), *Tirtha* (ziyoratgoh) va *Sarasvati* (tabiat donoligi) bor.

Shunday qilib, svami tomonidan qabul qilingan yangi nom ikki tomonlama ahamiyatga ega va oliy saodatga (*ananda*) ilohiy sifat yoki holat - sevgi, donolik, sadoqat, xizmat, yoga orqali va tabiat bilan uyg'unlik orqali erishishni anglatadi, bu uning cheksiz okeanlar, tog'lar va osmonlarda ifodalangan.

Butun insoniyatga fidoyi xizmat qilish va shaxsiy aloqalar va ambitsiyalardan voz kechish ideali ko'pchilik svamilarni Hindistonda yoki vaqti-vaqti bilan xorijiy mamlakatlarda gumanitar va ta'lim ishlarida faol ishtirok etishga undaydi. Kasta, e'tiqod, sinf, rang, jins yoki irqning barcha xurofotlarini e'tiborsiz qoldirib, svami insoniy birodarlik qoidalariga amal qiladi. Uning maqsadi Ruh bilan mutlaq birlikdir. U uyg'oq va uxlab yotgan ongini "Men Uman" degan fikr bilan singdirib, dunyoda mamnun holda kezadi, lekin undan emas. Shunday qilib, u o'zining svami unvonini oqlashi mumkin - birlashishga intiladigan kishi. Swa yoki O'z-o'zidan. Shuni qo'shimcha qilish kerakki, rasman unvonga ega bo'lgan barcha svamilar ham o'zlarining yuqori maqsadlariga erishishda bir xil darajada muvaffaqiyatli emaslar .

Shri Yuktesvar ham svami, ham yogi edi. Qadimgi tartib bilan aloqasi tufayli rohib bo'lgan svami har doim ham yogi emas. Xudo bilan aloqa qilishning ilmiy usulini qo'llaydigan har bir kishi yogi hisoblanadi; u uylangan yoki turmushga chiqmagan, dunyoviy odam yoki rasmiy diniy aloqalarga ega bo'lishi mumkin. Svami faqat quruq mulohaza, sovuqqonlik yo'lidan borishi mumkin. voz kechish; lekin yogi o'zini tana va ongni tartibga keltiradigan va ruhni ozod qiladigan aniq, bosqichma-bosqich protsedura bilan shug'ullanadi. Hissiy asosda yoki imon orqali hech narsani qadrlamagan holda, yogi dastlabki rishilar tomonidan birinchi marta tuzilgan puxta sinovdan o'tgan mashqlar seriyasini bajaradi. Yoga Hindistonning har bir davrida chinakam ozod, chinakam yogi-masihlarga aylangan odamlarni yetishtirgan.

Boshqa har qanday fan singari, yoga ham har qanday iqlim va davrdagi odamlarga tegishli. Ba'zi johil yozuvchilar tomonidan yoga "g'arbliklar uchun yaroqsiz" degan nazariya butunlay yolg'on va afsuski, ko'plab samimiy talabalarning uning ko'p qirrali ne'matlarini izlashiga to'sqinlik qildi. Yoga - bu fikrlarning tabiiy notinchligini jilovlash usuli bo'lib, aks holda bu xolisona to'sqinlik qiladi. barcha odamlar, barcha mamlakatlardan, o'zlarining asl Ruhiy tabiatini ko'rishdan qochishadi. Yoga hech qanday to'siqni bila olmaydi Sharq va G'arb quyoshning shifobaxsh va adolatli nuridan ham ko'proq narsani anglatadi. Inson o'zining notinch fikrlari bilan ongga ega ekan, yoga yoki nazoratga bo'lgan universal ehtiyoj shunchalik uzoq davom etadi.



"by B. K. Mitra ichida "Kalyana- Kalpatur-

THE Xudovand IN Uning ASPECT AS SHIVA

Krishna kabi tarixiy shaxs bo'lmagan Shiva Xudoga uch karra tabiatining so'nggi jihatida (Yaratuvchi-Saqlovchi-Vayron qiluvchi) berilgan ismdir. *Mayya* yoki xayolning yo'q qiluvchisi Shiva, Muqaddas Yozuvlarda ramziy ma'noda Yog'larning Shohi, Radd etuvchilar Rabbi sifatida tasvirlangan. Hindu san'atida U har doim sochlarida yangi oy bilan va yovuzlikning yengilishi va mukammal donolikning qadimiy ramzi bo'lgan kapshonli ilonlar gulchambarini taqib olgan holda tasvirlangan. Hamma narsani biluvchi "yagona" ko'z Uning peshonasida ochiq.

Qadimgi rishi Patanjali "yoga" ni "ong tebranishlarini boshqarish" deb ta'riflaydi.

24-4 Uning juda qisqa va mohirona bayonlari, *Yoga Sutralari*, hind falsafasining oltita tizimidan birini tashkil qiladi. **24-5** G'arb falsafalaridan farqli o'laroq, oltita hind tizimining barchasi nafaqat nazariy, balki amaliy ta'limotlarni ham o'zida mujassam etgan. Har bir tasavvur qilinadigan ontologik tadqiqotlarga qo'shimcha ravishda, oltita tizim azob-uqubatlarni butunlay yo'q qilishga qaratilgan oltita aniq fanni shakllantiradi. abadiy baxtga erishish.

Oltita tizimning barchasini bog'laydigan umumiy nuqta - bu inson uchun haqiqiy erkinlikning asl haqiqatni bilmasdan mumkin emasligi haqidagi bayonotdir. Keyingi *Upanishadlar oltita tizim orasida Yoga Sutralarini haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri idrok etishning eng samarali usullarini o'z ichiga olgan deb* ta'kidlaydilar. Yoga amaliy texnikalari orqali inson spekulatsiyaning bepusht olamlarini abadiy tark etadi va haqiqiy mohiyatni tajribada anglaydi.

Yoga *tizimi* Sakkiz Yo'l sifatida tanilgan. Dastlabki qadamlar, (1) *yama* va (2) *niyama*,

o'nta salbiy va ijobiy axloq qoidalariga rioya qilishni talab qiladi - boshqalarga zarar yetkazishdan, yolg'onchilikdan, o'g'irlikdan, siydikni ushlab turmaslikdan, sovg'a olishdan (bu majburiyatlarni keltirib chiqaradi) qochish; va tana va ong pokligi, qanoat, o'zini tuta bilish, o'rganish va Xudoga sadoqat.

Keyingi qadamlar: (3) *asana* (to'g'ri holat); umurtqa pog'onasi to'g'ri ushlab turilishi va tana meditatsiya uchun qulay holatda mustahkam bo'lishi kerak; (4) *pranayama* (*pranani* boshqarish , nozik hayot oqimlari); va (5) *pratyahara* (sezgilarni tashqi narsalardan uzoqlashtirish).

Oxirgi bosqichlar yoganing asl shakllari: (6) *dharana* (diqqatni jamlash); ongni bitta fikrga qaratish; (7) *dhyana* (meditatsiya) va (8) *samadhi* (o'ta ongli idrok). Bu Yoganing Sakkiz Yo'li **24-6. bu esa** *Kaivalya* (*Mutlaqlik*) ning yakuniy maqsadiga olib keladi , bu atamani yanada tushunarliroq tarzda "barcha intellektual idrokdan tashqaridagi Haqiqatni anglash " deb ta'riflash mumkin.

"Qaysi biri buyukroq", deb so'rash mumkin, "svami yoki yogi?" Agar Xudo bilan yakuniy birlikka erishilganda, turli yo'llarning farqlari yo'qoladi. Biroq, *Bhagavad Gita* yoga usullari hamma narsani qamrab olishini ta'kidlaydi. Uning texnikasi faqat monastir hayotiga moyil bo'lganlar kabi ma'lum turlar va temperamentlar uchun mo'ljallanmagan; yoga rasmiy sadoqatni talab qilmaydi. Yoga fani universal ehtiyojni qondirgani uchun, u tabiiy universal qo'llanilishga ega.

Haqiqiy yogi dunyoda itoatkorlik bilan qolishi mumkin; u yerda u suv ustidagi sariyog' kabi, oson suyultiriladigan va tartibsiz insoniyat suti kabi emas. O'zining yer yuzidagi majburiyatlarini bajarish, agar yogi xudbin istaklarga aqliy aloqasi bo'lmasa, Xudoning ixtiyoriy vositasi sifatida o'z rolini o'ynasa, haqiqatan ham oliy yo'ldir.

Bugungi kunda Amerika, Yevropa yoki boshqa hindu bo'lmagan tanalarda yashovchi bir qator buyuk ruhlar bor, ular hech qachon "*yogi*" va "*svami*" so'zlarini *eshitmagan bo'lishlari mumkin* , ammo baribir bu atamalarning haqiqiy namunalari hisoblanadi. Insoniyatga befarq xizmat qilishlari, ehtirosalar va fikrlar ustidan hukmronlik qilishlari, Xudoga bo'lgan yagona qalb sevgilari yoki diqqatni jamlashning buyuk kuchlari orqali ular ma'lum ma'noda yogislardir; ular o'zlariga yoga - o'zini o'zi boshqarish maqsadini qo'yganlar. nazorat. Agar bu odamlarga yoga haqidagi aniq ilm-fan o'rgatilsa, bu yanada yuksak cho'qqilarga ko'tarilishlari mumkin edi, bu esa inson ongi va hayotini yanada ongli ravishda yo'naltirishga imkon beradi.

Yoga ba'zi G'arb yozuvchilari tomonidan yuzaki noto'g'ri tushunilgan, ammo uning tanqidchilari hech qachon noto'g'ri tushunishgan. uning amaliyotchilar. orasida ko'p o'ychan hurmat bajo keltirish ga yoga may bo'lish tilga olingan bitta tomonidan Doktor C.

G. Jung, ... mashhur Shveytsariya psixolog.

"Diniy usul o'zini "ilmiy" deb ko'rsatganda, u G'arbdagi jamoatchilik tomonidan ishonch bilan qabul qilinishi mumkin. Yoga bu umidni oqlaydi", deb yozadi doktor Yung. **24-7** "Yangilikning jozibasi va yarim tushunilganlarning jozibasidan tashqari, Yoga uchun ko'plab izdoshlar bo'lishi uchun yaxshi sabablar bor." Bu boshqariladigan tajriba imkoniyatini taqdim etadi va shu tariqa "faktlar"ga bo'lgan ilmiy ehtiyojni qondiradi va bundan tashqari, hayotning har bir bosqichini o'z ichiga

olgan kengligi va chuqurligi, hurmatli yoshi, ta'limoti va usuli tufayli u orzu qilinmagan imkoniyatlarni va'da qiladi.

"Har bir diniy yoki falsafiy amaliyot psixologik intizomni, ya'ni ruhiy gigiena usulini anglatadi. Yoga **24-8 ning ko'p qirrali, sof jismoniy protseduralari.** shuningdek, oddiy gimnastika va nafas olish mashqlaridan ustun bo'lgan fiziologik gigienani ham anglatadi, chunki u nafaqat mexanik va ilmiy, balki falsafiy hamdir; tana a'zolarini mashq qilishda u

birlashtiradi ularni bilan ... butun ning ... ruh, sifatida bu juda aniq, uchun misol, ichida ... *Pranayama*

mashqlar qayerda *Prana* bu ikkalasi ham ... nafas va ... universal dinamika ning ... kosmos.

"Inson qilayotgan ish kosmik hodisa bo'lganda, tanada boshdan kechiriladigan ta'sir (innervatsiya) ruhning hissiyoti (umumiy g'oya) bilan birlashadi va bundan hech qanday texnika, qanchalik ilmiy bo'lmasin, yarata olmaydigan jonli birlik paydo bo'ladi. Yoga amaliyotini tasavvur qilib bo'lmaydi va Yoga asoslangan tushunchalarsiz samarasiz bo'ladi. U jismoniy va ma'naviyini bir-biri bilan nihoyatda to'liq birlashtiradi."

"Sharqda, bu g'oyalar va amaliyotlar rivojlangan joyda va bir necha ming yillar davomida Yillar davomida uzluksiz an'ana zarur ma'naviy poydevorlarni yaratdi, men ishonganimdek, yoga tana va ongni birlashtirishning mukammal va mos usuli bo'lib, ular shubha ostiga qo'yilishi qiyin bo'lgan birlikni hosil qiladi. Bu birlik ongdan tashqariga chiqadigan sezgilarni yaratishga imkon beradigan psixologik kayfiyatni yaratadi.

G'arb kuni haqiqatan ham yaqinlashib kelmoqda, o'zini tuta bilishning ichki ilmi tabiatni tashqi zabt etish kabi zarur deb topiladi. Bu yangi Atom davri odamlarning ongini materiya aslida energiya kontsentratsiyasi ekanligi haqidagi ilmiy jihatdan shubhasiz haqiqat bilan uyg'otadi va kengaytiradi. Inson ongining nozik kuchlari toshlar va metallardagi energiyalardan kattaroq energiyalarni ozod qilishi mumkin va ozod qilishi kerak, aks holda yangi qo'yib yuborilgan moddiy atom giganti dunyoga aqlsiz halokat bilan hujum qilmasin. **24-9**

24-1 : Men *Korinfliklar* 7:32-33 .

24-2 : So'zma-so'z, "Bu jon bu Ruh." The Oliy Ruh, ... Yaratilmagan, bu butunlay shartsiz (*neti, neti* emas bu, unday emas), lekin *Vedantada ko'pincha Sat-Chit-Ananda* , ya'ni Borliq-Aql-Baxt deb ataladi .

24-3 Ba'zan Shankaracharya deb ataladi. *Acharya* "diniy ustoz" degan ma'noni anglatadi. Shankaraning sanasi odatiy sxolastika markazidir. nizo. A bir nechta yozuvlar ko'rsatmoq bu ... tengsiz monist yashagan dan 510 ga 478 Miloddan avvalgi; G'arbiy tarixchilar uni milodiy sakkizinchi asrning oxirlariga tayinlang. Shankaraning *Brahma Sutralarining* mashhur ta'rifiga qiziqqan o'quvchilar doktor Pol Deussenning "*Vedanta tizimi*" (Chikago: Open Court Publishing Company) asarida ingliz tiliga puxta tarjimasini topadilar . 1912). Qisqa ekstraktlar dan uning yozuvlar vasiyatnoma bo'lish topildi ichida *Tanlangan Asarlar Ning Shri Shankaracharya* (Natesan & Co., Madras).

24-4 : "*Chitta vritti nirodha*"-*Yoga Sutra* Men:2. Patanjali's sana bu noma'lum, garchi a raqam ning olimlar joy uni ichida ikkinchi asr Miloddan avvalgi The rishilar berdi oldinga risolalar yoqilgan hammasi mavzular bilan shunday tushuncha bu asrlar ega bo'lish bo'lgan kuchsiz eskirgan holatga o'tish ularni; hali, ga ... keyingi vahima ning tarixchilar, ... donishmandlar qilingan yo'q harakat ga biriktirish ularning o'z sanalar va shaxslar ga ularning adabiy ishlaydi. Ular bilardi ularning hayotlar edilar faqat vaqtincha muhim sifatida miltillashlar ning ... buyuk cheksiz hayot; va bu haqiqat abadiydir, uni o'ziga xos qilib ko'rsatish imkonsiz va ularning shaxsiy mulki yo'q.

24-5 : The olti pravoslav tizimlar (*saddarsana*) bor *Sankhya, Yoga, Vedanta, Mimamsa, Nyaya, va Vaishesika* . O'quvchilar a ning ilmiy egilgan vasiyatnoma zavq ichida ... nozikliklar va keng ko'lam ning bular qadimgi formulalar sifatida umumlashtirilgan, ichida Ingliz tili, Professor Surendranath DasGuptaning "*Hindiston falsafasi tarixi*" , I jild (Kembrij universiteti nashriyoti, 1922).

24-6 : Yo'q ga bo'lish chalkash bilan ... "Olijanob Sakkiz karra Yo'l" ning Buddizm, a qo'llanma ga erkakning xulq-atvor ning hayot, sifatida ergashadi (1) O'ng Ideallar, (2) O'ng Sabab, (3) O'ng Nutq, (4) O'ng Harakat, (5) O'ng Vositalar ning Tirikchilik, (6) O'ng Harakat, (7) O'zini to'g'ri eslash, (8) To'g'ri anglash (*samadhi*).

24-7 : Doktor Jung qatnashdi ... hind Fan Kongress ichida 1937-yil va qabul qilindi bir faxriy daraja dan ... Universitet Kalkutta shahridan .

24-8 : Doktor Jung bu Bu yerga havola qilish ga *Xata Yoga* , a ixtisoslashgan filial ning tanaviy pozalar va texnikalar uchun sog'liq va

uzoq umr ko'rish. *Xata* bu foydali, va ishlab chiqaradi ajoyib jismoniy natijalar, lekin bu filial ning yoga bu kichik .ishlatilgan tomonidan yogilar ma'naviy ozodlikka intilgan

24-9 Platonning Atlantis haqidagi *Timay* hikoyasida u aholining ilmiy bilimlarining rivojlangan holati haqida hikoya qiladi. Yo'qolgan qit'a miloddan avvalgi 9500-yilda tabiat falokati tufayli yo'q bo'lib ketgan deb ishoniladi; ammo, ba'zi metafizik yozuvchilar, davlat bu ... Atlantaliklar edilar vayron qilingan sifatida a natija ning ularning noto'g'ri ishlatish ning atom kuch. Ikki Fransuzcha yozuvchilar yaqinda 1700 dan ortiq tarixiy va boshqa ma'lumotnomalarni ro'yxatga olgan *Atlantis bibliografiyasini* tuzdilar .

BOB: 25

Aka Ananta Va Opa Nalini

"Ananta qila olmaydi yashash; ... qumlar ning uning karma uchun bu hayot ega bo'lish yugurish tashqarida."

Bu so'zlar bir kuni ertalab chuqur mulohaza yuritib o'tirganimda ichki ongimga yetib bordi. Svami ordeniga kirganimdan ko'p o'tmay, akam Anantaning mehmoni sifatida tug'ilgan joyim Gorakhpurga tashrif buyurdim. To'satdan kasallik uni yotoqda yotishga majbur qildi; men uni mehr bilan parvarish qildim.

Tantanali ichki e'lon meni qayg'uga botirdi. Gorakhpurda uzoqroq qolishga chiday olmasligimni his qildim, ammo akamning ojiz nigohim oldida ko'rinib qoldi. Qarindoshlarimning tushunarsiz tanqidlari orasida Hindistondan birinchi bo'sh qayiqda jo'nab ketdim. U Birma va Xitoy dengizi bo'ylab Yaponiyaga yo'l oldi. Kobeda kemadan tushdim va u yerda atigi bir necha kun qoldim. Yuragim diqqatga sazovor joylarni tomosha qilishga juda og'ir edi.

Hindistonga qaytish safarida qayiq Shanxayga tegdi. U yerda kema shifokori doktor Misra meni bir nechta diqqatga sazovor joylar do'konlariga olib bordi, u yerdan men Shri Yuktesvar, oilam va do'stlarim uchun turli xil sovg'alar tanladim. Ananta uchun men katta o'yma bambuk buyumini sotib oldim. Xitoylik sotuvchi menga bambuk suvenirini berishi bilan men uni yerga tashlab yubordim va baqirdim: "Men buni aziz marhum akam uchun sotib oldim!"

Uning ruhi Cheksizlikda endigina ozod bo'layotganini aniq anglab yetdim. Suvenir qulashi bilan keskin va ramziy ma'noda yorilib ketdi; yig'i orasida bambuk yuzasiga shunday deb yozdim: "Mening sevimli Anantam uchun, endi yo'q".

Mening hamrohim, shifokor, bu jarayonlarni kinoyali tabassum bilan kuzatib turardi. "Ko'z yoshlaringizni saqlang", dedi u. "Uning o'lganiga amin bo'lmaguningizcha nega ularni to'kasiz?"

Qayiq Kalkuttaga yetib kelganida, doktor Misra yana menga hamrohlik qildi. Eng kichik ukam Bishnu meni dokda kutib olish uchun kutib turgan edi.

— Bilaman, Ananta bu hayotdan ko'z yumdi, — dedim Bishnuga, u gapirishga ulgurmasdan oldin. — Iltimos, menga va bu yerdagi shifokorga Ananta qachon vafot etganini aytib bering.

Bishnu nomlangan ... sana, qaysi edi ... juda kun bu Men bor edi sotib oldi ... suvenirilar ichida Shanxay.

— Mana qarang! — deb xitob qildi doktor Misra. — Bu haqda hech qanday gap-so'z tarqatmang! Professorlar tibbiyot kursiga bir yillik ruhiy telepatiyani o'rganishni qo'shishadi, bu allaqachon yetarlicha uzun!

Gurpar yo'lidagi uyimizga kirganimda otam meni iliq quchoqladi. "Keldingiz", dedi u mehr bilan. Ko'zlaridan ikkita katta yosh tomchiladi. Odatda, u hech qachon menga bunday mehr alomatlarini ko'rsatmagan edi. Tashqi ko'rinishida qabr otasi, ichkarida esa eriydigan yurak bor edi. ning a ona. Ichkarida hammasi uning muomalalar bilan ... oila, uning ikki tomonlama ota-onalar rol edi aniq namoyon bo'ladi.

Ananta vafotidan ko'p o'tmay, singlim Nalini ilohiy shifo orqali o'lim eshigidan qaytarildi. Hikoyani aytib berishdan oldin, men uning avvalgi hayotining bir necha bosqichlariga murojaat qilaman.

Nalini bilan mening bolalikdagi munosabatlarim unchalik baxtli bo'lmagan edi. Men juda ozg'in edim; u esa undan ham ozg'inroq edi. Psixiatrlar aniqlashda qiynaladigan ongsiz niyat yoki "murakkablik" tufayli men ko'pincha singlimni uning jasadli ko'rinishi bilan masxara qilardim. Uning javoblari ham o'ta yoshlikning shafqatsiz ochiqchasigaligi bilan bir xil darajada singib ketgan edi. Ba'zan onam aralashib, bolalarcha janjallarga vaqtincha chek qo'yardi, qulog'imga katta qulog'imdek yumshoq qilib qo'yardi.

Vaqt o'tdi; Nalini yosh Kalkutta shifokori Panchanon Bosega unashtirildi. U otasidan saxiy mahr oldi, ehtimol (opaga aytganimdek), buning evaziga... taqdiri uchun bo'lajak kuyov o'zini inson loviya tayoqchasi bilan ittifoq qilishda.

Batafsil ma'lumot nikoh marosimlar edilar nishonlangan ichida to'lash kerak vaqt. Yoqilgan ... to'y kecha, Men qo'shildi ... Kalkuttadagi uyimizning mehmonxonasida katta va xushchaqchaq qarindoshlar guruhi. Kuyov ulkan oltin brokadli yostiqa suyanib, yonida Nalini bor edi. Ajoyib binafsha ipak *sari* **25-1** afsuski, uning burchakliligini butunlay yashira olmadi. Men o'zimni yangi kiyimimning yostig'i orqasiga yashirindim. U Nalinini to'y marosimi kunigacha ko'rmagan edi, nihoyat nikoh lotereyasida nima yutishini bilganida.

Doktor Bose mening hamdardligimni his qilib, Naliniga beparvo ishora qildi va qulog'imga pichirladi: "Ayt-chi, bu nima?"

"Nima uchun, Doktor," Men javob berdi, "u bu a skelet uchun sizning kuzatish!"

Xursandchilikdan titrab ketgan qaynog'am bilan men yig'ilgan qarindoshlarimiz oldida odobli bo'lishga qiynaldik.

Yillar o'tishi bilan doktor Bose oilamizga mehr qo'ydi, ular har safar kasallik paydo bo'lganda unga murojaat qilishardi. U bilan men yaqin do'stlarga aylandik, ko'pincha hazillashardik, odatda Nalini bizning nishonimiz edi.

"Bu tibbiy qiziqish", dedi bir kuni qaynog'am menga. "Men sizning ozg'in opangizda hamma narsani sinab ko'rdim - treska jigari yog'i, sariyog', solod, asal, baliq, go'sht, tuxum, toniklar. Shunga qaramay, u hatto yuzdan bir dyuym ham bo'rtib chiqmaydi." Ikkalamiz ham kuldik.

Bir necha kundan keyin men Bosening uyiga bordim. U yerdagi topshirig'im atigi bir necha daqiqa davom etdi; men Nalini tomonidan sezdirmasdan ketayotgan edim deb o'yladim. Kirish eshigiga yetganimda, uning samimiy, ammo buyruq beruvchi ovozi eshitdim.

"Birodar, bu yoqqa kel. Bu safar menga yolg'on gapirmaysiz. Men siz bilan

gaplashmoqchiman." Men uning xonasiga zinapoyadan chiqdim. Ajablanarlisi

shundaki, u yig'lab yubordi.

— Aziz birodar, — dedi u, — keling, eski boltani ko'mib qo'yaylik. Ko'ryapmanki, oyoqlaringiz endi ma'naviy yo'lda mustahkam turibdi. Men har jihatdan sizga o'xshashni xohlayman. — U umid bilan qo'shimcha qildi: — Endi siz tashqi ko'rinishingizdan baquvvatsiz; menga yordam bera olasizmi? Erim menga yaqinlashmayapti va men uni juda yaxshi ko'raman!

Lekin men hali ham Xudoni anglashda taraqqiy etishni xohlayman, hatto **25-2 vaznda ozg'in bo'lishim kerak bo'lsa ham.** va yoqimsiz."

Uning iltimosi qalbimga chuqur ta'sir qildi. Bizning yangi do'stligimiz tobora rivojlanib bordi; bir kuni u mening shogirdim bo'lishni so'radi.

"Meni xohlagan yo'lingiz bilan o'rgating. Men toniklar o'rniga Xudoga ishonaman." U bir hovuch dori-darmonlarni yig'ib, tomning drenajiga quydi.

As a sinov ning uni iymon, Men so'radi uni ga qoldirib ketish dan uni parhez hammasi baliq, go'sht, va tuxum.

Nalini men belgilab bergan turli qoidalarga qat'iy rioya qilgan va ko'plab qiyinchiliklarga qaramay, vegetarian parheziga rioya qilgan bir necha oydan so'ng, men uni ziyorat qildim.

— Opa, siz ruhiy buyruqlarga vijdonan amal qilib kelyapsiz; mukofotingiz yaqin. — Men shafqatsiz jilmayib qo'ydim. — Siz qanchalik semiz bo'lishni xohlaysiz — yillar davomida oyoqlarini ko'rmagan xolamiz kabi semiz?

"Yo'q! Lekin Men uzoq ga bo'lish sifatida semiz sifatida siz bor."

Men tantanali ravishda javob berdim. "Xudoning marhamati bilan, men har doim haqiqatni gapirganim kabi, hozir ham haqiqatni gapiryapman. **25-3** Ilohiy marhamatlar tufayli tanangiz bugungi kundan boshlab haqiqatan ham o'zgaradi; bir oy ichida u mening vaznim bilan bir xil vaznga ega bo'ladi.

Yuragimdan chiqqan bu so'zlar amalga oshdi. O'ttiz kun ichida Nalinining vazni mening vaznimga tenglashdi. Yangi yumaloqlik unga go'zallik bag'ishladi; eri chuqur sevib qoldi. Ularning nikohi shunday boshlandi.

baxtsiz tarzda, o'girildi tashqarida ga bo'lish ideal holda baxtli.

Yaponiyadan qaytganimda, men yo'qligimda Nalini tif isitmasi bilan kasallanganini bildim. Men uning uyiga yugurdim va uni shunchaki skeletga aylangan holda ko'rib dahshatga tushdim. U komada edi.

"Uning xayoli kasallikdan chalkashib ketmasdan oldin," dedi menga qaynog'am, "u tez-tez: "Agar Mukunda aka bu yerda bo'lganida, men bunday ahvolda bo'lmasdim", derdi." U umidsizlik bilan qo'shimcha qildi: "Boshqa shifokorlar... va o'zim ko'rish yo'q umid. Qon dizenteriya bor to'plam ichida, keyin uni uzoq haqida bilan tif.

Men ibodatlarim bilan osmon va yerni siljita boshladim. Menga to'liq yordam bergan ingliz-hind hamshirasini yollab, singlimga turli xil yoga davolash usullarini qo'lladim. Qon dizenteriyasi yo'qoldi.

Lekin doktor Bose g'amginlik bilan bosh chayqadi. "Uning endi to'kadigan

qoni qolmadi." "U tuzalib ketadi", deb qat'iyat bilan javob berdim. "Yetti

kundan keyin uning isitmasi tushadi."

Bir hafta o'tgach, Nalini ko'zlarini ochib, menga mehr bilan qaraganini ko'rib juda xursand bo'ldim. O'sha kundan boshlab uning sog'ayish jarayoni tezlashdi. Garchi u odatdagi vazniga qaytgan bo'lsa-da, deyarli o'limga olib keladigan kasallikning achinarli izini qoldirdi: oyoqlari falaj bo'lib qolgan edi. Hind va ingliz mutaxassislari uni umidsiz nogiron deb e'lon qilishdi.

Uning hayoti uchun ibodat orqali olib borgan tinimsiz urush meni charchatgan edi. Men bordim Serampordan Shri Yuktesvardan yordam so'rash uchun. Men unga Nalinining ahvoli haqida gapirib berganimda, uning ko'zlarida chuqur hamdardlik ifodalangan edi.

— Singlingizning oyoqlari bir oy oxirida normal holatga keladi. — U qo'shimcha qildi: — U terisining yoniga teshigi yo'q ikki karatli marvaridli tasma taqib, qisqich bilan bog'lasin.

Men sajda qilgan o'zim da uning oyoqlar bilan quvonchli yengillik.

"Janob, siz ustasiz; uning sog'ayib ketishi haqidagi so'zingiz yetarli. Lekin agar siz turib olsangiz, men darhol unga marvarid olib beraman."

Ustozim bosh irg'adi. "Ha, shunday qil." U hech qachon ko'rmagan Nalinining jismoniy va ruhiy xususiyatlarini to'g'ri ta'riflab berdi.

"Janob," Men so'radi, "bu bu bir astrolojik tahlil? Siz qil emas bilish uni tug'ilish kun yoki soat."

Shri Yuktesvar jilmaydi. "Taqqimlar va soatlarning guvohligiga bog'liq bo'lmagan chuqurroq astrologiya mavjud. Har bir inson Yaratguvchining yoki Kosmik Insonning bir qismidir; uning samoviy tanasi ham, yer tanasi ham bor. Inson ko'zi jismoniy shaklni ko'radi, lekin ichki ko'z yanada chuqurroq kirib boradi, hatto har bir inson ajralmas va individual qism bo'lgan universal naqshga ham."

Men qaytib keldi ga Kalkutta va sotib olingan a marvarid uchun Nalini. A oy keyinroq, uni falaj bo'lgan oyoqlar edilar

butunlay sog'ayib ketdi.

Opam mendan ustozimga samimiy minnatdorchiligini yetkazishimni so'radi. U uning xabarini jimgina tingladi. Lekin men xayrlashayotganimda, u juda g'alati gap aytdi.

"Singlingizga ko'plab shifokorlar uning hech qachon farzand ko'ra olmasligini aytishgan. Unga bir necha yildan keyin ikkita qiz tug'ishiga ishontiring."

Ba'zilar yillar keyinroq, ga Nalini's quvonch, u burg'ulash a qiz, ergashdi ichida a bir nechta yillar tomonidan boshqa qizim.

"Ustozingiz bizning uyimizni, butun oilamizni duo qildi", dedi singlim. "Bunday odamning borligi butun Hindiston uchun muqaddaslikdir. Aziz birodar, iltimos, Shri Yuktesvarjiga aytingki, men siz orqali o'zimni uning *Kriya Yoga* shogirdlaridan biri deb bilaman."

.....
25-1 : The nafislik bilan parda bilan qoplangan kiyim ning hind ayollar.

25-2 : Chunki eng shaxslar ichida Hindiston bor yupqa, oqilona semizlik bu ko'rib chiqilgan juda orzu qilingan.

25-3 : The Hindu Muqaddas Kitoblar e'lon qilish bu ular JSSV odatiy ravishda gapirish ... haqiqat vasiyatnoma rivojlantirish ... kuch ning moddiylashtirish ularning so'zlari. Ular qalbdan aytgan amrlar hayotda amalga oshadi.

BOB: 26

The Fan Ning Kriya Yoga

Kriya Yoga ilmi zamonaviy Hindistonda mening guruning gurusu Lahiri Mahasaya vositasi orqali keng tanilgan. *Kriyaning sanskritcha ildizi kri , ya'ni qilmoq, harakat qilmoq va reaksiyaga kirishmoqdir ; xuddi shu ildiz sabab va oqibatning tabiiy tamoyili bo'lgan karma* so'zida ham uchraydi . Shunday qilib, *Kriya Yoga* "ma'lum bir harakat yoki marosim orqali Cheksizlik bilan birlashish (yoga)" dir. Uning texnikasiga sodiqlik bilan amal qiladigan yogi asta-sekin karmadan yoki sababchilikning universal zanjiridan ozod bo'ladi.

Qadimgi yogikaning ayrim ko'rsatmalari tufayli, men keng omma uchun mo'ljallangan kitob sahifalarida *Kriya Yoga haqida to'liq tushuntirish bera olmayman. Haqiqiy*

texnikani Kriyaban yoki Kriya Yogidan o'rganish kerak ; bu yerda keng ma'lumotnoma yetarli bo'lishi kerak.

Kriya Yoga bu a oddiy, psixofiziologik usul tomonidan qaysi ... inson qon bu dekarbonizatsiyalangan

va kislorod bilan qayta zaryadlanadi. Bu qo'shimcha kislorod atomlari miya va orqa miya markazlarini yoshartirish uchun hayot oqimiga aylantiriladi. **26-1** Vena qonining to'planishini to'xtatish orqali yogi to'qimalarning parchalanishini kamaytirishi yoki oldini olishi mumkin; ilg'or yogi o'z hujayralarini sof energiyaga aylantiradi. Ilyos, Iso, Kabir va boshqa payg'ambarlar *Kriya* yoki shunga o'xshash usuldan foydalanishda o'tmishda usta bo'lishgan, bu usul orqali ular o'z tanalarini xohlagancha moddiysizlantirishga majbur qilishgan.

Kriya qadimgi fan. Lahiri Mahasaya uni o'zining gurusini Babajidan olgan, u esa bu texnikani qorong'u asrlarda yo'qolganidan keyin qayta kashf etgan va aniqlashtirgan.

" Men bu o'n to'qqizinchi asrda siz orqali dunyoga berayotgan *Kriya Yoga* ", dedi Babaji Lahiri Mahasayaga, "bu ming yillar oldin Krishna Arjunaga bergan va keyinchalik Patanjali, Masih, Avliyo Yuhanno, Avliyo Pol va boshqa shogirdlarga ma'lum bo'lgan ilmning qayta tiklanishidir ."

Kriya Yoga haqida Hindistonning eng buyuk payg'ambari Krishna *Bhagavad Gitaning bir bandida shunday deydi* : "Chiqaruvchi nafasga nafas olib, nafas oluvchi nafasga nafas berib, yogi bu ikkala nafasni ham neytrallashtiradi; shu tariqa u yurakdan hayot kuchini chiqarib, uni o'z nazorati ostiga oladi." **26-2** Talqin quyidagicha: "Yogi hayot kuchini qo'shish orqali tanadagi parchalanishni to'xtatadi va *apan* (tokni yo'q qilish) orqali tanadagi o'sish mutatsiyalarini to'xtatadi. Shunday qilib, yurakni tinchlantirish orqali parchalanish va o'sishni neytrallashtiradi, yogi hayotni boshqarishni o'rganadi."

Krishna shuningdek, **26-3 ni ham aytib o'tadi** aynan u avvalgi mujassamlashuvida buzilmas yogani qadimgi illuminato Vivasvatga yetkazgan va uni buyuk qonun chiqaruvchi Manuga bergan. **26-4** U, o'z navbatida, Hindistonning quyosh jangchilari sulolasining otasi Ikshvakuga ko'rsatma bergan. Shunday qilib, bir-biridan ikkinchisiga o'tib, qirollik yogasi materialistik davrlar kelguniga qadar rishilar tomonidan qo'riqlangan. **26-5** Keyin, ruhoniylarning maxfiyligi va insonning befarqligi tufayli, muqaddas bilim asta-sekin ochib bo'lmaydigan bo'lib qoldi.

Kriya Yoga haqida yoganing yetakchi namoyandasi qadimgi adib Patanjali ikki marta eslatib o'tgan va u shunday deb yozgan: " *Kriya Yoga tana intizomi, aqliy nazorat va Aum* ustida meditatsiya qilishdan iborat ". **26-6 Patanjali Xudo haqida** meditatsiyada eshitiladigan *Aumning* haqiqiy Kosmik Ovozi sifatida gapiradi . **26-7** *Aum* - bu Yaratuvchi Kalom, **26-8** Vibratsiyali motorning ovozi. Hatto yoga bilan shug'ullanayotgan odam ham tez orada *Aumning ajoyib ovozi*ni *ichkaridan eshitadi* . Ushbu baxtli ruhiy daldani qabul qilib, dindor ilohiy olamlar bilan chinakam aloqada ekanligiga amin bo'ladi.

Patanjali hayotni boshqarish yoki *Kriya texnikasiga ikkinchi marta shunday murojaat*

qiladi: "Ozodlikka ilhom va ekshalatsiya yo'lini ajratish orqali erishiladigan pranayama orqali erishish mumkin ." **26-9**

Avliyo Pol *Kriya Yoga* yoki unga juda o'xshash texnikani bilar edi, bu usul orqali u hayot oqimlarini hislarga va hislardan o'zgartira olardi. Shuning uchun u shunday deya olardi: "Haqiqatan ham, men Masihda bo'lgan quvonchimiz bilan norozilik bildiraman, *men har kuni o'laman* ". **26-10** U har kuni o'zining jismoniy hayot kuchini tortib olib, uni yoga birligi orqali Masih ongining quvonchi (abadiy saodati) bilan birlashtirdi. Bu baxtli holatda u edi

ongli ravishda xabardor ning bo'lish o'lik ga ... xayoliy sensorli dunyo ning *maya* .

Xudo bilan aloqa qilishning dastlabki holatlarida (*sabikalpa samadhi*) dindorning ongi Kosmik Ruh bilan birlashadi; uning hayot kuchi "o'lik" yoki harakatsiz va qotib qolgan ko'rinadigan tanadan tortib olinadi. Yogi o'zining to'xtatilgan jonlanish holatidan to'liq xabardor. U shunday qiladiki. yuqori ruhiy holatlarga (*nirbikalpa samadhi*) o'sadi, ammo u Xudo bilan tanaviy fiksatsiyasiz va odatiy uyg'oq ongida, hatto qat'iy dunyoviy burchlar o'rtasida ham muloqot qiladi. **26-11**

" *Kriya Yoga* inson evolyutsiyasini tezlashtirish vositasidir", deb tushuntirdi Shri Yuktesvar o'z shogirdlariga. "Qadimgi yogilar kosmik ong siri nafas olish mahorati bilan chambarchas bog'liqligini kashf etishdi. Bu Hindistonning dunyo bilim xazinasiga qo'shgan noyob va o'lmas hissasidir. Odatda yurak nasosini saqlashga singib ketadigan hayot kuchi nafasning tinimsiz talablarini tinchlantirish va tinchlantirish usuli bilan yuqori faoliyat uchun ozod qilinishi kerak."

Kriya Yogi o'z hayot energiyasini aqliy ravishda oltita orqa miya markazi (medullar, servikal, dorsal, bel, sakral va koksikulyar pleksuslar) atrofida yuqoriga va pastga aylanishga yo'naltiradi, bu burjning o'n ikkita astral belgisiga, ramziy Kosmik Insonga mos keladi. Insonning sezgir orqa miyasi atrofida energiyaning yarim daqiqalik aylanishi uning evolyutsiyasida nozik taraqqiyotga ta'sir qiladi; Kriyaning bu yarim daqiqasi *bir* yillik tabiiy ma'naviy ochilishga teng.

Insonning astral tizimi, hamma narsani biluvchi ruhiy ko'zning quyoshi atrofida aylanadigan oltita (qutblanish bo'yicha o'n ikkita) ichki yulduz turkumlari bilan jismoniy quyosh va o'n ikkita burj belgisi bilan o'zaro bog'liq. Shunday qilib, barcha odamlar ichki va tashqi olamdan ta'sirlanadi. Qadimgi rishilar insonning yer va samoviy muhiti, o'n ikki yillik tsikllarda, uni tabiiy yo'lida oldinga siljitishini aniqladilar. Muqaddas Yozuvlarda aytilishicha, inson kosmik ongni ifoda etish uchun inson miyasini yetarlicha takomillashtirish uchun million yillik normal, kasalliksiz evolyutsiyaga muhtoj.

mingta *Kriya* yogiga bir kunda ming yillik tabiiy evolyutsiyaga teng keladi: bir yilda 365 000 yillik evolyutsiya. Shunday qilib, uch yil ichida *Kriya Yogi* aqlli o'z-o'zini boshqarish orqali tabiat million yilda keltiradigan natijaga erisha oladi. Albatta, *Kriya* qisqa yo'lini faqat chuqur rivojlangan yogilargina bosib o'tishlari mumkin. Guru rahbarligida bunday yogilar intensiv amaliyot natijasida yaratilgan kuchni qabul qilish uchun o'z tanalari va miyalarini puxta tayyorladilar.

Kriya bilan shug'ullanuvchi boshlang'ich kurs talabasi o'zining yogik mashqlarini kuniga ikki marta, atigi o'n to'rt dan yigirma sakkiz martagacha bajaradi. Bir qator yogilar olti, o'n ikki, yigirma to'rt yoki qirq sakkiz yil ichida ozodlikka erishadilar. o'ladi oldin erishish to'liq amalga oshirish tashiydi bilan uni ... yaxshi karma ning uning o'tmish *Kriya* sa'y-harakatlari; yangi hayotida u o'zining cheksiz maqsadiga

uyg'un ravishda intiladi.

O'rtacha odamning tanasi ellik vattli chiroqqa o'xshaydi, u milliardlab odamlarni sig'dira olmaydi. *Kriyaning* haddan tashqari amaliyoti natijasida vujudga keladigan vattlar . *Kriyaning* oddiy va "benuqson" usullarini bosqichma-bosqich va muntazam ravishda oshirish orqali inson tanasi kundan-kunga astral ravishda o'zgaradi va nihoyat kosmik energiyaning cheksiz imkoniyatlarini - birinchi navbatda moddiy jihatdan ifoda etishga moslashadi.

faol ifoda ning Ruh.

Kriya Yoga bir qator adashgan mutaassiblar tomonidan o'rgatilgan ilmiy bo'lmagan nafas olish mashqlari bilan hech qanday umumiylikka ega emas. Ularning o'pkada nafasni majburan ushlab turishga urinishlari nafaqat g'ayritabiiy, balki mutlaqo yoqimsizdir. Boshqa tomondan, *Kriya* boshidanoq tinchlikning qo'shilishi va umurtqa pog'onasida regenerativ ta'sirning tinchlantiruvchi hissiyotlari bilan birga keladi.

Qadimgi yogika texnikasi nafasni ongga aylantiradi. Ma'naviy rivojlanish orqali inson nafasni ong harakati - tush nafasi sifatida idrok eta oladi.

Ko'p illyustratsiyalar mumkin edi bo'lish berilgan ning ... matematik munosabatlar orasida erkakning nafas olish tezligi va uning ong holatidagi o'zgarishlar. Diqqati butunlay chalg'igan odam, masalan, biron bir chambarchas bog'liq intellektual bahsga ergashish yoki biron bir nozik yoki qiyin jismoniy ishni bajarishga urinish kabi, avtomatik ravishda juda sekin nafas oladi. Diqqatning turg'unligi sekin nafas olishga bog'liq; tez yoki notekis nafas olish zararli hissiy holatlarning muqarrar hamrohligidir: qo'rquv, shahvat, g'azab. Bezovta maymun, aksincha, daqiqada 32 marta nafas oladi. insonning o'rtacha 18 marta. Fil, toshbaqa, ilon va boshqa hayvonlar o'zlarining Uzoq umr ko'rishning nafas olish tezligi odamnikidan pastroq. Masalan, 300 yoshga to'lishi mumkin bo'lgan toshbaqa **26-12 yoshda** daqiqada atigi 4 marta nafas oladi.

Uyquning tetiklashtiruvchi ta'siri insonning tana va nafas olishdan vaqtincha bexabarligidan kelib chiqadi. Uxlayotgan odam yogi bo'lib qoladi; har kecha u ongsiz ravishda yogi marosimini bajaradi o'zini tanaviy identifikatsiyadan ozod qilish va hayot kuchini miyaning asosiy mintaqasidagi shifobaxsh oqimlar va orqa miya markazlarining oltita subdinamosi bilan birlashtirish. Shunday qilib, uxlayotgan odam bilmagan holda barcha hayotni qo'llab-quvvatlaydigan kosmik energiya omboriga sho'ng'iydi.

Ixtiyoriy yogi sekin uxlayotgan odam kabi ongsiz ravishda emas, balki ongli ravishda oddiy, tabiiy jarayonni amalga oshiradi. *Kriya Yogi* o'z texnikasidan foydalanib, barcha jismoniy hujayralarini chirimaydigan yorug'lik bilan to'ydiradi va oziqlantiradi hamda ularni magnitlangan holatda saqlaydi. U ilmiy jihatdan nafasni keraksiz qiladi, ongsiz uyqu yoki ongsizlik holatlarini keltirib chiqarmaydi.

Kriya tomonidan aytilganidek , chiqayotgan hayot kuchi his-tuyg'ularda behuda sarflanmaydi va suiiste'mol qilinmaydi, balki cheklangan nozikroq orqa miya energiyalari bilan qayta birlashadi. Hayotning bunday mustahkamlanishi orqali yogining tanasi va miya hujayralari ruhiy eliksir bilan elektrlashtiriladi. Shunday qilib, u o'zini tabiiy qonunlarga rioya qilishdan chetlashtiradi, bu esa uni faqat to'g'ri ovqatlanish, quyosh nuri va uyg'un fikrlar orqali berilgan aylanma yo'llar bilan million yillik maqsadga olib borishi mumkin. Miya tuzilishida hatto kichik sezilarli o'zgarishlarni amalga oshirish uchun o'n ikki yillik normal sog'lom hayot

kerak va kosmik ongni namoyon qilish uchun miya poydevorini yetarlicha takomillashtirish uchun millionlab quyosh energiyasi talab qilinadi.

Ruhni tanaga bog'laydigan nafas simini yechib, *Kriya* hayotni uzaytirishga va ongni cheksizlikka kengaytirishga xizmat qiladi. Yoga usuli ong va materiyaga bog'liq hislar o'rtasidagi tortishuvni yengib chiqadi va dindorni abadiy shohligini qayta meros qilib olishga ozod qiladi. U o'zining asl tabiati na jismoniy o'ralganlik, na nafas bilan bog'liq emasligini biladi, bu o'limning havoga, tabiatning elementar majburlashlariga qulligining ramzi.

Introspeksiya yoki "jimlikda o'tirish" hayot kuchi bilan bog'langan ong va hislarni ajratishga urinishning ilmiy bo'lmagan usulidir. Ilohiylikka qaytishga harakat qilayotgan tafakkurli ong doimo hayot oqimlari tomonidan hislarga qaytariladi. *Kriya*, ongni hayot kuchi orqali *to'g'ridan-to'g'ri boshqaradi*, bu Cheksizlikka yaqinlashishning eng oson, eng samarali va eng ilmiy yo'lidir. Xudoga olib boradigan sekin, noaniq "buqa aravachasi" ilohiy yo'lidan farqli o'laroq, *Kriyani* haqli ravishda "samolyot" yo'li deb atash mumkin.

Yoga fani barcha turdagi diqqatni jamlash va meditatsiya mashqlarini empirik tarzda ko'rib chiqishga asoslangan. Yoga dindorga hayot oqimini o'z xohishiga ko'ra o'chirish yoki yoqishga imkon beradi. Ko'rish, eshitish, hidlash, ta'm bilish va teginishning beshta sezgi telefoni. Sezgi bilan aloqani uzishning bu kuchiga erishgan holda, yogi o'z ongini ilohiy olamlar yoki materiya olami bilan birlashtirishni oson deb biladi. Endi u hayot kuchi tomonidan istaksiz ravishda shovqinli hislar va notinch fikrlarning oddiy doirasiga qaytarilmaydi. Tana va ongining ustasi *Kriya Yogi* oxir-oqibat "oxirgi dushman" - o'lim ustidan g'alaba qozonadi.

Shunday qilib, siz odamlarni oziqlantiradigan o'lim bilan oziqlanasiz: Va o'lim o'lgandan keyin endi o'lish yo'q . **26-13**

Kriya Yogi hayoti o'tmishdagi harakatlarning ta'siri bilan emas, balki faqat ruhdan kelgan ko'rsatmalar bilan ta'sirlanadi. Shunday qilib, dindor burgut yuraklari uchun noqulay va salyangozga o'xshash oddiy hayotning yaxshi va yomon, egoistik harakatlarining sekin, evolyutsion kuzatuvchilaridan qochadi.

Ruhiy hayotning oliy usuli o'zining ego qamoqxonasidan xalos bo'lgan yogilarni ozod qiladi, ular hamma joyda mavjudlikning chuqur havosini tatib ko'rishadi. Tabiiy hayotning jozibasi esa, aksincha, sharmandali sur'atda o'rnatiladi.

Inson o'z hayotini evolyutsion tartibga moslashtirib, tabiatdan hech qanday imtiyozli shoshilinchlikni buyura olmaydi, lekin jismoniy va ruhiy salohiyati qonunlariga qarshi xatosiz yashab, yakuniy ozodlikni bilish uchun hali ham million yil davomida niqobli qiyofada yashashi kerak.

Yogilarning teleskopik usullari, o'zlarini jismoniy va ruhiy identifikatsiyadan ruh-individuallik foydasiga ajratib, ming-ming yillarga jirkanchlik bilan qaraydiganlarga o'zlarini shunday maqtashadi. Bu raqamli periferiya oddiy odam uchun kengaytirilgan, u hatto tabiat bilan ham, ruhi bilan ham uyg'unlikda yashaydi, balki buning o'rniga g'ayritabiiy murakkabliklarni ta'qib qiladi, shuning uchun xafa qiluvchi ichida uning tana va fikrlar ... shirin aql-idrokka rioya qilish ning tabiat. Uchun uni, ikki marta a ozodlik uchun million yil zo'rg'a yetarli bo'lishi mumkin.

Qo'pol odam kamdan-kam hollarda yoki hech qachon o'z tanasi qirollik ekanligini, bosh suyagi taxtida o'tirgan Imperator Soul tomonidan boshqarilishini, oltita umurtqa pog'onasi markazida yoki sferasida yordamchi regentlar borligini

anglamaydi. ong. Bu teokratiya itoatkor sub'ektlar olomonini qamrab oladi: yigirma yetti ming milliard hujayra - ular tana o'sishi, o'zgarishi va parchalanishining barcha vazifalarini bajaradigan aniq avtomatik aqlga ega - va oltmish yillik o'rtacha hayot davomida inson ongida ellik million substrat fikrlari, his-tuyg'ulari va o'zgaruvchan fazalarning o'zgarishi. Tana yoki miya hujayralarining Imperator ruhiga qarshi har qanday ko'rinadigan qo'zg'oloni, kasallik yoki tushkunlik sifatida namoyon bo'lishi, kamtar fuqarolar orasida xiyonat emas, balki o'tmishdagi yoki hozirgi suiiste'mollik tufayli yuzaga keladi. o'ziga xosligi yoki iroda erkinligi bilan ajralib turadigan, unga jon bilan bir vaqtning o'zida berilgan va hech qachon qaytarib bo'lmaydigan inson.

O'zini sayoz ego bilan birlashtirgan inson, o'ylaydigan, xohlaydigan, his qiladigan, ovqatni hazm qiladigan va o'zini tirik tutadigan odam ekanligini oddiy hol deb biladi, hech qachon mulohaza yuritish orqali (ozgina bo'lsa ham yetarli bo'lardi!) oddiy hayotida u o'tmishdagi harakatlarning (karma) va tabiatning qo'g'irchog'idan boshqa narsa emasligini tan olmaydi. yoki atrof-muhit. Har bir insonning intellektual reaksiyalari, his-tuyg'ulari, kayfiyati va odatlari o'tmishdagi sabablarning, bu yoki oldingi hayotning ta'siri bilan chegaralangan. Biroq, bunday ta'sirlardan yuqoriroq... uning shohona ruhi. O'tkinchi haqiqatlar va erkinliklardan voz kechib, *Kriya Yogi* barcha umidsizliklardan o'zining cheksiz borlig'iga o'tadi. Barcha muqaddas yozuvlar insonni buziladigan tana emas, balki tirik jon deb e'lon qiladi; *Kriya unga* Muqaddas Yozuv haqiqatini isbotlash usulini beradi.

"Tashqi marosim johillikni yo'q qila olmaydi, chunki ular bir-biriga zid emas", deb yozgan Shankara o'zining mashhur " *Oyatlar asri*" *asarida* . "Faqat anglashilgan bilim johillikni yo'q qiladi... Bilim faqat so'rovdan boshqa yo'l bilan paydo bo'la olmaydi. "Men kimman? Bu olam qanday tug'ilgan? Uning yaratuvchisi kim? Uning moddiy sababi nima?" Bu so'rov turi haqida gap boradi." Aqlning bu savollarga javobi yo'q; shuning uchun rishilar yogani ma'naviy so'rov texnikasi sifatida rivojlantirdilar.

Kriya Yoga - bu Bhagavad Gitada ko'pincha ulug'lanadigan haqiqiy "olov marosimi" . Yoganing poklovchi olovlari abadiy yorug'likni olib keladi va shuning uchun haqiqatni idrok etish ko'pincha yoqiladigan tashqi va unchalik samarali bo'lmagan diniy olov marosimlaridan tutatqi bilan birga tantanali kuylashgacha juda farq qiladi!

Rivojlangan yogi, butun ongi, irodasi va his-tuyg'ularini tana istaklari bilan yolg'on identifikatsiyadan saqlaydigan, ongini umurtqa pog'onasidagi ongsiz kuchlar bilan birlashtirgan holda, bu dunyoda Xudo rejalashtirganidek yashaydi, o'tmishdagi impulsar yoki yangi insoniy motivatsiyalarning yangi bema'niliklari bilan emas. Bunday yogi o'zining Oliy Istagini amalga oshiradi, cheksiz baxtli Ruhning oxirgi boshpanasida xavfsiz bo'ladi.

Yogi o'zining labirintli insoniy istaklarini mislsiz Xudoga bag'ishlangan monoteistik gulxanga taklif qiladi. Bu, haqiqatan ham, barcha o'tmishdagi va hozirgi istaklar ilohiy sevgi tomonidan yoqilg'i sifatida iste'mol qilinadigan haqiqiy yogik olov marosimidir. Eng oliy olov barcha insoniy jinnilik qurbonligini qabul qiladi va inson chiqindilardan pokdir. Uning suyaklari barcha istak go'shtidan tozalangan, karmik skeleti donolikning antiseptik quyoshlarida oqartirilgan, u nihoyat pok, inson va Yaratuvchi oldida zararsizdir.

Yoganing aniq va uslubiy samaradorligiga ishora qilib, Lord Krishna texnologik yogilarni quyidagi so'zlar bilan maqtaydi: "Yogi tanani tarbiyalovchi asketistlardan ham, hatto donolik yo'lining (*Jnana Yoga*) yoki harakat yo'lining (*Karma Yoga*) izdoshlaridan ham buyukroqdir; ey shogird Arjuna, yogi bo'li!" **26-14**

.....
26-1 : The qayd etilgan olim, Doktor Jorj V. Jinoyatchi ning Klivlend, tushuntirildi oldin a 1940-yil uchrashuv ning ...
Amerikalik Uyushma ... Taraqqiyot ning Fan ... tajribalar tomonidan qaysi u bor edi isbotlangan bu hammasi tanaviy
to'qimalar bor elektr bilan salbiy, miya va asab tizimi to'qimalari bundan mustasno, ular elektr musbat bo'lib qoladi,
chunki ular jonlantiruvchi kislorodni tezroq qabul qiladilar.

26-2 : *Bhagavad Gita* , IV:29.

26-3: *Bhagavad Gita* IV:1-2.

26-4 *Manava Dharma Shastras* muallifi . Ushbu kanonizatsiya qilingan umumiy huquq institutlari Hindistonda bugungi kungacha amal qiladi. Fransuz olimi Lui Jakolliotning yozishicha, Manu sanasi "Hindistonning tarixdan oldingi davri kechasida yo'qolgan; va yo'q olim bor jur'at etdi ga rad etish uni ... sarlavha ning ... eng qadimgi qonun chiqaruvchi ichida ... dunyo." Ichkarida *La Muqaddas Kitob Dans L'inde* , 33-37-betlarda, *Jaccoliot Yustinianning* Rim kodeksi *Manu qonunlariga* qat'iy amal qilishini isbotlash uchun parallel matnli havolalarni qayta tiklaydi .

26-5 : The boshlash ning ... materialistik asrlar, muvofiq ga Hindu Muqaddas Kitobga oid hisob-kitoblar, edi 3102 Miloddan avvalgi Bu edi ... boshlanishi ... Kamayib boruvchi Dvapara Yosh (qarang [sahifa 174](#)). Zamonaviy olimlar, xushchaqchaqlik bilan ishongan bu 10 000 yillar oldin hammasi erkaklar edilar

cho'kib ketgan ichida a vahshiy Tosh Yoshi, qisqacha ishdan bo'shatish sifatida "afsonalar" hammasi yozuvlar va .an'analar ning juda qadimgi tsivilizatsiyalar Hindiston, Xitoy, Misr va boshqa mamlakatlarda

26-6 Patanjali *aforizmlari* , II:1. *Kriya Yoga* so'zlarini ishlatib , Patanjali o'rgatilgan aniq texnikani nazarda tutgan tomonidan Babaji, yoki bitta juda o'xshash ga uni. Bu uni edi a aniq texnika ning hayot nazorat qilish bu isbotlangan tomonidan Patanjali's *Aforizm* II:49.

26-7 : Patanjali's *Aforizmlar* , I:27.

26-8 : "Ichkarida ... boshlanish edi ... So'z, va ... So'z edi bilan Xudo, va ... So'z edi Xudo.Hammasi narsalar edilar qilingan tomonidan

Unsiz yaratilgan hech narsa yaratilmagan." - *Yuhanno* 1:1-3. Vedalarning *Aum* (*Om*) so'zi muqaddas so'zga aylandi . *Amin* " ning ... Musulmonlar, *Hum* ning ... Tibetliklar, va *Omin* ning ... Masihilar (uning ma'no ichida Ibroniycha bo'lish *albatta* , .*sodiq*). "Omin, sodiq va haqiqiy guvoh, Xudo yaratganining boshlanishi shunday deydi" (*Vahiy* 3:14)

26-9 : *Aforizmlar* II:49..

26-10 : Men *Korinfliklar* 15:31. "Bizning xursandchilik" bu ... to'g'ri tarjima; emas, sifatida odatda berilgan, "sizning xursandchilik." Avliyo Pol Masih ongi *hamma joyda mavjudligini* nazarda tutgan edi .

26-11 : *Kalpa* degani vaqt yoki aeon. *Sabikalpa* degani mavzu ga vaqt yoki o'zgarish; ba'zi havola bilan *prakriti* yoki masala qoldiqlar.

. *Nirbikalpa* degani abadiy, o'zgarmas; bu bu ... eng yuqori davlat ning *samadhi*

26-12 : Shunga ko'ra ga ... *Linkoln Kutubxona Ning Muhim Axborot* , p. 1030, ... gigant toshbaqa hayotlar orasida 200 va 300 yil.

26-13 : Shekspir: *Sonnet* #146. 26-

14: *Bhagavad Gita* , VI: 46.

BOB: 27

Ta'sischi A Yoga Maktab Da Ranchi

"Nima uchun bor siz nafratlanadigan ga tashkiliy ishmi?"

Magistr savol hayratda qoldi meni a bit. Bu bu rost bu mening xususiy sudlanganlik da
... vaqt edi bu

tashkilotlar edilar "hornets" uyalar."

— Bu minnatdorchiliksiz vazifa, janob, — deb javob berdim men. — Rahbar nima qilsa ham, qilmasa ham, uni tanqid qilishadi.

channani (sut tvorogini) faqat o'zingiz uchun xohlaysizmi ?" Ustozimning javobi qattiq nigoh bilan birga keldi. "Agar saxovatli ustozlar o'z bilimlarini boshqalarga yetkazishga tayyor bo'lmasa, siz yoki boshqa birov yoga orqali Xudo bilan aloqaga erisha olarmidingiz?" U qo'shimcha qildi: "Xudo asal, tashkilotlar esa uyalar; ikkalasi ham zarur. Albatta, ruhsiz har qanday *shakl* foydasiz, lekin nega siz ma'naviy nektarga to'la band uyalarni boshlamasligingiz kerak?"

Uning maslahati meni chuqur ta'sirlantirdi. Garchi men tashqi tomondan javob bermasam ham, qalbimda qat'iy qaror paydo bo'ldi: men o'zimning ustozimning oyoqlarida o'rgangan sodiq haqiqatlarni qo'limdan kelganicha do'stlarim bilan baham ko'raman. "Hazratim," deb ibodat qildim, "Sening sevging mening sadoqatim ma'badida abadiy porlasin va men bu sevgini boshqa qalblarda uyg'ota olsin."

Avvalgi safar, men monastir ordeniga qo'shilishimdan oldin, Shri Yuktesvar kutilmagan bir gap aytgan edi.

"Qarilik chog'ingda xotiningning hamrohligini qanday sog'inasiz!" degan edi u. "Xotini va bolalarini boqish uchun foydali ish bilan band bo'lgan oila boshlig'i Xudoning nazarida mukofotli rol o'ynashiga qo'shilmayapsizmi?"

— Janob, — deb e'tiroz bildirdim men vahima ichida, — bilasizmi, mening bu hayotdagi istagim faqat Kosmik Sevikliga turmushga chiqishdir.

Ustoz shunchalik xursand bo'lib kulgan ediki, men uning kuzatuvi shunchaki imonimni sinash uchun qilinganini tushundim .

— Esingizda bo'lsin, — dedi u sekinlik bilan, — dunyoviy burchlaridan voz kechgan odam o'zini faqat ancha katta oila oldida qandaydir mas'uliyatni o'z zimmasiga olish orqali oqlay oladi.

Yoshlar uchun har tomonlama ta'lim berish g'oyasi doim qalbimga yaqin bo'lgan. Men faqat tana va aqlni rivojlantirishga qaratilgan oddiy ta'limning quruq natijalarini aniq ko'rdim. Hech bir inson baxtga erisha olmaydigan axloqiy va ma'naviy qadriyatlar hali ham yo'q edi. rasmiy o'quv dasturi yetishmasdi. Men yosh o'g'il bolalar to'liq erkaklik darajasiga ko'tarilishi mumkin bo'lgan maktab ochishga qaror qildim. Bu yo'nalishdagi birinchi qadamim Bengaldagi kichik bir qishloq joyi bo'lgan Dihikada yetti farzandim bilan qo'yildi.

Bir yil o'tgach, 1918-yilda, Kasimbozarning Maharajasi ser Manindra Chandra Nundining saxovati bilan men tez rivojlanayotgan guruhimni Ranchiga ko'chirishga

muvaffaq bo'ldim. Kalkuttadan ikki yuz mil uzoqlikda joylashgan Bihardagi bu shahar Hindistondagi eng sog'lom iqlimga ega. Ranchidagi Kasimbozar saroyi men *Brahmacharya Vidyalaya* **27-1 deb atagan yangi maktabning bosh qarorgohiga aylantirildi.** rishilarning ta'lim ideallariga muvofiq.

Ularning o'rmon ashramlar bor edi bo'lgan ... qadimgi o'rindiqlar ning o'rganish, dunyoviy va ilohiy, uchun ... yoshlik ning

Hindiston.

Ranchida men grammatika va o'rta maktab sinflari uchun ta'lim dasturini tashkil qildim. U qishloq xo'jaligi, sanoat, tijorat va akademik fanlarni o'z ichiga olgan. Talabalarga shuningdek, yoga konsentratsiyasi va meditatsiyasi, shuningdek, men 1916-yilda kashf etgan noyob jismoniy rivojlanish tizimi "Yogoda" o'rgatildi.

Inson tanasi elektr batareyaga o'xshashligini anglab, men uni inson irodasining bevosita ta'siri orqali energiya bilan qayta zaryadlash mumkin, deb o'yladim. Hech qanday kichik yoki katta harakat *xohishsiz amalga oshirilmasligi sababli*, inson o'zining asosiy harakatlantiruvchi kuchi - irodasidan foydalanib, og'ir apparatlar yoki mexanik mashqlarsiz tana to'qimalarini yangilashi mumkin. Shuning uchun men Ranchi talabalariga oddiy "Yogoda" texnikalarimni o'rgatdim, bu texnikalar yordamida insonning medulla oblongatasida joylashgan hayot kuchi cheksiz kosmik energiya ta'minotidan ongli ravishda va darhol qayta zaryadlanishi mumkin.

O'g'il bolalar bu mashg'ulotga ajoyib tarzda javob berishdi, hayot energiyasini tananing bir qismidan boshqa qismiga o'tkazish va qiyin tana holatlarida mukammal muvozanatda o'tirish qobiliyatini rivojlantirdilar. **27-2** Ular ko'plab kuchli kattalar teng kela olmaydigan kuch va chidamlilik ko'rsatdilar. Mening eng kichik ukam Bishnu Charan Ghosh Ranchi maktabiga qo'shildi; keyinchalik u shunday bo'ldi. Bengaldagi yetakchi jismoniy madaniyat mutaxassisi. U va uning talabalaridan biri Yevropa va Amerikaga sayohat qilib, Nyu-Yorkdagi Kolumbiya universiteti olimlarini ham o'z ichiga olgan holda, universitet olimlarini hayratda qoldirgan kuch va mahorat namoyishlarini o'tkazdilar.

Ranchidagi birinchi yil oxirida qabul uchun arizalar ikki mingga yetdi. Ammo o'sha paytda faqat turar-joy binosi bo'lgan maktab atigi yuzga yaqin o'quvchini qabul qila olardi. Tez orada kunduzgi talabalar uchun o'qitish qo'shildi.

Vidyalayada men kichkina bolalarga ota-ona o'ynashim va ko'plab tashkiliy qiyinchiliklarga dosh berishim kerak *edi*. Men tez-tez Masihning so'zlarini esladim: "Sizlarga chinini aytayin: uyini, aka-ukalarini, opa-singillarini, otasini, onasini, xotinini yoki bolalarini yoki... tashlab ketgan hech kim yo'q. yerlarni, men va xushxabar uchun, lekin u hozir bu vaqtda yuz barobar ko'p, ta'qiblar bilan birga uylar, aka-uka, opa-singillar, onalar, bolalar va yerlarni oladi; kelajakda esa abadiy hayotga ega bo'ladi." **27-3** Shri Yuktesvar bu so'zlarni quyidagicha talqin qilgan edi: "Nikoh va oilaning hayotiy tajribalaridan voz kechib, kichik xonadon muammolari va cheklangan faoliyatni umuman jamiyatga xizmat qilishning kengroq mas'uliyatiga almashtirgan dindor ko'pincha tushunmovchilik dunyosidan ta'qiblar bilan birga keladigan, ammo ilohiy ichki mamnuniyat bilan birga keladigan vazifani bajarmoqda."



Yogoda Math , Gangesdagi Dakshineswardagi O'zini anglash stipendiyasining go'zal ziyoratgohi. 1938-yilda Sharq va G'arb talabalari uchun yoga chekinishi sifatida tashkil etilgan.



Yogoda Sat-Sanga Brahmacharya Vidyalaya markaziy binosi , 1918-yilda o'g'il bolalar uchun grammatika va o'rta maktab ta'limi bilan yoga maktabi sifatida tashkil etilgan. U bilan xayriya Lahiri Mahasaya Missiyasi bog'liq.

Bir kuni otam Bengal-Nagpur temir yo'lida lavozim taklifini rad etib, uni xafa qilganim uchun uzoq vaqtdan beri kutib turilgan otalik duosini berish uchun Ranchiga keldi.

— O'g'lim, — dedi u, — men endi hayotdagi tanlovingga ko'nikib qoldim. Seni bu baxtli, g'ayratli yoshlar orasida ko'rish menga quvonch bag'ishlaydi; sen temir yo'l jadvalidagi jonsiz figuralar bilan emas, balki bu yerga tegishlisan. — U orqamdan ergashib kelayotgan o'n ikkita kichkintoyga qo'l siltadi. — Mening atigi sakkizta farzandim bor edi, — dedi u ko'zlari chaqnab, — lekin men seni his qila olaman!

Katta mevali bog'imiz va yigirma besh akr unumdor yerimiz borligi sababli, o'quvchilar, o'qituvchilar va men bu ideal muhitda ochiq havoda ko'p vaqt o'tkazdik. Bizda ko'plab uy hayvonlari bor edi, jumladan, bolalar tomonidan juda yaxshi ko'riladigan yosh kiyik ham bor edi. Men ham kiyikni shunchalik yaxshi ko'rardimki, uni xonamda uxlashga ruxsat berdim. Tong otganda, kichkina jonzot ertalabki

erkalash uchun mening yotog'imga suyanib kelardi.

Bir kuni men uy hayvonimni odatdagidan oldinroq boqdim, chunki Ranchi shahrida biron bir ish bilan shug'ullanishim kerak edi. Bolalarga men qaytib kelgunimcha kiyik bolasini boqmaslikni ogohlantirgan bo'lsam ham, ulardan biri itoatsiz edi.

va kiyik bolasiga ko'p miqdorda sut berdim. Kechqurun qaytib kelganimda, menga qayg'uli xabar keldi: "Kichkina kiyik bolasi haddan tashqari ko'p ovqatlantirgani uchun deyarli o'ldi".

Yig'lab, go'yo jonsiz uy hayvonini tizzamga qo'ydim. Xudodan uning hayotini saqlab qolishini so'rab, rahm-shafqat bilan ibodat qildim. Bir necha soatdan keyin kichkina jonzot ko'zlarini ochdi, o'rnidan turdi va zaif yurdi. Butun maktab quvonchdan baqirdi.

Lekin o'sha kecha menga chuqur saboq bo'ldi, uni hech qachon unutolmayman. Men kiyik bolasi bilan soat ikkigacha uxlab qoldim. Kiyik tushimda paydo bo'ldi va men bilan gaplashdi:

"Sen meni ushlab turibsan. Iltimos, meni qo'yib

yuboring; meni qo'yib yuboring!" "Mayli", deb

javob berdim tushimda.

Men uyg'ondi darhol, va yig'ladi tashqarida, "Bollar, ... kiyik bu o'lmoqda! The bolalar shoshildi ga mening yon.

Men uy hayvonini qo'ygan xonaning burchagiga yugurdim. U o'rnidan turishga oxirgi urinishini qildi, menga qarab qoqilib ketdi va keyin oyoqlarim ostiga yiqildi, o'lik holda.

Hayvonlarning taqdirini boshqaradigan va boshqaradigan ommaviy karmaga ko'ra, kiyikning hayoti tugadi va u yuqori shaklga o'tishga tayyor edi. Ammo keyinchalik xudbinlik ekanligini anglagan chuqur bog'lanishim va chin dildan ibodatlarim orqali men uni ruh ozod bo'lish uchun kurashayotgan hayvon shaklining cheklovlarida ushlab tura oldim. Kiyikning ruhi tushida o'z iltijosini bildirdi, chunki mening mehrli ruxsatimsiz u yo ketmoqchi edi, yoki keta olmasdi. Men rozi bo'lishim bilan u ketdi.

Barcha qayg'ular meni tark etdi; men Xudo O'z farzandlarining hamma narsani o'z hayotining bir qismi sifatida sevishini xohlashini yana bir bor angladim. Unga va o'lim hamma narsani tugatadi, deb aldanib qolmaslik uchun. Johil odam faqat o'limning yengib bo'lmaydigan devorini ko'radi, u yerda o'zining aziz do'stlari abadiy yashiringan ko'rinadi. Ammo bog'liqliksiz odam, boshqalarni Rabbimizning ifodasi sifatida sevadigan kishi, o'limda azizlar faqat Unda quvonch nafasi uchun qaytib kelishlarini tushunadi.

Ranchi maktabi kichik va oddiy boshlanishlardan Hindistonda hozirda taniqli muassasaga aylandi. Maktabning ko'plab bo'limlari rishilarning ta'lim ideallarini abadiylashtirishdan xursand bo'lganlarning ixtiyoriy xayriyalari bilan ta'minlanadi.

Yogoda Sat-Sanga umumiy nomi ostida , **27-4** Midnapore, Lakshmanpur va Puri shaharlarida gullab-yashnayotgan filial maktablari tashkil etildi.

Ranchi bosh qarorgohida tibbiy bo'lim mavjud bo'lib, u yerda dori-darmonlar va shifokorlar xizmatlari mahalliy aholining kambag'allariga bepul yetkazib beriladi. Davolanganlar soni o'rtacha 18 000 dan oshdi. shaxslar a yil. The *Vidyalaya* bor qilingan uning belgi, ham, ichida hind raqobatbardosh sport turlari, va keyinchalik ko'plab Ranchi bitiruvchilari o'zlarini ajratib ko'rsatishgan akademik sohada universitet hayoti.

The maktab, hozir ichida uning yigirma sakkizinchi yil va ... markaz ning ko'p faoliyatlar, 27-5 bor bo'lgan hurmatga sazovor bo'lgan

Sharq va G'arbdan kelgan taniqli kishilarning tashriflari orqali. Vidyalayani *birinchi* yilida ko'zdan kechirgan eng qadimgi buyuk shaxslardan biri Benaresning "ikki tanli avliyosi" Swami Pranabananda edi. Buyuk ustoz daraxtlar ostida o'tkaziladigan go'zal ochiq havoda o'tkaziladigan mashg'ulotlarni tomosha qilib, kechqurun yosh o'g'il bolalarning soatlab yoga meditatsiyasi bilan qimirlamay o'tirganini ko'rib, chuqur ta'sirlandi .

"Yuraginga quvonch keladi", dedi u, "Lahiri Mahasayaning yoshlarni to'g'ri tarbiyalash bo'yicha ideallari ushbu muassasada amalga oshirilayotganini ko'rishdan xursandman. Ustozimning barakoti bo'lsin."

Yonimda o'tirgan bir yosh yigit buyuk yogiga savol berishga

jur'at etdi. "Janob," dedi u, "men rohib bo'layinmi? Mening

hayotim faqat Xudo uchunmi?"

Garchi Swami Pranabananda jilmayib qo'ydi muloyimlik bilan, uning ko'zlar edilar teshish ... kelajak.

"Bolam," deb javob berdi u, "ulg'ayganingda seni go'zal kelin kutmoqda." Bola Swami ordeniga kirishni yillar davomida rejalashtirganidan so'ng, oxir-oqibat turmushga chiqdi.

Svami Pranabananda Ranchiga tashrif buyurganidan bir muncha vaqt o'tgach, men otam bilan birga Kalkuttadagi yogi vaqtinchalik yashagan uyga bordim.

Pranabanandaning menga ko'p yillar oldin aytgan bashorati xayolimga keldi:

"Keyinroq sizni otangiz bilan ko'raman".

Ota svami xonasiga kirganida, buyuk yogi o'rnidan turdi va ota-onamni mehr bilan hurmat bilan quchoqladi.

"Bhagabati," dedi u, "o'zing haqingda nima qilyapsan? O'g'lingning Cheksizlikka yugurayotganini ko'rmayapsanmi?" Otam oldida uning maqtovini eshitib, qizarib ketdim. Svami davom etdi: "Muborak guruimizning qanchalik tez-tez: " *Banat, banat, ban jai* ", deb aytganini eslaysanmi? **26-6 Shunday ekan, Kriya Yoga bilan tinimsiz** shug'ullaning va ilohiy portallarga tezda yetib boring.

Benaresda unga birinchi marta tashrif buyurganimda juda yaxshi va baquvvat ko'ringan Pranabanandaning tanasi endi aniq qarishni ko'rsatdi, garchi uning holati hali ham hayratlanarli darajada tik tursa ham.

— Swamiji, — deb so'radim men uning ko'zlariga tikilib, — iltimos, rostini ayting: qarilikni his qilmayapsizmi? Tanangiz zaiflashib borayotgan bir paytda, Xudo haqidagi tasavvuringiz pasayyaptimi ?

U farishtalarcha jilmayib qo'ydi. "Sevgilim endi men bilan avvalgidan ham ko'proq." Uning to'liq ishonchi ongim va qalbimni qamrab oldi. U davom etdi: "Men hali ham ikkita pensiyadan bahramand bo'lmoqdaman - biri bu yerda Bhagabatidan, biri yuqoridan." Barmog'ini osmonga ko'tarib, avliyo hayajonga tushdi, yuzi ilohiy nur bilan yorishdi - bu mening savolimga to'liq javob edi.

Pranabanandaning xonasida ko'plab o'simliklar va urug'lar solingan paketlar borligini payqab, ularning maqsadini so'radim.

"Men Benaresni butunlay tark etdim", dedi u, "va endi Himolay tog'lariga ketyapman. U yerda shogirdlarim uchun ashram ochaman. Bu urug'lardan ismaloq va boshqa bir nechta sabzavotlar hosil bo'ladi. Mening azizlarim sodda hayot kechirishadi, vaqtlarini Xudo bilan baxtli birlikda o'tkazishadi. Boshqa hech narsa kerak emas."

Ota so'radi uning aka shogird qachon u bo'lardi qaytish ga Kalkutta.

— Boshqa hech qachon, — deb javob berdi avliyo. — Bu yil Lahiri Mahasaya menga sevimli Benaresimni abadiy tark etib, Himolay tog'lariga borishimni, u yerda o'lim tanamni tashlashimni aytgan yil.

Uning so'zlaridan ko'zlarim yoshga to'ldi, lekin svami xotirjam jilmayib qo'ydi. U menga Ilohiy Onaning tizzasida mahkam o'tirgan kichkina samoviy bolani eslatdi. Yillar yuki buyuk yogining oliy ruhiy kuchlarga to'liq egalik qilishiga hech qanday salbiy ta'sir ko'rsatmaydi. U o'z tanasini xohlagancha yangilay oladi; ammo ba'zida u qarish jarayonini sekinlashtirishni istamaydi, balki karmasining ishlashiga yo'l qo'yadi. o'zini jismoniy tekislikda namoyon qiladi, eski tanasini vaqtni tejaydigan vosita sifatida ishlatib, yangi mujassamlanishda karma ishlab chiqish zaruratini istisno qiladi.

Oylar keyinroq Men uchrashdi bir eski do'stim, Sanandan, JSSV edi bitta ning Pranabananda's yopish shogirdlar.

"Mening yoqimli gurumim yo'q bo'lib ketdi", dedi u menga yig'lab. "U Rishikesh yaqinida bir monastir qurdi va bizga mehr bilan ta'lim berdi. Biz juda yaxshi joylashib, tez ruhiy rivojlanayotganimizda..." Kompaniyasida muvaffaqiyatga erishganidan so'ng, u bir kuni Rishikeshdan kelgan ulkan olomonni ovqatlantirishni taklif qildi. Men so'radim nega u bunday katta raqamni xohladi.

"Bu mening so'nggi festival marosimim", dedi u. Men uning so'zlarining to'liq ma'nosini tushunmadim .

"Pranabanandaji juda ko'p miqdorda ovqat pishirishga yordam berdi. Biz 2000 ga yaqin mehmonni ovqatlantirdik. Ziyofatdan keyin u baland minbarga o'tirdi va Cheksizlik haqida ilhomlantiruvchi va'z qildi. Oxirida, minglab odamlarning nigohi oldida, men uning yonida minbarda o'tirganimda, u menga o'girilib, g'ayrioddiy kuch bilan gapirdi."

"Sanandan, bo'lish tayyorlangan; Men ertalab ketayotgan ga tepish ... ramka. 27-7 "

"Hayratda qolgan sukutdan so'ng, men baland ovozda qichqirdim: 'Ustoz, buni qilmang! Iltimos, iltimos, buni qilmang!' Olomon tilga bog'lanib, bizni qiziquvchanlik bilan kuzatib turishardi. Ustozim menga jilmayib qo'ydi, lekin uning jiddiy nigohi allaqachon Abadiyatga qadalgan edi.

"Xudbin bo'lmanglar," dedi u, "men uchun qayg'urmanglar. Men uzoq vaqtdan beri barchangizga xursandchilik bilan xizmat qilib kelmoqdaman; endi Xursand bo'ling va menga Xudoning marhamatini tilang. Men Kosmik sevgilim bilan uchrashishga boraman." Pranabanandaji pichirlab qo'shimcha qildi: "Men tez orada qayta tug'ilaman. Cheksiz ne'matning qisqa davridan bahramand bo'lgandan so'ng, men qaytib kelaman. yerga tushib, Babajiga qo'shiling. **27-8** Jonim qachon va qayerda yangi tanaga qamalganini tez orada bilib olasiz.

"U yig'ladi yana, 'Sanandan, Bu yerga Men tepish ... ramka tomonidan ... ikkinchi *Kriya Yoga* . **27-9**

"U oldimizdagi yuzlar dengiziga qaradi va duo qildi. Nigohini ichki ma'naviy ko'zga qaratib, u harakatsiz qoldi. Sarosimaga tushgan olomon uning ekstatik holatda meditatsiya qilayotganini o'ylagan bir paytda, u allaqachon tana chodirini tark etib, ruhini kosmik kenglikka botirgan edi. Shogirdlar uning tanasiga tegib, lotus holatida o'tirishdi, lekin u endi issiq tana emas edi. Faqat qotib qolgan gavda qoldi; ijarachi o'lmas qirg'oqqa qochib ketgan edi."

Men so'ralgan qayerda Pranabananda edi ga bo'lish qayta tug'ilgan.

— Bu muqaddas omonatni men hech kimga ayta olmayman, — deb javob berdi Sanandan. — Balki siz buni boshqa yo'l bilan bilib olishingiz mumkin.

Yillar o'tib, men Swami Keshabananda **27-10 dan kashf etdim** Pranabananda, yangi tanada tug'ilganidan bir necha yil o'tgach, Himolay tog'laridagi Badrinarayanga borgan va u yerda buyuk Babaji atrofidagi avliyolar guruhiga qo'shilgan.

.....
27-1 Vidyalya , maktab. *Brahmacharya* bu yerda inson hayoti uchun Vedik rejasining to'rt bosqichidan birini anglatadi, chunki u quyidagilarni o'z ichiga *oladi* bu ning (1) ... turmush qurmaslik talaba (*brahmachari*); (2) ... uy egasi bilan dunyoviy majburiyatlar (*grihastha*);

zohid (*vanaprastha*); (4) ... o'rmon yashovchi yoki sayohatchi, bepul dan hammasi dunyoviy tashvishlar (... (3) *sannyasi*). Bu ideal sxema ning hayot, shu bilan birga emas keng miqyosda kuzatilgan ichida zamonaviy Hindiston, hali ham bor ko'p dindor izdoshlar. The to'rtta bosqichlar bor guruning umrbod rahbarligi ostida diniy tarzda amalga .oshirildi

27-2 : A raqam ning Amerikalik talabalar shuningdek ega bo'lish o'zlashtirildi turli xil *asanas* yoki pozalar, shu jumladan Bernard Koul, Los-Anjelesdagi O'zini O'zi Anglash Jamg'armasi ta'limotlari o'qituvchisi.

27-3 : *Mark* 10:29-30 ..

27-4 : Yogoda: *yoga* , kasaba uyushmasi, uyg'unlik, muvozanat; *da* , bu qaysi beradi. Sat-Sanga: *o'tirdi* , haqiqat; *sanga* , do'stlik. Ichida G'arb, ga oldini olish ... foydalanish ning a Sanskritcha ism, ... *Yogoda Sat-Sanga* harakat bor bo'lgan chaqirildi ... *O'z-o'zini anglash bo'yicha hamkorligi* .

27-5 : The faoliyatlar da Ranchi bor tasvirlangan Ko'proq to'liq ichida **bob 40** . The Lakshmanpur maktab bu ichida ... qobiliyatli zaryadlash Janob GC Dey, BA Tibbiyot bo'limi doktorlar SN Pal va Sasi Bhusan Mullick tomonidan mohirona nazorat qilinadi.

27-6 : Bir ning Lahiri Mahasaya's sevimli izohlar, berilgan sifatida rag'batlantirish uchun uning talabalarining qat'iyatlilik. A bepul tarjimasini: "Tirish, intilish, bir kun kelib Ilohiy maqsadni ko'rasiz!"

27-7 : ya'ni, berish yuqoriga ... tana.

27-8 : Lahiri Mahasaya's guru, JSSV bu hali ham yashash. (Qarang **bob 33.**)

27-9 ikkinchi *Kriya* , uni o'zlashtirgan dindorga ketish va qaytish imkonini beradi. tana ongli ravishda da har qanday vaqt. Ilg'or yogilar foydalanish ... ikkinchi Kriya texnika davomida ... oxirgi chiqish ning o'lim, a ular har doim oldindan bilishadi.

27-10 : Mening uchrashuv bilan Keshabananda bu tasvirlangan ichida **bob 42.**

BOB: 28

Kashi, Qayta tug'ilgan Va Qayta kashf etilgan

"Iltimos qil emas borish ichiga ... suv. Ruksat bering bizni cho'milish tomonidan botirish bizning chelaklar."

Men sakkiz milya piyoda sayohatga men bilan birga kelgan yosh Ranchi talabalariga murojaat qilardim qo'shni tepalik. Oldimizdagi hovuz jozibador edi, lekin xayolimda unga nisbatan nafrat paydo bo'lgan edi.

Atrofimdagi guruh mening chelaklarni suvga botirishdagi o'rnagimga ergashdi, lekin bir nechta yigitlar salqin suv vasvasasiga berilib ketishdi. Ular sho'ng'ishlari bilanoq, katta suv ilonlari ularning atrofida aylanib yurishdi. Bolalar hovuzdan kulgili tezlik bilan chiqib kelishdi.

Manzilimizga yetib borganimizdan so'ng, piknikda tushlik qildik. Men daraxt tagida, bir guruh talabalar qurshovida o'tirdim. Meni ilhomlantiruvchi kayfiyatda ko'rib, ular menga savollar berishdi.

— Iltimos, ayting-chi, janob, — deb so'radi bir yigit, — men doim siz bilan birga gunohdan voz kechish yo'lida qolamanmi yoki yo'qmi ?

"A, yo'q," Men javob berdi, "siz vasiyatnoma bo'lish majburan olingan uzoqda ga sizning uy, va keyinroq siz vasiyatnoma uylaning."

Ishonmay, u qattiq norozilik bildirdi. "Faqat o'lsamgina, meni uyga olib ketishlari mumkin." Ammo bir necha oydan so'ng, ota-onasi, uning ko'z yoshlar bilan qarshilik ko'rsatishiga qaramay, uni olib ketish uchun kelishdi; bir necha yil o'tgach, u uylandi.

Ko'p savollarga javob bergandan so'ng, menga Kashi ismli bir yigit murojaat qildi. U o'n ikki yoshlar atrofida edi, ajoyib o'quvchi va hamma tomonidan sevib qolingan edi.

"Janob," u dedi, "nima vasiyatnoma bo'lish mening taqdirmi?"

"Siz kerak tez orada bo'lish o'lik. The javob keldi dan mening lablar bilan bir qarshilik ko'rsatib bo'lmaydigan kuch.

Bu kutilmagan oshkoralik meni ham, hozir bo'lganlarning hammasini ham hayratda qoldirdi va xafa qildi. O'zimni jimgina go'dakligimdan qo'rqqanim uchun tanbeh berib , boshqa savollarga javob berishdan bosh tortdim.

Yoqilgan bizning qaytish ga ... maktab, Kashi keldi ga mening xona.

"Agar men o'lsam, qayta tug'ilganimda meni topib, ruhiy yo'lga qaytarasizmi?" U yig'lab yubordi.

Men bu qiyin okkultizm mas'uliyatidan voz kechishga majbur bo'ldim. Lekin keyin bir necha hafta davomida Kashi meni qat'iyat bilan qiynadi. Uning asabiylashganini ko'rib, nihoyat uni yupatdim.

"Ha," Men va'da berdi. "Agar ... Samoviy Ota qarz beradi Uning yordam, Men vasiyatnoma sinab ko'ring ga topish sen."

Yozgi ta'til paytida men qisqa safarga chiqdim. Kashini o'zim bilan olib keta olmaganimdan afsuslanib, ketishdan oldin uni xonamga chaqirdim va unga barcha ishontirishlarga qaramay, maktabning ruhiy tebranishlarida qolishni ehtiyotkorlik bilan buyurdim. Qandaydir yo'l bilan agar u uyga bormasa, yaqinlashib kelayotgan falokatdan qochib qutulishi mumkin deb o'yladim.

Men ketishim bilan Kashining otasi Ranchiga yetib keldi. O'n besh kun davomida u o'g'lining irodasini sindirishga urindi, agar Kashi onasini ko'rish uchun Kalkuttaga atigi to'rt kunga borsa, Keyin u qaytib kelishi mumkin edi. Kashi qat'iyat bilan rad etdi. Ota nihoyat bolani olib ketishini aytdi politsiya yordamida qochib ketdi. Bu tahdid Kashini bezovta qildi, u maktabga salbiy ta'sir ko'rsatishni istamadi. U ketishdan boshqa chorasini ko'rmadi.

Bir necha kundan keyin Ranchiga qaytib keldim. Kashining ko'chirilganini eshitib, darhol Kalkuttaga yo'l oldim. U yerda ot aravachasiga o'tirdim. G'alati, mashina Gang daryosi ustidagi Howrah ko'prigidan o'tib ketayotganda, men Kashining otasini va boshqa qarindoshlarini motam kiyimida ko'rdim. Haydovchimga to'xtashni baqirib, yugurib chiqib, baxtsiz otaga tikilib qoldim.

"Janob Qotil," Men yig'ladi biroz asossiz ravishda, "siz ega bo'lish o'ldirilgan mening bola!

Ota Kashini Kalkuttaga majburan olib kelish bilan qilgan xatosini allaqachon anglab yetgan edi. Bola u yerda bo'lgan bir necha kun ichida u ifloslangan ovqatni yeb, vabo yuqtirib, vafot etgan edi.

Kashiga bo'lgan muhabbatim va uni o'limdan keyin topishga bergan va'dam meni kechayu kunduz ta'qib qilardi. Qayerga borsam ham, uning yuzi ko'z oldimda porlardi. Men uni unutilmas izlay boshladim, hatto yo'qolgan onamni ancha oldin qidirgan bo'lsam ham.



Kashi, yo'qolgan va qayta kashf etilgan



Mening akam Bishnu; Seramporelik Motilal Mukherji, Shri Yuktesvarning juda ilg'or shogirdi; otam; janob Rayt; o'zim; Tulsi Narayan Bose; Ranchi Svami Satyananda



1920-yilda bo'lib o'tgan Xalqaro diniy liberallar kongressiga delegatlar guruhi Boston, men Amerikada ilk nutqimni so'zlagan joy. (*Chapdan o'ngga*) Ruhoniy Kley Makkoli, Ruhoniy T. Rhondda Uilyams, professor S. Ushigasaki, Ruhoniy Jabez T. Sanderlend, men, Ruhoniy Chas. V. Vendte, Ruhoniy Samuel A. Eliot, Ruhoniy Basil Martin, Ruhoniy. Kristofer J. Ko'cha, Ruhoniy Shomuil M. Kroterlar.

Xudo menga aql-idrok qobiliyatini berganligi sababli, men bolaning astral qayerda ekanligini bilishim mumkin bo'lgan nozik qonunlarni kashf etish uchun undan foydalanishim va kuchlarimni maksimal darajada ishga solishim kerakligini his qildim. U amalga oshmagan istaklar bilan titrayotgan ruh ekanligini angladim - astral mintaqalardagi millionlab yorqin ruhlar orasida bir joyda suzib yuruvchi yorug'lik massasi. Qanday qilib men unga moslashaman? uni, boshqa ruhlarning shuncha ko'p tebranadigan chiroqlari orasida?

Foydalanish a sir yoga texnika, Men efirga uzatildi mening sevgi ga Kashiniki jon orqali
... mikrofon ning

ruhiy ko'z, qoshlar orasidagi ichki nuqta. Ko'tarilgan qo'llar va barmoqlarning antennasi bilan, Men tez-tez o'girildi o'zim dumaloq va dumaloq, harakat qilish ga joylash ... yo'nalish ichida qaysi u embrion sifatida qayta tug'ilgan edi. Men undan yuragimning diqqatni jamlashga moslashtirilgan radiosida javob olishni umid qilgandim. **28-1**

Men intuitiv ravishda Kashining tez orada yerga qaytishini va agar men unga tinimsiz qo'ng'iroq qilaversam, uning ruhi javob berishini his qildim. Kashi yuborgan eng kichik turtki barmoqlarim, qo'llarim, qo'llarim, umurtqa pog'onalarim va asablarimga ta'sir qilishini bilardim.

Kashining o'limidan keyin olti oy davomida so'nmagan g'ayrat bilan yoga usulini tinimsiz mashq qildim. Bir kuni ertalab Kalkuttaning gavjum Bowbazar qismida bir nechta do'stlarim bilan sayr qilib, qo'llarimni odatdagidek ko'tardim. Birinchi marta javob bo'ldi. Barmoqlarim va kaftlarimdan oqib tushayotgan elektr impulslerini sezib hayajonlandim. Bu oqimlar ongimning chuqur tubidan bitta kuchli fikrga aylandi: "Men Kashiman; men Kashiman; mening oldimga keling!"

Yuragim radiosiga diqqatimni jamlaganim sari bu fikr deyarli eshitila boshladi. Kashining o'ziga xos, biroz xirillagan pichirlashida, **28-2** Men uning chaqiruvini qayta-qayta eshitdim. Men hamrohlarimdan biri, **28-3 yoshli Prokash Dasning qo'lidan ushladim.** va unga quvonch bilan jilmaydi.

"Bu ko'rinadi sifatida garchi Men ega bo'lish joylashgan Kashi!

Do'stlarim va o'tib ketayotgan olomonning beparvolik bilan o'yin-kulgisi uchun orqamga va orqamga o'girilib qaray boshladim. Elektr impulsleri faqat yaqin atrofdagi yo'lga, ya'ni "Serpentine Lane"ga qaraganimdagina jiringlay boshladi. Boshqa yo'nalishlarga burilganimda astral oqimlar yo'qoldi .

— Voy, — deb xitob qildim men, — Kashining joni shu ko'chada uyi bo'lgan biron bir onaning gornida yashayotgan bo'lsa kerak .

Hamrohlarim bilan Serpentine ko'chasiga yaqinlashdik; ko'tarilgan qo'llarimdagi tebranishlar kuchayib, aniqroq sezilib bordi. Go'yo magnit meni yo'lning o'ng tomoniga tortganday. Bir uyning kirish qismiga yetib borganimda, o'zimni hayratda qoldirgan holda ko'rdim. Eshikni qattiq hayajon bilan taqillatdim, nafasimni rostdladim. Uzoq, mashaqqatli va, albatta, g'ayrioddiy izlanishim muvaffaqiyatli yakunlanganini his qildim!

Eshikni xizmatkor ochdi va menga xo'jayini uyda ekanligini aytdi. U ikkinchi qavatdan zinapoyadan tushib, menga savol bilan jilmaydi. Men savolimni qanday shakllantirishni bilmasdim, bu savol bir vaqtning o'zida o'rinli va beadab edi.

"Iltimos aytib berish men, janob, agar siz va sizning xotin ega bo'lish bo'lgan kutish a bola uchun haqida olti oylarmi?"

— Ha, shunday. — Mening an'anaviy to'q sariq mato kiygan, ruhoni bo'lmagan, svami ekanligimni ko'rib, u xushmuomalalik bilan qo'shimcha qildi: — Iltimos, mening ishlarimni qayerdan bilasiz, menga ayting.

Qachon u eshitildi haqida Kashi va ... va'da Men bor edi berilgan, ... hayratda qoldi erkak ishongan mening hikoya.

"Senga oq tanli o'g'il bola tug'iladi", dedim unga. "Uning yuzi keng, peshonasida sigir yalagan bo'ladi. Uning fe'l-atvori juda ma'naviy bo'ladi." Men kelajakdagi bola Kashiga o'xshash bo'lishiga amin edim.

Keyinchalik men bolani ziyorat qildim, uning ota-onasi unga eski Kashi ismini berishgan edi. Hatto go'dakligida ham u mening aziz Ranchi o'quvchimga juda o'xshardi. Bola menga bir zumda mehr ko'rsatdi; o'tmishdagi jozibadorlik ikki baravar kuchayib ketdi.

Yillar o'tib, o'smir bola menga Amerikada bo'lgan paytimda xat yozdi. U voz kechish yo'lidan borishga bo'lgan chuqur istagini tushuntirdi. Men uni bugungi kungacha qayta tug'ilgan Kashiga yo'l ko'rsatib kelayotgan Himoloy ustoziga yo'naltirdim.

.....
28-1 Qoshlar orasidagi nuqtadan proyeksiyalangan iroda yogislar tomonidan fikrlashning uzatish apparati sifatida tanilgan. Qachon ... tuyg'u bu xotirjamlik bilan jamlangan yoqilgan ... yurak, uni harakatlar sifatida a aqliy radio, va banka qabul qilish ... xabarlar uzoq yoki yaqindan kelgan boshqalarning. Telepatiyada bir odamning ongidagi fikrlarning nozik tebranishlari astral efining nozik tebranishlari orqali, keyin esa qo'polroq yer efiri orqali uzatiladi va elektr to'lqinlarini yaratadi, ular esa o'z navbatida boshqa odamning ongida fikr to'lqinlariga aylanadi.

28-2 : Har bir jon ichida uning sof davlat bu hamma narsani biluvchi. Kashiniki jon eslab qoldi hammasi ... xususiyatlari ning Kashi, ... bola, va shuning uchun mening tanib olishimni uyg'otish uchun uning xirillagan ovozi taqlid qildi.

28-3 : Prokash Das bu ... hozirgi direktor ning bizning Yogoda Matematika (ermitaj) da Dakshinesvar ichida Bengal.

BOB: 29

Rabindranat Tagore Va Men Taqqoslash Maktablar

"Rabindranat Tagore o'rgatilgan bizni ga qo'shiq aytish, sifatida a tabiiy shakl ning o'zini- ifoda, kabi ... qushlar.

Ranchi maktabimdagi o'n to'rt yoshli aqlli yigit Bhola Nat menga bir kuni ertalab uning ohangdor g'azablari uchun maqtaganimdan keyin shunday izoh berdi. Bola qo'zg'atuvchi bo'ladimi yoki yo'qmi, ohangdor ohangda kuyladi. U ilgari Bolpurdagi mashhur "Santiniketan" (Tinchlik maskani) Tagore maktabida o'qigan edi.

"Rabindranatning qo'shiqlari yoshligimdan beri og'zimda", dedim hamrohimga.

"Butun Bengal, hatto savodsiz dehqonlar ham uning yuksak she'rlaridan zavqlanishadi."

Bhola bilan men Tagorning bir nechta naqoratlarini birgalikda kuyladik. Tagor minglab hind she'rlarini musiqaga bag'ishlagan, ba'zilar asl nusxada, ba'zilar esa qadimgi davrlarga oid.

"Men Rabindranat bilan adabiyot bo'yicha Nobel mukofotini olganidan ko'p o'tmay uchrashdim", dedim keyin ovozimiz baland. "Men uning adabiy tanqidchilariga qarshi kurashishdagi diplomatik bo'lmagan jasoratidan hayratda qolganim uchun uni ziyorat qilishga qiziqib qoldim." Men xirilladim.

Bhola qiziquvchanlik bilan so'ralgan ... hikoya.

— Olimlar Tagorni Bengal she'riyatiga yangi uslubni kiritgani uchun qattiq tanqid qilishdi, — deb boshladim men. — U so'zlashuv va klassik iboralarni aralashtirib, mutaxassislar qalbiga qadrli bo'lgan barcha belgilangan cheklovlarni e'tiborsiz qoldirdi. Uning qo'shiqlari chuqur falsafiy haqiqatni hissiy jihatdan jozibali tarzda ifodalaydi, qabul qilingan adabiy shakllarga unchalik ahamiyat bermaydi.

"Nufuzli tanqidchilardan biri Rabindranatni mensimay "bosma asarlarini bir rupiyaga sotgan kabutar-shoir" deb atagan. Ammo Tagorning qasosi yaqin edi; u o'zining " *Gitanjali* " ("Qo'shiq takliflari") asarini ingliz tiliga tarjima qilganidan ko'p o'tmay, butun G'arb dunyosi uning oyoqlariga ta'zim qildi. Bir vaqtlar uning tanqidchilari bo'lgan mutaxassislarni o'z ichiga olgan holda, ko'plab mutaxassislar tabriklash uchun Santiniketanga borishdi.

"Rabindranat mehmonlarini ataylab uzoq vaqt kechiktirilgandan keyingina qabul qildi va keyin ularning maqtovlarini stoik sukutda eshitdi. Nihoyat u ularga qarshi odatiy tanqid qurollarini ishlatdi."

— Janoblar, — dedi u, — sizlar bu yerda ko'rsatayotgan xushbo'y ehtiromlar o'tmishdagi nafratingizning chirkin hidlari bilan nomuvofiq tarzda aralashib ketgan. Nobel mukofotiga sazovor bo'lishim bilan sizning to'satdan paydo bo'lgan o'tkir minnatdorchilik kuchingiz o'rtasida biron bir bog'liqlik bormi? Men hali ham Bengal ziyoratgohiga birinchi marta kamtarona gullarimni taqdim etganimda sizni xafa qilgan o'sha shoirman.

"Gazetalar Tagorning jasur jazosi haqida hikoya chop etishdi. Men xushomadgo'ylikdan gipnoz qilinmagan odamning ochiq so'zlariga qoyil qoldim", deb davom etdim. "Meni Kalkuttada Rabindranat bilan uning kotibi janob CF Andrews tanishtirdi, **29-1. U shunchaki Bengal dhoti** kiyimida edi . U Tagorni mehr bilan o'zining *gurudevasi deb atadi* .

"Rabindranat meni xushmuomalalik bilan kutib oldi. Undan joziba, madaniyat va xushmuomalalikning tinchlantiruvchi aurasini ajralib turardi. Adabiy kelib chiqishi haqidagi savolimga javoban, Tagore menga diniy dostonlarimizdan tashqari, uning

ilhom manbalaridan biri klassik shoir Bidyapati bo'lganini aytdi."

Ushbu xotiralardan ilhomlanib, men Tagorning eski Bengal qo'shig'i "Sevgingiz chirog'ini yoqing" qo'shig'ini kuylay boshladim. Bhola bilan *Vidyalaya* hududida sayr qilib yurar ekanmiz, quvonch bilan qo'shiq aytdik.

Ranchi maktabiga asos solinganidan ikki yil o'tgach, men Rabindranathdan ta'lim ideallarimizni muhokama qilish uchun Santiniketanga tashrif buyurish taklifini oldim. Men xursand bo'lib bordim. Men kirganimda shoir o'z kabinetida o'tirgan edi; o'shanda, xuddi birinchi uchrashuvimizdagidek, u juda ajoyib edi deb o'yladim. har qanday rassom orzu qila oladigan ajoyib erkaklik namunasi. Uning chiroyli kesilgan yuzi, olijanob patrisian, uzun sochlari va to'lqinli soqoli bilan o'ralgan edi. Katta, eriydigan ko'zlar; farishta tabassumi; va

naysimon ovoz tom ma'noda maftunkor edi. Qattiqqo'l, uzun bo'yli va jiddiy bo'lgan u deyarli ayollarga xos nafislikni bolalikning yoqimli o'z-o'zidan paydo bo'lishi bilan birlashtirgan edi. Hech qanday idealizatsiya qilingan tasavvur yo'q edi. shoir bu muloyim qo'shiqchidan ko'ra ko'proq mos keladigan timsolni topishi mumkin edi.

Tagore bilan men tez orada g'ayrioddiy yo'nalishlar bo'yicha tashkil etilgan maktablarimizni qiyosiy o'rganishga kirishdik. Biz ko'plab o'xshash xususiyatlarni kashf etdik - ochiq havoda o'qitish, soddalik, bolaning ijodiy ruhi uchun keng imkoniyatlar. Biroq, Rabindranat adabiyot va she'riyatni o'rganishga, shuningdek, musiqa va qo'shiq orqali o'zini ifoda etishga katta e'tibor qaratdi, men buni Bhola misolida allaqachon qayd etgan edim. Santiniketan bolalari sukut saqlash davrlarini kuzatdilar, ammo ularga maxsus yoga mashg'ulotlari berilmadi.

Shoir mening Ranchidagi barcha talabalarga o'rgatiladigan tetiklantiruvchi "Yogoda" mashqlari va yoga diqqatni jamlash texnikasi haqidagi ta'rifimni diqqat bilan tingladi.

Tagore menga o'zining dastlabki ta'limdagi qiyinchiliklari haqida gapirib berdi. "Men beshinchi sinfdan keyin maktabdan qochib ketdim", dedi u kulib. Uning tug'ma she'riy nafisligi qanday qilib haqorat qilinganini osongina tushundim. maktab xonasining g'amgin, intizomli muhiti.

"Shuning uchun men Santiniketanni soyali daraxtlar va osmonning shon-shuhrati ostida ochdim." U go'zal bog'da o'qiyotgan kichik bir guruhga mohirona ishora qildi. "Bola o'zining tabiiy muhitida, gullar va qo'shiqchi qushlar orasida. Faqat shu tarzda u o'zining shaxsiy iste'dodining yashirin boyligini to'liq ifoda eta oladi. Haqiqiy ta'limni hech qachon tashqaridan sig'dirib bo'lmaydi; aksincha bu o'z-o'zidan ichidagi cheksiz donolik xazinalarini yuzaga chiqarishga yordam berishi kerak." **29-2**

Men ham rozi bo'ldim. "Yoshlarning idealistik va qahramonlarga sig'inish instinktlari faqat statistika va xronologik davrlar bilan cheklangan."

Shoir Santiniketan boshlanishiga ilhom bergan otasi Devendranath haqida mehr bilan gapirdi .

"Otam menga bu unumdor yerni sovg'a qildi, u yerda u allaqachon mehmon uyi va ibodatxona qurgan edi", dedi menga Rabindranat. "Men ta'lim tajribamni bu yerda 1901-yilda, atigi o'nta o'g'lim bilan boshladim. Nobel mukofoti bilan birga kelgan sakkiz ming funt sterling maktabni saqlashga sarflandi."

The katta yoshli Tagore, Devendranath, ma'lum uzoq va keng sifatida "Maharishi," edi a juda Uning *avtobiografiyasidan* bilib olish mumkinki, ajoyib inson . U ikki yillik umrini Himolay tog'larida meditatsiya bilan o'tkazgan. O'z navbatida, uning

otasi Dvarkanat Tagore butun Bengaliya bo'ylab saxovatli jamoat xayriyalari bilan mashhur bo'lgan. Bu ulug'vor daraxtdan daholar oilasi paydo bo'lgan. Faqat Rabindranat emas; uning barcha qarindoshlari ijodiy ifodada ajralib turishgan. Uning akalari Gogonendra va Abanindra eng yetakchi rassomlar qatorida **29- 3** ning Hindiston; boshqa aka, Dvijendra, bu a chuqur ko'rish qobiliyatiga ega faylasuf, da kimning muloyim qo'ng'iroq qushlar va o'rmon hayvonlari javob berishadi.

Rabindranat meni mehmon uyida tunashga taklif qildi. Kechqurun shoirni ayvonda bir guruh bilan o'tirganini ko'rish haqiqatan ham maftunkor manzara edi. Vaqt orqaga qarab o'tdi:

Mening oldimdagi manzara qadimgi ziyoratgohga o'xshardi - o'z izdoshlari bilan o'ralgan, ilohiy muhabbatga to'la quvnoq qo'shiqchi. Tagor har bir galstukni uyg'unlik iplari bilan to'qigan. Hech qachon qat'iyatli bo'lmagan holda, u qalbni o'ziga tortdi va taslim qildi. Rabbimiz bog'ida gullab-yashnagan, boshqalarni tabiiy xushbo'y hid bilan o'ziga tortadigan noyob she'riyat gullari!

Rabindranath o'zining ohangdor ovozida bizga yangi yaratilgan bir nechta ajoyib she'rlarini o'qib berdi. Uning shogirdlarining zavqi uchun yozilgan qo'shiqlari va pyesalarining aksariyati Santiniketanda bastalangan. Menimcha, uning satrlarining go'zalligi deyarli har bir asarida Xudoga murojaat qilish mahoratidadir. band, lekin muqaddas Ismni kamdan-kam tilga oladi. "Qo'shiq aytish baxtidan mast bo'lib, o'zimni unutib, seni xo'jayinim bo'lgan do'stim deb atayman", deb yozgan u.

Ertasi kuni tushlikdan keyin men shoir bilan ikkilanib xayrlashdim. Uning kichik maktabi endi barcha mamlakatlar olimlari uchun ideal muhitni topgan "Visva-Bharati" xalqaro universitetiga aylanganidan xursandman.

"Aql qo'rqmasdan va bosh baland ko'tarilgan joyda; bilim
erkin bo'lgan joyda;
Dunyo tor maishiy devorlar bilan bo'laklarga bo'linmagan
joyda;
Qayerda so'zlar kelmoq tashqarida dan ... chuqurlik ning haqiqat;
Qayerda charchamas intilish cho'zilishlar uning qo'llar tomon
mukammallik;
Aqlning tiniq oqimi o'lik odatning zerikarli cho'l qumiga yo'l
topmagan joyda;
Siz ongni tobora kengayib borayotgan fikr va harakatga
yo'naltirgan joy;
Otam, ozodlik osmoniga, yurtim uyg'onsin!" **29-4**

RABINDRANATH TAGOR

.....
29-1 : The Inglizcha yozuvchi va publitsist, yopish do'st ning Mahatma Gandi. Janob Andrews bu hurmatga sazovor bo'lgan ichida Hindiston uchun uning o'zlashtirgan yerlariga ko'plab xizmatlarini ko'rsatdi.

29-2 : "Ruh ko'pincha tug'ilgan yoki hindular aytganidek, "minglab tug'ilishlar orqali mavjudlik yo'lida sayohat qilgan" . . . U yerda bu hech narsa ning qaysi u bor emas orttirilgan ... bilim; yo'q hayrat bu u bu qodir ga eslash . . . " U ilgari bilgan narsalar.Chunki so'rov va o'rganish - bu hamma narsani eslashdir." - *Emerson*

29-3 : Rabindranat, ham, ichida uning oltmishinchi yillar, shug'ullangan ichida a jiddiy o'rganish ning rasm chizish. Ko'rgazmalar ning uning "futuristik" ish bir necha yil oldin Yevropa poytaxtlari va Nyu-Yorkda taqdim etilgan.

29-4 : *Gitanjali (Nyu-York: Macmillan Co.). Shoir haqidagi chuqur tadqiqotni "Rabindranat falsafasi" da topasiz. Tagore , tomonidan ... nishonlangan olim, Janob S. Radhakrishnan (Macmillan, 1918). Boshqa tushuntirish ovoz balandligi bu*

B. K. Royning *Rabindranat Tagore: The Erkak Va Uning She'riyat* (Yangi York: Dodd, Mead, 1915). *Budda Va The Xushxabar Buddizm* (Yangi York: Putnam's, 1916), tomonidan ... taniqli Sharq san'at hokimiyat, Ananda K. .Kumarasvami, o'z ichiga oladi shoirning ukasi Abanindra Nat Tagore tomonidan chizilgan bir qator rangli rasmlar

BOB: 30

The Qonun Ning Mo''jizalar

Buyuk yozuvchi Lev Tolstoy " *Uch zohid*" nomli ajoyib hikoya yozgan . Uning do'sti Nikolas Rerix **30-1** hikoyani quyidagicha umumlashtirdi:

"Bir orolda uchta chol zohid yashar edi. Ular shunchalik sodda edilarki, ular ishlatadigan yagona ibodat: "Biz uchmiz; Sen uchsan - bizga rahm qil!" edi. Bu sodda ibodat paytida buyuk mo''jizalar namoyon bo'ldi.

"Mahalliy yepiskop **30-2** Uch zohid va ularning qabul qilinmaydigan ibodati haqida eshitish uchun keldi va ularga kanonik ibodatlarni o'rgatish uchun ularni ziyorat qilishga qaror qildi. U orolga yetib keldi, zohidlarga ularning samoviy iltijolari noloyiq ekanligini aytdi va ularga ko'plab odatiy ibodatlarni o'rgatdi. Keyin yepiskop qayiqda jo'nab ketdi. U kema ortidan kelayotgan nurni ko'rdi. Kema yaqinlashganda, u qo'llarini ushlab, kemani quvib o'tish uchun to'lqinlar ustida yugurayotgan uchta zohidni ko'rdi.

"Biz siz bizga o'rgatgan ibodatlarni unutib qo'ydik", deb qichqirishdi ular yepiskopga yetib borib, "va sizdan ularni takrorlashingizni so'rashga shoshildik". Hayratga tushgan yepiskop bosh chayqadi.

"Azizlarim," deb kamtarlik bilan javob berdi u, "eski ibodatingiz

bilan yashashda davom eting!" Uch avliyo suv ustida qanday

yurishdi?

Qanaqasiga qildi Masih tiriltirish uning xochga mixlangan tana?

Qanaqasiga qildi Lahiri Mahasaya va Shri Yuktesvar ijro etish ularning mo''jizalarmi?

Zamonaviy ilm-fan hali ham javobga ega emas; garchi atom bombasi va radar mo''jizalarining paydo bo'lishi bilan dunyoqarash doirasi keskin kengaydi.

"Imkonsiz" so'zi ilmiy lug'atda kamroq ko'rinib bormoqda.

Qadimgi Vedik yozuvlarida jismoniy dunyo *Mayaning bitta asosiy qonuni* , nisbiylik va ikkilik printsipli ostida faoliyat yuritishi ta'kidlangan. Xudo, yagona Hayot, Mutlaq Birlikdir; U yolg'on yoki boshqa ma'noda bo'lmagan holda, yaratilishning alohida va xilma-xil ko'rinishlari sifatida ko'rinmasligi mumkin.

haqiqiy bo'lmagan parda. Bu kosmik illyuziya *maya* . Zamonaviy davrning har bir buyuk ilmiy kashfiyoti rishilarning bu oddiy bayonotini tasdiqladi.

mayya qonunidir : "Har bir harakatga har doim teng va qarama-qarshi reaksiya mavjud; har qanday ikkita jismning o'zaro harakatlari har doim teng va qarama-qarshi yo'naltirilgan." Shunday qilib, harakat va reaksiya mutlaqo tengdir. "Yagona kuchga ega bo'lish mumkin emas. Teng va qarama-qarshi kuchlar juftligi bo'lishi kerak va har doim shunday bo'ladi."

Asosiy tabiiy faoliyatlarning barchasi o'zining mavimsi kelib chiqishini ko'rsatadi. Masalan, elektr toki itarish va tortishish hodisasidir; uning elektronlari va protonlari elektr qarama-qarshiliklaridir. Yana bir misol: atom yoki materiyaning oxirgi zarrasi, Yerning o'zi kabi, musbat va manfiy qutblarga ega magnitdir. Butun fenomenal dunyo qutblanishning shafqatsiz ta'siri ostida; fizika, kimyo yoki boshqa biron bir fan qonuni hech qachon ichki qarama-qarshi yoki qarama-qarshi tamoyillardan xoli bo'lmaydi.

Demak, fizika fanlari yaratilishning o'zi va tuzilishi bo'lgan *mayyadan tashqarida qonunlarni shakllantira olmaydi. Tabiatning o'zi mayya* ; tabiatshunoslik uning muqarrar mohiyati bilan kurashishga majbur. O'z sohasida u abadiy va cheksizdir; kelajakdagi olimlar uning xilma-xil cheksizligining bir jihatini boshqasidan keyin tekshirishdan boshqa hech narsa qila olmaydilar. Shunday qilib, fan doimiy oqimda qoladi, yakuniy natijaga erisha olmaydi; allaqachon mavjud va faoliyat yuritayotgan kosmos qonunlarini shakllantirishga yaroqli, ammo Qonun Yaratuvchisi va Yagona Operatorni aniqlashga ojiz. Gravitatsiya va elektrning ulug'vor namoyon bo'lishi ma'lum bo'ldi, ammo tortishish va elektr nima ekanligini hech bir inson bilmaydi.

30-3



"by B. K. Mitra ichida "Kalyana- Kalpatur-

A GURU VA Shogird

O'rmon ermitajlar edilar ... qadimgi o'rindiqlar ning o'rganish, dunyoviy va ilohiy,
uchun ... yoshlik

Hindiston. Bu yerda hurmatli guru yog'och meditatsiya tirsagiga suyanib, shogirdini Ruhning ulug'vor sirlariga boshlab bormoqda.

Mayani yengish ming yillik payg'ambarlar tomonidan insoniyatga yuklatilgan vazifa edi. Yaratilishning ikkiligidan ustun turish va Yaratguvchining birligini idrok etish insonning eng oliy maqsadi sifatida tasavvur qilingan. Kosmik illyuziyaga yopishib olganlar uning qutblanishning asosiy qonunini qabul qilishlari kerak: oqim va pasayish, ko'tarilish va pasayish, kun va tun, zavq va azob, yaxshilik va yomonlik, tug'ilish va o'lim. Bu tsiklik naqsh inson bir necha ming inson tug'ilishidan o'tgandan so'ng, ma'lum bir azobli monotonlikni o'z ichiga oladi; u mayning majburlashlaridan tashqari umidvor nigoh bilan qaray *boshlaydi* .

Maya pardasini yirtish - bu yaratilish sirini ochish demakdir. Koinotni shunday rad etadigan yogi yagona haqiqiy monoteistdir. Qolganlarning barchasi butparast tasvirlarga sig'inmoqdalar. Inson tabiatning dualistik vasvasalariga bo'ysunib qolar ekan, Yanus yuzli *Maya* uning ma'budasi hisoblanadi; u yagona haqiqiy Xudoni bila olmaydi.

Dunyo illyuziyasi, *maya* , *alohida-alohida avidya* deb ataladi , so'zma-so'z "bilimsiz", johillik, xayol. *Maya* yoki *avidya hech qachon intellektual ishonch yoki tahlil orqali yo'q qilinishi mumkin emas, balki faqat nirbikalpa samadhi* ichki holatiga erishish orqali yo'q qilinadi . Eski Ahd payg'ambarlari, va barcha yurtlar va asrlarning ko'ruvchilari shu ong holatidan gapirishgan. Hizqiyo aytadi (43:1-2): "Keyin u olib keldi meni ga ... Darvoza, hatto ... Darvoza bu qarash tomon ... sharq: va, Mana, Isroil Xudosining ulug'vorligi sharqdan kelayotgan edi. Uning ovozi ko'p suvlarning shovqiniga o'xshardi. Yer Uning ulug'vorligidan porladi." Peshonadagi (sharqdagi) ilohiy ko'z orqali Yogi o'z ongini hamma joyda mavjudlikka olib boradi, yaratilishning yagona haqiqati bo'lgan ko'plab suvlarning yoki tebranishlarning ilohiy tovushini, Kalomni yoki Aumni eshitadi.

Kosmosning trillionlab sirlari orasida eng ajoyibi yorug'likdir. O'tkazilishi uchun havo yoki boshqa moddiy muhit talab qilinadigan tovush to'lqinlaridan farqli o'laroq, yorug'lik to'lqinlari yulduzlararo fazoning vakuumidan erkin o'tadi. Hatto to'lqinsimon nazariyada sayyoralararo yorug'lik muhiti sifatida qaraladigan gipotetik efir ham, fazoning geometrik xususiyatlari efir nazariyasini keraksiz qiladi, degan Eynshteyn nazariyasi asosida rad etilishi mumkin. Ikkala gipoteza bo'yicha ham yorug'lik har qanday tabiiy ko'rinishning eng nozik, moddiy qaramlikdan eng ozod bo'lib qolmoqda.

Eynshteynning ulkan tushunchalarida yorug'lik tezligi - sekundiga 186 000 milya - butun Nisbiylik nazariyasida ustunlik qiladi. U matematik jihatdan yorug'lik tezligi insonning cheklangan ongi nuqtai nazaridan o'zgarmas oqim olamidagi yagona *doimiy ekanligini isbotlaydi* . Yorug'lik tezligining yagona mutlaq qiymatiga barcha insoniy vaqt va makon standartlari bog'liq. Ilgari ko'rib chiqilganidek mavhum

abadiy bo'lmagan vaqt va makon nisbiy va cheklangan omillar bo'lib, ularning o'lchov haqiqiyligini faqat yorug'lik tezligi o'lchoviga nisbatan oladi. Fazoni o'lchovli nisbiylik sifatida birlashtirib, vaqt qadimgi da'volarni o'zgarmas qiymatga topshirdi. Endi vaqt o'zining qonuniy tabiatidan mahrum bo'ldi - noaniqlikning oddiy mohiyati! Eynshteyn qalamining bir nechta tenglama zarbalari bilan kosmosdan yorug'likdan tashqari barcha sobit haqiqatni quvib chiqardi.

Keyinchalik, o'zining Birlashgan Maydon Nazariyasida, buyuk fizik tortishish kuchi va elektromagnetizm qonunlarini bitta matematik formulada mujassamlashtirdi.
Kosmikni kamaytirish

bitta qonunning o'zgarishiga qarab tuzilish, Eynshteyn **30-4 asrlar davomida yagona yaratilish tuzilishini - protean mayyasini** e'lon qilgan rishilarga qadar yetib boradi .

Nisbiylikning davriy nazariyasi asosida yakuniy atomni o'rganishning matematik imkoniyatlari paydo bo'ldi. Buyuk olimlar endi nafaqat atom materiya emas, balki energiya ekanligini, balki atom energiyasi asosan ong narsasi ekanligini dadil ta'kidlamodalar.

Ser Artur Stenli Eddington "Fizika fanining soyalar dunyosi bilan bog'liqligini ochiqchasiga anglash eng muhim yutuqlardan biridir", deb yozadi ser Artur Stenli Eddington " *Fizika dunyosining tabiati* " asarida . "Fizika dunyosida biz tanish hayot dramasi soya grafigi ijrosini tomosha qilamiz. Soya siyohi soya qog'ozi ustida oqayotgan paytda tirsagimning soyasi soya stoliga tushadi. Bularning barchasi ramziy ma'noga ega va ramz sifatida fizik uni tark etadi. Keyin ramzlarni o'zgartiradigan alkimyogar Aql keladi. Xulosani qo'pol qilib aytganda, dunyoning asosiy qismi ong-narsalar. The realistik masala va dalalar ning kuch ning sobiq jismoniy nazariya bor umuman ahamiyatsiz bundan mustasno ichida shunday uzoq sifatida ... aql-idrokka oid narsalar bor o'zi yigirilgan bular tasavvurlar.The tashqi dunyo bor shunday qilib soyalar dunyosiga aylaning. Xayollarimizni yo'q qilish orqali biz substansiyani olib tashladik, chunki haqiqatan ham biz substansiya bizning eng buyuk xayollarimizdan biri ekanligini ko'rdik.

Yaqinda elektron mikroskopning kashf etilishi bilan atomlarning yorug'lik mohiyati va tabiatning muqarrar ikkiligi aniq isbotlandi. *The New York Times* gazetasi 1937-yilda Amerika Assotsiatsiyasi yig'ilishidan oldin elektron mikroskopning namoyishi haqida quyidagi xabarni berdi. Ilm-fan taraqqiyoti uchun:

"Volframning kristalli tuzilishi, ilgari faqat bilvosita rentgen nurlari orqali ma'lum bo'lgan, lyuminescent ekranda yorqin tarzda chizilgan bo'lib, unda to'qqizta atom fazoviy panjarada to'g'ri holatda, har bir burchagida va markazida bitta atom bo'lgan kub ko'rsatilgan. Volframning kristall panjarasidagi atomlar lyuminescent ekranda geometrik naqshda joylashtirilgan yorug'lik nuqtalari sifatida ko'rindi. Ushbu kristall yorug'lik kubiga qarshi havo bombardimon qiluvchi molekulalarni harakatlanuvchi suvlarda porlayotgan quyosh nuri nuqtalariga o'xshash raqsga tushadigan yorug'lik nuqtalari sifatida kuzatish mumkin edi..."

Elektron mikroskopning ishlash printsipi birinchi marta 1927-yilda Nyu-York shahridagi Bell Telefon Laboratoriyalaridan doktorlar Klinton J. Devisson va Lester H. Germer tomonidan kashf etilgan, ular elektronning zarracha va to'lqin xususiyatlariga ega bo'lgan ikki tomonlama xususiyatga ega ekanligini aniqladilar. To'lqin sifati elektronga yorug'lik xususiyatini berdi va yorug'likni linza yordamida fokuslashga o'xshash tarzda elektronlarni "fokuslash" vositalarini ishlab chiqish

bo'yicha qidiruv boshlandi.

"Elektronning Jekyll-Hyde sifatini kashf etgani uchun, bu kashfiyot 1924-yilda fransuz fizigi De Brogli tomonidan qilingan bashoratni tasdiqladi va butun jismoniy tabiat olami ikki tomonlama shaxsiyatga ega ekanligini ko'rsatdi, doktor Devisson fizika bo'yicha ham Nobel mukofotiga sazovor bo'ldi."

Sirli olam " asarida shunday yozadi: "Bilim oqimi mexanik bo'lmagan haqiqatga qarab ketmoqda; olam buyuk mashinadan ko'ra buyuk fikrga ko'proq o'xshay boshlaydi." Shunday qilib, yigirmanchi asr fani qadimgi *Vedalardan bir sahifaga o'xshaydi* .

Agar shunday bo'lishi kerak bo'lsa, ilm-fan orqali inson moddiy olam yo'qligi haqidagi falsafiy haqiqatni bilib olsin; uning egri-bugriligi *maya*, ya'ni illyuziyadir. Uning voqelik saroblari tahlil ostida barbod bo'ladi. Jismoniy kosmosning taskin beruvchi tayanchlari birin-ketin uning ostiga urilib ketganda, inson o'zining butparastlikka bo'lgan ishonchini, ilohiy amrni o'tmishda buzganligini xira anglaydi: "Mendan boshqa xudolaring bo'lmasin".

Massa va energiyaning ekvivalentligini bayon qiluvchi mashhur tenglamasida Eynshteyn materiyaning har qanday zarrasidagi energiya uning massasi yoki og'irligi yorug'lik tezligining kvadratiga ko'paytirilganiga teng ekanligini isbotladi. Atom energiyalarining ajralib chiqishi moddiy zarralarning yo'q qilinishi orqali amalga oshiriladi. Materiyaning "o'limi" Atom davrining "tug'ilishi" bo'ldi.

Yorug'lik tezligi matematik standart yoki doimiydir, chunki sekundiga 186 000 milya tezlikda mutlaq qiymat mavjud emas, balki massasi tezligi bilan ortib boradigan hech qanday moddiy jism yorug'lik tezligiga erisha olmasligi sababli. Boshqacha aytganda: faqat massasi cheksiz bo'lgan moddiy jism yorug'lik tezligiga teng bo'lishi mumkin.

. Bu Kontseptsiya Keltiradi Biz Kimga The Qonun Ning Mo'jizalar

O'z tanalarini yoki boshqa har qanday narsani moddiylashtira va dematerializatsiya qila oladigan, yorug'lik tezligida harakatlana oladigan va ijodiy yorug'lik nurlaridan foydalanib, darhol ko'rinishga ega bo'la oladigan ustalar. har qanday jismoniy namoyon bo'lish, ega bo'lish bajarilgan ... zarur Eynshteynchi shart: ularning massasi cheksizdir.

Mukammal yogining ongi tor tana bilan emas, balki universal tuzilish bilan osongina aniqlanadi. Nyutonning "kuchi" bo'ladimi yoki Eynshteynning "inersiya namoyon bo'lishi" bo'ladimi, tortishish kuchi ustani barcha moddiy obyektlarning ajralib turadigan tortishish holati bo'lgan "og'irlik" xususiyatini namoyish etishga *majburlashga ojizdir*. O'zini hamma joyda mavjud Ruh deb bilgan kishi endi vaqt va makonda tananing qattiqligiga bo'ysunmaydi. Ularning qamoqqa oluvchi "o'tmaydigan halqalari" erituvchiga bo'ysundi: "Men Uman".

"Fiat lux! Va yorug'lik paydo bo'ldi." Xudoning O'zining tartibli yaratilishiga bergan birinchi amri (*Ibtido* 1:3) yagona atom haqiqatini - yorug'likni yaratdi. Bu nomoddiy muhitning nurlarida barcha ilohiy ko'rinishlar paydo bo'ladi. Har bir davrning izdoshlari Xudoning alanga va yorug'lik sifatida paydo bo'lishiga guvohlik berishadi. "Shohlarning Shohi va xo'jayinlarning Xo'jayini; faqat o'lmaslikka ega, hech kim yaqinlasha olmaydigan nurda yashaydi." **30-5**

Mukammal meditatsiya orqali o'z ongini Yaratguvchi bilan birlashtirgan yogi kosmik mohiyatni yorug'lik sifatida qabul qiladi; uning uchun yorug'lik nurlari va

ularning hosil bo'lishi o'rtasida hech qanday farq yo'q. suv va yorug'lik nurlari quruqlikni tashkil qiladi. Materiya ongidan, fazoning uch o'lchamidan va vaqtning to'rtinchi o'lchamidan ozod bo'lgan usta o'zining yorug'lik tanasini yer, suv, olov yoki havoning yorug'lik nurlari ustidan teng darajada osonlikcha uzatadi. Ozod qiluvchi ruhiy ko'zga uzoq vaqt diqqatni jamlash yogiga materiya va uning tortishish og'irligi haqidagi barcha xayollarni yo'q qilishga imkon berdi; bundan buyon u koinotni asosan farqlanmagan yorug'lik massasi sifatida ko'radi.

"Optik tasvirlar," Doktor L. T. Troland ning Garvard aytib beradi biz, "bor qurilgan yuqoriga yoqilgan ... bir xil tamoyil sifatida ...

oddiy "yarim tonli" gravyura; ya'ni ular ko'z bilan sezilmaydigan darajada kichik nuqta yoki chiziqlardan iborat. Ko'zning to'r pardasining sezgirliги shunchalik kattaki, vizual

"Sensatsiya nisbatan oz miqdordagi to'g'ri turdagi yorug'lik kvantlari tomonidan hosil qilinishi mumkin." Yorug'lik hodisalari haqidagi ustaning ilohiy bilimi orqali u darhol hamma joyda mavjud bo'lgan yorug'lik atomlarini seziladigan ko'rinishga keltirishi mumkin. Proyeksiyaning haqiqiy shakli - xoh u daraxt bo'lsin, xoh dori, xoh inson tanasi bo'lsin - yogining iroda va vizualizatsiya kuchlariga mos keladi.

Insonning tush ongida, u har kuni uni o'rab turgan xudbinlik cheklovlariga bo'ysunib, uyqusida ongining qudrati har kecha namoyon bo'ladi. Mana, tushda uzoq vaqtdan beri o'lgan do'stlar, eng chekka qit'alar, tirilganlar turibdi. bolalik manzaralari. Tushdagi hodisalardagi barcha odamlarga ma'lum bo'lgan erkin va shartsiz ong bilan Xudoga sodiq ustoz hech qachon uzilmagan aloqani yaratdi. Shaxsiy niyatlardan xoli va Yaratguvchi tomonidan unga berilgan ijodiy irodadan foydalanib, yogi koinotning yorug' atomlarini ixlosmandning har qanday samimiy ibodatini qondirish uchun qayta tashkil qiladi. Shu maqsadda inson va yaratilish yaratilgan: u kosmos ustidan hukmronligini bilib, *maya ustasi sifatida ko'tarilishi kerak.*

"Va Xudo dedi: Keling, O'z suratimizda, O'zimizga o'xshash odamni yarataylik va ularga hukmronlik qilsinlar." dengizdagi baliqlar, osmondagi qushlar, chorva mollari, butun yer yuzi va yer yuzida sudralib yuruvchi barcha sudralib yuruvchilar ustidan." **30-6**

Ichkarida 1915-yil, qisqa vaqt ichida keyin Men bor edi kirdi ... Swami Buyurtma, Men guvoh bo'lgan a ko'rish ning zo'ravonlik qarama-qarshiliklar. Unda ... nisbiylik ning inson ong edi yorqin o'rnatilgan; Men aniq sezilgan ... birlik *Mayyaning* og'riqli ikkilanishlari ortidagi abadiy nur haqida . Bir kuni ertalab otamning Gurpar yo'lidagi uyidagi kichkina chodir xonamda o'tirganimda, bu vahiy menga tushdi. Bir necha oy davomida Yevropada Birinchi jahon urushi avj olgan edi; Men o'limning ko'pligi haqida qayg'u bilan o'yladim.

Meditatsiya uchun ko'zlarimni yumganimda, ongim to'satdan jangovar kema qo'mondoni kapitanning jasadiga o'tdi. To'plarning gumburlashi havoni yorib yubordi, qirg'oq batareyalari va kema to'plari o'rtasida o'qlar almashildi. Ulkan snaryad porox do'koniga tegib, kemamni parchalab tashladi. Portlashdan omon qolgan bir nechta dengizchilar bilan birga suvga sakrab tushdim .

Yuragim tez urib, qirg'oqqa eson-omon yetib bordim. Ammo afsuski! Adashgan o'q ko'kragimdagi shiddatli parvozini to'xtatdi. Men nola qilib yerga yiqildim. Butun tanam falaj bo'lib qolgan edi, lekin men uni egallab olganimni xuddi uxlab qolgan oyog'imni his qilgandek his qilardim.

«Nihoyat O'limning sirli qadami meni quvib yetdi», deb o'yladim. Oxirgi xo'rsinib, hushimdan ketmoqchi bo'lganimda, o'zimni Gurpar yo'lidagi xonamda lotus shaklida o'tirgan holda topdim.

Qayta qo'lga kiritgan narsamni - tanamni quvonch bilan silab va chimchilab, isterik ko'z yoshlarim oqdi Ko'kragimdagi o'q teshigidan xalos bo'ldim. Tirik ekanligimga ishonch hosil qilish uchun u yoqdan bu yoqqa tebranib, nafas olib va chiqarib yubordim. Bu o'zimni tabriklashlar orasida yana hushim qonli qirg'oq bo'yidagi kapitanning jasadiga o'tganini ko'rdim. Meni butunlay sarosimaga soldi.

"Hazrat," Men ibodat qildi, "am Men o'lik yoki tirikmi?"

Ufqni ko'zni qamashtiruvchi yorug'lik o'yini qamrab oldi. Yumshoq gumburlash tebranishi o'z-o'zidan so'zlarga aylandi:

"Hayot yoki o'limning yorug'lik bilan nima aloqasi bor? Men seni O'z nurim suratida yaratdim. The Hayot va o'limning nisbiyligi kosmik tushga tegishli. Tushsiz borlig'ingga qara! Uyg'oning, bolam, uyg'oning!"

Insonning uyg'onishida qadamlar qo'yib, Rabbiiy olimlarni o'z yaratilishining sirlarini kerakli vaqtda va joyda kashf etishga ilhomlantiradi. Ko'plab zamonaviy kashfiyotlar odamlarga kosmosni ilohiy aql tomonidan boshqariladigan yagona kuch - yorug'likning xilma-xil ifodasi sifatida anglashga yordam beradi. Kino, radio, televizor, radar, fotoelektr elementi - hamma narsani ko'ruvchi "elektr ko'z" va atom energiyalarining mo''jizalari yorug'likning elektromagnit hodisasiga asoslangan.

Kino san'ati har qanday mo''jizani tasvirlay oladi. Ta'sirchan vizual nuqtai nazardan, hech qanday mo''jiza fotografiyani aldashga to'sqinlik qilmaydi. Insonning shaffof astral tanasi uning qo'pol jismoniy shaklidan ko'tarilayotganini ko'rish mumkin, u suv ustida yura oladi, o'liklarni tiriltiradi, tabiiy rivojlanish ketma-ketligini teskari yo'naltira oladi va vaqt va makon bilan o'ynaydi. Yorug'lik tasvirlarini xohlagancha yig'ib, fotograf haqiqiy usta haqiqiy yorug'lik nurlari bilan yaratadigan optik mo''jizalarga erishadi.

Kinofilmning hayotiy tasvirlari yaratilishga oid ko'plab haqiqatlarni aks ettiradi. Kosmik rejissyor o'z pyesalarini yozgan va asrlar davomidagi ajoyib aktyorlar tarkibini to'plagan. Abadiylikning qorong'u chodiridan U o'zining ijodiy nurini ketma-ket asrlar filmlari orqali yog'diradi va tasvirlar fazo ekraniga tashlanadi. Xuddi kinofilm tasvirlari haqiqiy bo'lib ko'ringanidek, lekin faqat yorug'lik va soyaning kombinatsiyasi bo'lgani kabi, universal xilma-xillik ham aldamchi ko'rinadi. Sayyoraviy sharlar, son-sanogsiz hayot shakllari bilan, kosmik kinofilmdagi figuralardan boshqa narsa emas, ular cheksiz ijodiy nur tomonidan inson ongi ekraniga tushirilgan sahnalar kabi beshta sezgi idrokiga vaqtincha sodiqdir.

Kino tomoshabinlari yuqoriga qarab, barcha ekran tasvirlari bitta tasvirsiz yorug'lik nuri vositasi orqali paydo bo'layotganini ko'rishlari mumkin. Rang-barang universal drama ham xuddi shunday Kosmik Manbaning yagona oq nuridan paydo bo'lmoqda. Aql bovar qilmaydigan ixtirochilik bilan Xudo O'zining insoniy farzandlari uchun o'yin-kulgini sahnalashtirmoqda, ularni O'zining sayyoraviy teatrida aktyorlar va tomoshabinlarga aylantirmoqda .

Bir kuni men Yevropa jang maydonlari aks etgan kinoxronikani tomosha qilish uchun kinoteatrga kirdim. Birinchi jahon urushi hali ham G'arbda davom etayotgan edi;

kinoxronikada qirg'in shunchalik realistik tarzda tasvirlanganki, Men teatrdan xavotirli yurak bilan chiqib ketdim.

"Hazrat," Men ibodat qildi, "nima uchun do'st Sen ruxsatnoma shunday azob chekishmi?

Meni hayratga solgan narsa, darhol javob Yevropa jang maydonlarining haqiqiy ko'rinishi ko'rinishida keldi. O'lganlar va o'layotganlar bilan to'la kurashning dahshati shafqatsizlikdan ancha ustun edi.

har qanday vakillik ning ... kinoxronika.

— Diqqat bilan qarang! — Ichki ongimga mayin ovoz keldi. — Fransiyada hozir sahnalashtirilayotgan bu sahnalar shunchaki chiaroskuro spektakli ekanligini ko'rasiz. Ular kosmik kinofilm bo'lib, siz hozirgina ko'rgan teatr kinoxronikasi kabi haqiqiy va xayoliy emas — spektakl ichidagi spektakl.

Yuragim hali ham taskin topa olmadi. Ilohiy ovoz davom etdi: "Yaratilish ham yorug'lik, ham soya, aks holda hech qanday tasavvur bo'lishi mumkin emas. *Mayyaning yaxshiligi va yomonligi* ustunlikda doim almashinib turishi kerak. Agar bu dunyoda quvonch cheksiz bo'lsa, inson boshqasini qidirarmidi? Azob chekmasdan u abadiy uyini tark etganini eslashni ham istamaydi. Og'riq - bu xotiraga turtki. Qochish yo'li donolik orqali! O'lim fojiasi haqiqatga yaqin emas; undan titraganlar sahnada unga bo'sh o'qdan boshqa hech narsa o'q uzilmaganda qo'rquvdan o'ladigan johil aktyorga o'xshaydi. Mening o'g'illarim yorug'lik farzandlari; ular abadiy xayolda uxlamaydilar."

mayya haqidagi Muqaddas Kitobdagi hikoyalarni o'qigan bo'lsam ham , ular menga shaxsiy vahiy va ularga qo'shilgan tasalli so'zlari bilan birga kelgan chuqur tushunchani bermagan edi. Inson nihoyat yaratilish shunchaki ulkan kinofilm ekanligiga va unda emas, balki undan tashqarida uning o'z haqiqati borligiga amin bo'lganda, uning qadriyatlari tubdan o'zgaradi.

Ushbu bobni yozib tugatganimda, karavotimga lotus shaklida o'tirdim. Xonam ikkita soyali chiroq bilan xira yoritilgan edi. Nigohimni ko'tarib, shiftda xantal rangidagi mayda chiroqlar borligini, ular radiusga o'xshash yaltiroqlik bilan titrayotganini payqadim. Yomg'ir parchalari kabi qalam bilan chizilgan son-sanoqsiz nurlar shaffof shaxtaga to'planib, jimgina menga yog'di.

Shu zahotiy oq jismoniy tanam o'zining qo'polligini yo'qotdi va astral tuzilishga aylandi. To'shakka zo'rg'a tegib, vaznsiz tanam chapga va o'ngga ozgina va navbatma-navbat siljib borayotganini his qildim. Xonaga qaradim; mebel va devorlar odatdagidek edi, lekin yorug'likning kichik massasi shunchalik ko'payib ketgan ediki, shift ko'rinmas edi. Men hayratda qoldim.

"Bu kosmik kino mexanizmi." Yorug'lik ichidan bir ovoz eshitildi. "U o'z nurini choyshabingizning oq ekraniga sochadi va tanangizning tasvirini yaratadi. Mana, sizning shaklingiz faqat yorug'likdan boshqa narsa emas!"

Qo'llarimga tikilib, ularni oldinga va orqaga siljitdim, lekin ularning og'irligini his qila olmadim. Hayajonli quvonchni bosdim. meni. Bu kosmik poya ning yorug'lik, gullab-yashnayotgan sifatida mening tana, tuyuldi a ilohiy nusxa kinoteatr binosidagi proyeksiya kabinasidan oqib chiqayotgan va ekranda tasvirlar sifatida namoyon bo'ladigan yorug'lik nurlari.

Uzoq vaqt davomida men o'z yotoqxonamning xira yoritilgan teatrida tanamning bu harakatlanuvchi tasvirini ko'rdim. Ko'rgan ko'plab vahiylarimga qaramay, hech biri bundan noyob emas edi. Qattiq tana haqidagi illyuziyam butunlay yo'q bo'lib, barcha jismlarning mohiyati yorug'lik ekanligini anglab yetganimda, men hayottronlarining titrayotgan oqimiga qaradim va yolvorib gapirdim.

"Ilohiy nur, iltimos, buni, mening kamtarona tanaviy tasvirimni, xuddi Ilyos alanga bilan osmonga tortilganidek, O'zingga qaytarib ol."

Bu ibodat, aftidan, hayratlanarli edi; nur g'oyib bo'ldi. Tanam yana o'zining normal vazniga qaytdi va karavotga cho'kdi; ko'zni qamashtiruvchi shift chiroqlari miltillab, g'oyib bo'ldi. Bu dunyoni tark etish vaqtim hali kelmagan ko'rinadi.

"Bundan tashqari," deb o'yladim men falsafiy ohangda, "Ilyos payg'ambar mening taxminimdan norozi bo'lishi mumkin!"

30-1 : Bu mashhur Ruscha rassom va faylasuf bor bo'lgan yashash uchun ko'p yillar ichida Hindiston yaqinida ... Himolay tog'lari. "Dan cho'qqilar keladi vahiy," u bor yozilgan. "Ichkarida g'orlar va ustiga ... cho'qqilar yashagan ... rishilar. Ustidan ... qorli cho'qqilar ning Himolay tog'lari yulduzlardan va ajoyib chaqmoq chaqnashlaridan ham yorqinroq nur sochadi."

30-2 : The hikoya may ega bo'lish a tarixiy asos; bir tahririyat Eslatma xabar beradi bizni bu ... yepiskop uchrashdi ... uch rohiblar shu bilan birga U Archangeldan Dvina daryosining og'zida joylashgan Slovetkiy monastiriga suzib ketayotgan edi.

30-3 Buyuk ixtirochi Markoni yakuniy qarorlardan oldin ilmiy yetarli emasligini quyidagicha tan oldi: "Imkoniyatsizlik ning fan ga hal qilish hayot bu mutlaq. Bu fakt bo'lardi bo'lish haqiqatan ham qo'rqinchli edilar uni emas uchun iymon. The sir ning hayot shubhasiz, insoniyat fikri oldida turgan eng doimiy muammodir."

30-4 : A ishora ga ... yo'nalish olingan tomonidan Eynshteynning daho bu berilgan tomonidan ... fakt bu u bu a umrbod shogird ning ... Buyuk faylasuf Spinozaning eng mashhur asari *"Geometrik tartibda namoyish etilgan etika" dir* .

30-5 : Men *Timo'tiy* 6:15-16 .

30-6 : *Ibtido* 1:26.

BOB: 31

An Suhbat Bilan The Muqaddas Ona

"Muhtaram onajon, men go'dakligimda sizning payg'ambar eringiz tomonidan suvga cho'mdirilganman. U mening ota-onamning va o'z ustozim Shri Yuktesvarjining ustozi edi. Shunday ekan, menga muqaddas hayotingizdagi bir nechta voqealarni eshitish sharafigini berasizmi?"

Men Lahiri Mahasayaning hayot yo'ldoshi Srimati Kashi Moniga murojaat qilardim. Benaresda qisqa muddatga bo'lib, uzoq vaqtdan beri orzu qilgan hurmatli xonimni ziyorat qilish istagim amalga oshdi. U meni Benaresning Garudeswar Mohulla qismidagi eski Lahiri uyida xushmuomalalik bilan kutib oldi. Qarigan bo'lsa-da, u

lotus kabi gullab-yashnab, jimgina ruhiy hid taratib turardi. U o'rtacha gavgdali, ingichka bo'yinli va oq terili edi. Katta, yaltiroq ko'zlar uning onalik yuzini yumshatardi.

"O'g'lim, siz bor xush kelibsiz Bu yerga. Keling yuqori qavatda."

Kashi Moni bir muddat eri bilan yashagan juda kichkina xonaga yo'l oldi. Men tengsiz ustozning nikohning insoniy dramasini o'ynash uchun pastga tushgan ziyoratgohni ko'rish sharafiga muyassar bo'ldim. Muloyim xonim menga yonidagi yostiqli o'rindiqni ko'rsatdi.

"Erimning ilohiy qaddi-qomatini anglashimga yillar bo'ldi", deb boshladi u. "Bir kuni kechasi, aynan shu xonada men yorqin tush ko'rdim. Ustimda tasavvur qilib bo'lmaydigan darajada ulug'vor farishtalar suzib yurishardi. Bu manzara shunchalik real ediki, men darhol uyg'onib ketdim; xona g'alati tarzda ko'zni qamashtiruvchi yorug'lik bilan qoplangan edi.

"Erim lotus shaklida xonaning o'rtasida ko'tarilgan edi, uning atrofida farishtalar kaftlarini bir-biriga bog'lab qo'ygandek iltijo bilan unga sajda qilishardi. Hayratdan tashqari hayratda qolganimdan, hali ham tush ko'rayotganimga amin bo'ldim."

"Ayol," dedi Lahiri Mahasaya, "sen tush ko'rmayapsan. Uyqungni abadiy tark et." U asta-sekin yerga tushar ekan, men uning oyoqlariga sajda qildim.

"Ustoz," deb qichqirdim men, "qayta-qayta sizning oldingizda bosh egaman! Sizni erim deb bilganim uchun meni kechirasizmi? Ilohiy uyg'ongan odamning yonida johillikda uxlab qolganimni anglab, uyatdan o'laman. Bu kechadan boshlab siz endi mening erim emas, balki mening ustozimsiz. Mening ahamiyatsiz o'zimni shogirdingiz sifatida qabul qilasizmi?" **31-1**

"Ustoz menga muloyimlik bilan tegdi. "Muqaddas jon, o'rningdan tur. Sen qabul qilinding." U farishtalarga ishora qildi. "Iltimos, bu muqaddas avliyolarning har biriga navbat bilan ta'zim qiling."

"Men kamtarona bosh egib bo'lgach, farishtalarning ovozlari xuddi qadimgi yozuvlardan olingan xor kabi birlashib yangradi."

"Ilohiy Zotning rafiqasi, sen barakalisan. Senga salom aytamiz." Ular mening oyoqlarimga egilishdi va mana! Ularning xushbo'y qiyofasi g'oyib bo'ldi. Xona qorong'ilashdi.

"Mening guru so'radi meni ga qabul qilish tashabbus ichiga *Kriya Yoga* .

"Of albatta, Men javob berdi. Men ertalab uzr emas ga ega bo'lish bor edi uning duo avvalroq ichida mening hayot.

"Vaqt hali yetarli emas edi." Lahiri Mahasaya yupatib jilmaydi. "Karmangizning katta

qismini men sizga jimgina mashq qilishga yordam berdim. Endi siz tayyor va xohishingiz bor."

"U peshonamga tegdi. Aylanuvchi yorug'lik massalari paydo bo'ldi; nur asta-sekin oltin halqali va markazida oq beshburchak yulduz joylashgan opal-ko'k ruhiy ko'zga aylandi.

"Ongingizni yulduz orqali Cheksizlik shohligiga kiriting.' Mening uruning ovozi yangi, uzoqdagi musiqa kabi mayin edi.

"Vizyon keyin ko'rish buzilgan sifatida okeanik serfing yoqilgan ... qirg'oqlar ning mening jon. The panoramali sharlar nihoyat

baxt dengizida erib ketdim. Men o'zimni doimo to'lib-toshgan baxt-saodatga yo'qotib qo'ydim. Bir necha soatdan keyin bu dunyoni anglash uchun qaytib kelganimda, ustoz menga *Kriya Yoga texnikasini o'rgatdi*.

"O'sha kechadan boshlab, Lahiri Mahasaya mening xonamda boshqa uxlamadi. Shundan keyin ham u hech qachon uxlamadi. U kunduzi ham, kechasi ham shogirdlari bilan birga pastki qavatdagi kirish xonasida qoldi."

Mashhur xonim jim bo'lib qoldi. Uning ulug'vor yogi bilan bo'lgan munosabatlarining o'ziga xosligini anglab, nihoyat undan boshqa xotiralar so'rashga jur'at etdim.

— O'g'lim, sen ochko'zsan. Shunga qaramay, yana bitta hikoyang bo'ladi, — deb uyalib jilmaydi u. — Men guru erimga qarshi qilgan gunohimni tan olaman. Ruhoniylikka kirishimdan bir necha oy o'tgach, o'zimni tashlandiq va e'tiborsiz his qila boshladim. Bir kuni ertalab Lahiri Mahasaya bu kichkina xonaga maqola olib kelish uchun kirdi; men tezda uning orqasidan ergashdim. Zo'ravonlik bilan xayolga berilib, unga qattiq gapirdim.

"Siz barcha vaqtingizni shogirdlar bilan o'tkazasiz. Xotiningiz va bolalaringiz oldidagi mas'uliyatingiz haqida nima deyish mumkin? Oilangiz uchun ko'proq pul topishga qiziqmasligingizdan afsusdaman."

"Xo'jayin menga bir zum qaradi, keyin esa u g'oyib bo'ldi. Hayrat va qo'rquv ichida xonaning har tomonidan jaranglayotgan ovozni eshitdim:

"Bu bu hammasi hech narsa, qilmang siz ko'ryapsizmi? Qanaqasiga mumkin edi a hech narsa kabi meni mahsulot boylik uchun senmi?"

"Guruji," deb qichqirdim men, "Million marta kechirim so'rayman! Gunohkor ko'zlarim endi seni ko'ra olmaydi; iltimos, muqaddas qiyofangda ko'rin."

"Men shu yerdaman". Bu javob tepamdan keldi. Men yuqoriga qaradim va ustaning ... da paydo bo'lganini ko'rdim. havoda, boshi shiftga tegib turardi. Ko'zlari ko'r qiluvchi alanga kabi edi. U jimgina yerga tushgandan keyin qo'rquvdan yonimda, men uning oyoqlari ostida yig'lab yotdim.

"Ey ayol," dedi u, "ilohiy boylikni qidir, yerning arzimas zarralarini emas. Ichki xazinani orttirgandan so'ng, tashqi ta'minot har doim mavjudligini ko'rasiz." U qo'shimcha qildi: "Mening ruhiy o'g'illarimdan biri sizga ta'minot beradi."

"Mening guruning so'zlar tabiiyki keldi rost; a shogird qildi ketish a sezilarli darajada yig'indi uchun bizning oila."

Men Kashi Moniga o'zining ajoyib tajribalari bilan o'rtoqlashgani uchun minnatdorchilik bildirdim. **31-2** Ertasi kuni men uning uyiga qaytib keldim va Tincouri va Ducouri Lahiri bilan bir necha soat falsafiy suhbatdan zavqlandim.

Hindistonning buyuk yogisining bu ikki avliyo o'g'li uning ideal izidan bordilar. Ikkalasi ham oq tanli, uzun bo'yli, qat'iyatli va qalin soqolli, yumshoq ovozli va eski uslubdagi jozibali edilar.

Uning rafiqasi Lahiri Mahasayaning yagona ayol shogirdi emas edi; yuzlab boshqa odamlar, jumladan, onam ham bor edi. Bir safar bir ayol chela gurudan uning fotosuratini so'radi. U unga ... uzatdi.

chop etish, izoh berish, "Agar siz deb hisoblash uni a himoya, keyin uni bu shunday; aks holda uni bu faqat a rasm."

Bir necha kundan keyin bu ayol va Lahiri Mahasayaning kelini tasodifan guruning surati osilgan stolda *Bhagavad Gitani o'rganayotgan edilar. Elektr bo'roni boshlandi.* katta g'azab bilan chiqib ketdi.

"Lahiri Mahasaya, bizni himoya qil!" Ayollar rasm oldida bosh egishdi. Ular o'qiyotgan kitobga chaqmoq urdi, ammo ikki dindor jarohat olmadi.

"Guyo jazirama issiqni to'xtatish uchun atrofimga muz qatlami qo'yilgandek his qildim", deb tushuntirdi chela.

Lahiri Mahasaya Abhoya ismli ayol shogird bilan bog'liq holda ikkita mo''jiza ko'rsatdi. U va uning eri, Kalkuttalik advokat, bir kuni Benaresni guruga tashrif buyurish uchun yo'lga chiqishdi. Ularning vagonlari katta tirbandlik tufayli kechikdi; ular Howrah asosiy stansiyasiga yetib borishganida, Benares poyezdining jo'nash uchun hushtak chalayotganini eshitishdi.

Abhoya, yaqinida ... chipta ofis, turdi jimgina.

"Lahiri Mahasaya, poyezdni to'xtatishingizni iltimos qilaman!" deb ichkarida ibodat qildi u. "Seni ko'rish uchun yana bir kun kutishga kechikish azobiga chiday olmayman."

Xursillab kelayotgan poyezdning g'ildiraklari aylanib yurishda davom etdi, ammo oldinga siljish bo'lmadi. Mashinist va yo'lovchilar bu hodisani ko'rish uchun platformaga tushishdi. Ingliz temir yo'l qo'riqchisi Abhoya va uning eriga yaqinlashdi. Barcha holatlardan farqli o'laroq, u o'z xizmatlarini ixtiyoriy ravishda taqdim etdi.

"Bobo," u dedi, "berish meni ... pul. Men vasiyatnoma sotib olish sizning chiptalar shu bilan birga siz olish borta."

Er-xotin o'tirishlari va chiptalarni olishlari bilan poyezd sekin oldinga siljidi. Vahima ichida mashinist va yo'lovchilar yana o'z joylariga chiqishdi, ular qanday qilib ekanligini ham bilishmadi. poyezd ishga tushdi, nima uchun u avval to'xtaganini ham bilmasdim.

Abhoya Benarestdagi Lahiri Mahasayaning uyiga yetib kelib, xo'jayin oldida jimgina ta'zim qildi va uning oyoqlariga tegishga harakat qildi.

— O'zingni xotirjam tut, Abhoya, — dedi u. — Meni bezovta qilishni qanchalik yaxshi ko'rasan! Go'yo bu yerga keyingi poyezdda kelolmaysan-ku!

Abhoya yana bir unutilmas voqeada Lahiri Mahasayaga tashrif buyurdi. Bu safar u uning poyezd bilan emas, balki laylak bilan shafolat qilishini xohladi.

"To'qqizinchi farzandim tirik qolishi uchun menga baraka berishingizni so'rayman", dedi u. "Men uchun sakkizta chaqaloq tug'ildi; ularning barchasi tug'ilgandan ko'p o'tmay vafot etdi."

The usta jilmayib qo'ydi hamdardlik bilan. "Sizning kelayotgan bola vasiyatnoma yashash. Iltimos ergashish mening ko'rsatmalar

Ehtiyot bo'ling. Chaqaloq, qiz bola, kechasi tug'iladi. Moy chiroq tong otguncha yonib turishiga e'tibor bering. Uxlab qolmang, shunda chiroq o'chib qoladi.

Abhoyaning bolasi qiz edi, u hamma narsani biluvchi guru bashorat qilganidek, tunda tug'ilgan. Onasi hamshirasiga chiroqni moy bilan to'ldirishni buyurdi. Ikkala ayol ham shoshilinch ravishda ertalabgacha hushyor turishdi, lekin nihoyat uxlab qolishdi. Chiroq moyi deyarli tugab qolgan edi; chiroq zaif miltilladi.

Yotoqxona eshigi qulfini ochib, shiddatli tovush bilan ochildi. Qo'rqib ketgan ayollar uyg'onishdi. Ularning hayratlangan ko'zlari Lahiri Mahasayaning qiyofasini ko'rdi.

— Abhoya, qara, chiroq deyarli o'chib qoldi! — U chiroqqa ishora qildi, hamshira uni to'ldirishga shoshildi. U yana yorqin yonishi bilan usta g'oyib bo'ldi. Eshik yopildi; qulf ko'rinmas harakat bilan mahkamlangan edi.

Abhoyaning to'qqizinchi bola omon qoldi; ichida 1935-yil, qachon Men qilingan surishtiruv, u edi hali ham yashash.

Lahiri Mahasayaning shogirdlaridan biri, hurmatli Kali Kumar Roy menga ustoz bilan bo'lgan hayotining ko'plab qiziqarli tafsilotlarini aytib berdi.

"Men ko'pincha uning Benares uyida haftalab mehmon bo'lardim", dedi menga Roy. "Men ko'plab avliyo shaxslarni, *danda* **31-3 ni kuzatdim.**" svamilar, tunning sokinligida guruning oyoqlariga o'tirish uchun yetib kelishdi.

Ba'zan ular meditatsion va falsafiy fikrlarni muhokama qilishardi. Tong otganda oliyjanob mehmonlar jo'nab ketishardi. Tashriflarim davomida Lahiri Mahasaya bir marta ham uxlash uchun yotmaganini ko'rdim.

"Xo'jayin bilan aloqamning dastlabki davrida men ish beruvchimning qarshiligiga duch keldim", deb davom etdi Roy. "U moddiy narsalarga berilib ketgan edi."

"Men tayoqchamda diniy aqidaparastlarni xohlamayman", deb istehzo bilan kulardi u. "Agar men sizning firibgar guringizni uchratsam, unga eslab qolishi uchun bir nechta so'zlarni aytaman."

"Bu xavotirli tahdid mening odatiy dasturimni buzolmadi; men deyarli har oqshomni guruning huzurida o'tkazardim. Bir kuni kechqurun ish beruvchim orqamdan ergashib, qo'pollik bilan mehmonxonaga yugurib kirdi. U, shubhasiz, va'da qilgan dahshatli so'zlarni aytishga qattiq bel bog'lagan edi. Bu odam o'tirishi bilan Lahiri Mahasaya o'n ikki kishilik kichik shogirdlar guruhiga murojaat qildi.

"Bo'lardi siz hammasi kabi ga ko'rish a rasmmi?"

"Biz bosh irg'aganimizda, u bizdan xonani qorong'ilashtirishni so'radi. "Bir-biringizning orqangizda aylana shaklida o'tiringlar", dedi u, "va qo'llaringizni

oldingizdagi odamning ko'zlariga qo'yinglar".

"Xo'jayinim ham xo'jayinning ko'rsatmalariga, garchi xohlamasa ham, amal qilayotganini ko'rib hayron bo'lmadim. Bir necha daqiqadan so'ng Lahiri Mahasaya bizdan nimani ko'rayotganimizni so'radi."

"Janob," deb javob berdim men, "chiroyli bir ayol paydo bo'ldi. U qizil chegarali *sari kiygan* va fil qulog'i o'simligi yonida turibdi." Boshqa barcha shogirdlar ham bir xil ta'rif berishdi. Ustoz mening xo'jayinimga o'girilib: "Siz bu ayolni taniysizmi?"

— Ha. — Erkak tabiatiga yangicha his-tuyg'ular bilan kurashayotganga o'xshaydi. — Yaxshi xotinim bo'lsa ham, men unga ahmoqona pul sarflab kelyapman. Meni bu yerga olib kelgan sabablardan uyalaman. Meni kechirib, shogirdlikka qabul qilasizmi?

"Agar olti oy davomida yaxshi axloqiy hayot kechirsangiz, men sizni qabul qilaman." Ustoz sirli tarzda qo'shimcha qildi: "Aks holda men sizni ruhoniylikka chaqirishga majbur bo'lmayman."

"Uch oy davomida ish beruvchim vasvasadan o'zini tiydi; keyin u ayol bilan avvalgi munosabatlarini tikladi. Ikki oydan keyin u vafot etdi. Shunday qilib, men gurumning erkakning tashabbusi ehtimoldan yiroqligi haqidagi yashirin bashoratini tushundim."

Lahiri Mahasayaning uch yuz yoshdan oshgan deb hisoblangan juda mashhur do'sti Svami Trailanga bor edi. Ikki yogi ko'pincha birga meditatsiya qilishardi. Trailanganing shuhrati shunchalik keng tarqalganki, uning hayratlanarli mo''jizalari haqidagi har qanday hikoyada haqiqat borligini inkor etadigan hindular kam. Agar Masih yerga qaytib, Nyu-York ko'chalarida yurib, ilohiy kuchlarini namoyish etsa, bu Trailanga o'nlab yillar oldin Benaresning gavjum ko'chalaridan o'tayotganda yaratgan hayajonni keltirib chiqarardi.

Ko'p hollarda svami hech qanday zararli ta'sir ko'rsatmasdan eng halokatli zaharlarni ichgani ko'rilgan. Minglab odamlar, jumladan, hali ham tirik bo'lganlar ham, Trailanganing Gangesda suzib yurganini ko'rishgan. U bir necha kun birga suv ustida o'tirar yoki to'lqinlar ostida juda uzoq vaqt yashirinib yurardi. Benaresdagi cho'milish *ghatlarida* svaminging shafqatsiz hind quyoshiga to'liq ta'sirlangan tosh plitalar ustidagi harakatsiz tanasi odatiy hol edi. Trailanga bu yutuqlari bilan odamlarga yogining hayoti kislorodga yoki oddiy sharoitlar va ehtiyot choralariga bog'liq emasligini o'rgatishga harakat qildi. U suv ustida bo'ladimi yoki suv ostida bo'ladimi va tanasi shiddatli quyosh nurlari ostida yotganmi yoki yo'qmi, usta ilohiy ong bilan yashayotganini isbotladi: o'lim unga tegishi mumkin emas edi.

Yogi nafaqat ma'naviy, balki jismoniy jihatdan ham ajoyib edi. Uning vazni uch yuz funtdan oshdi. funt: umrining har bir yili uchun bir funt! U juda kam ovqat yegani uchun sir yanada kuchaydi. A Biroq, ustoz, biron bir maxsus sababga ko'ra, ko'pincha faqat o'ziga ma'lum bo'lgan nozik sababga ko'ra buni qilishni xohlaganida, barcha odatiy sog'liq qoidalarini osongina e'tiborsiz qoldiradi. Uyg'ongan buyuk avliyolar kosmik mayik orzusi va bu dunyoni Ilohiy Ongdagi g'oya sifatida

anglaganlar, tanani faqat quyuqlashgan yoki muzlatilgan energiyaning manipulyatsiya qilinadigan shakli ekanligini bilib, xohlagancha qila oladilar. Fizika olimlari endi materiyaning qotib qolgan energiyadan boshqa narsa emasligini tushunishsa-da, to'liq nurlangan ustalar materiyaning boshqarish sohasida nazariyadan amaliyotga uzoq vaqt o'tishgan.

Trailanga har doim butunlay yalang'och holda yurardi. Benaresning ta'qibga uchragan politsiyasi uni hayratlanarli muammoli bola deb bila boshladi. Adan bog'idagi ilk Odam Ato singari, tabiiy svami o'zining yalang'ochligidan mutlaqo bexabar edi. Biroq, politsiya bundan juda xabardor edi va uni tantanali ravishda qamoqqa tashladi. Umumiy sharmandalik boshlandi; ulkan jasad

Trailanga tez orada qamoqxona tomida odatdagidek tomida ko'rindi. Uning kamerasi hali ham mahkam qulflangan bo'lsa-da, qochish usuli haqida hech qanday ma'lumot bermadi.

Tushkunlikka tushgan huquqni muhofaza qilish xodimlari yana o'z vazifalarini bajarishdi. Bu safar svamilar kamerasi oldida qo'riqchi qo'yildi. Mayt yana o'ngdan oldin nafaqaga chiqdi. Tez orada Trailanga tom ustida beparvo yurganini ko'rishdi. Adolat ko'r; ayyor politsiya uni ta'qib qilishga qaror qildi. misol.

Buyuk yogi odatiy sukutni saqlab qoldi. **31-4** Yumaloq yuzi va bochkaga o'xshash ulkan qorniga qaramay, Trailanga vaqti-vaqti bilan ovqatlanardi. Bir necha hafta ovqat yemagandan so'ng, u imonlilar tomonidan unga taqdim etilgan to'la sut bilan ro'zasini ochardi. Bir skeptik Trailangani firibgar sifatida fosh qilishga qaror qilgan edi. Devorlarni oqlashda ishlatiladigan kaltsiy-ohak aralashmasi solingan katta chelak svami oldiga qo'yildi.

— Ustoz, — dedi materialist istehzo bilan, — men sizga quyultirilgan sut olib keldim. Iltimos, iching.

Trailanga ikkilanmasdan, yonayotgan ohak to'la idishni oxirgi tomchisigacha to'kib tashladi. Bir necha daqiqadan so'ng jinoyatchi azobdan yerga yiqildi.

"Yordam bering, svami, yordam bering!" u qichqirdi. "Men ertalab yoqilgan olov! Kechir mening yovuz sinov!"

Buyuk yogi odatiy sukunatini buzdi. "Masxara qil," dedi u, "sen menga zahar taklif qilganingda, mening hayotim seniki bilan bir butun ekanligini anglamagan eding. Xudo mening oshqozonimda, yaratilishning har bir atomida bo'lgani kabi, borligini bilmasam, ohak meni o'ldirgan bo'lardi. Endi bumerangning ilohiy ma'nosini bilganingdan so'ng, boshqa hech qachon hech kimga hiyla ishlatma."

The yaxshilab tozalangan gunohkor, sog'ayib ketdi tomonidan Trailanga's so'zlar, xiralashgan zaif uzoqda.

Og'riqning qaytishi xo'jayinning biron bir irodasi bilan emas, balki yaratilishning eng uzoqdagi tebranadigan sharini qo'llab-quvvatlaydigan adolat qonunining xatosiz qo'llanilishi natijasida yuzaga keldi. Trailanga kabi Xudoni anglash odamlari ilohiy qonunning bir zumda harakat qilishiga imkon berishadi; ular egoning barcha to'sqinlik qiluvchi oqimlarini abadiy quvib chiqarishdi.

Trailanga va uning qotiliga o'xshab kutilmagan tanga bilan to'lanadigan adolatning avtomatik o'zgarishlari, insoniy adolatsizlikka bo'lgan shoshilinch g'azabimizni tinchlantiradi. "Qasos Meniki; Men qaytaraman, deydi Rabbimiz." **31-5** Insonning qisqa resurslariga nima ehtiyoj bor? Koinot qasos olish uchun fitna uyushtiradi. Zerikarli onglar ilohiy adolat, sevgi, hamma narsani bilish, o'lmaslik imkoniyatini

obro'sizlantiradi. "Havodagi Muqaddas Kitob taxminlari!" Bu befarq nuqtai nazar, hayratlanarli. kosmik tomoshadan oldin, o'ziga xos uyg'onishni keltirib chiqaradigan bir qator voqealarni uyg'otadi.

Masih Quddusga tantanali kirishi munosabati bilan ruhiy qonunning qudrati haqida gapirgan edi. Shogirdlar va olomon quvonchdan baqirib, "Osmonda tinchlik, eng yuqorida shon-sharaf bo'lsin" deb baqirganlarida, ba'zi farziylar bu nomaqbul tomoshadan shikoyat qilishdi. "Ustoz", deb e'tiroz bildirishdi ular, "shogirdlaringni tanbeh ber".

— Sizlarga chinini aytayin, — deb javob berdi Iso, — agar ular jim tursalar, toshlar darhol baqirib yuborishadi. **31-6**

Farziylarga berilgan bu tanbehda Masih ilohiy adolat majoziy mavhumlik emasligini va tinchliksevar odam, garchi tili ildizlaridan uzilgan bo'lsa ham, o'z nutqini va himoyasini yaratilish poydevorida, ya'ni koinot tartibining o'zida topishini ta'kidlagan edi.

— Siz tinchliksevar odamlarni jim qilmoqchi deb o'ylaysizmi? Siz ham ularni bostirishga umid qila olasizmi? Xudoning ovozi, Uning ulug'vorligini va hamma joyda mavjudligini toshlari kuylaydi. Siz odamlardan osmondagi tinchlik sharafiga bayram qilmasliklarini, balki yer yuzida urush chaqirish uchun ko'p sonli bo'lib to'planishlarini talab qilasizmi? Unda, ey farziylar, dunyoning poydevorini ag'darishga tayyorgarlik ko'ring; chunki faqat muloyim odamlar emas, balki Uning tartibli uyg'unligiga guvohlik berish uchun sizga qarshi toshlar yoki tuproq, suv, olov va havo ko'tariladi.

Masihga o'xshash yogi Trailanganing inoyati bir vaqtlar mening *sajo onamga* (tog'amga) berilgan edi. Bir kuni ertalab amakim Benares ghatida ustozni bir guruh dindorlar qurshovida ko'rdi. U Trailangaga yaqinlashishga muvaffaq bo'ldi va u kamtarlik bilan uning oyoqlariga tegdi. Amaki o'zini og'riqli surunkali kasallikdan darhol xalos bo'lganini ko'rib hayron bo'ldi. **31-7**

Buyuk yogining yagona tirik shogirdi Shankari May Jiew ismli ayol. Trailanga shogirdlaridan birining qizi bo'lgan u svami ta'limini bolaligidan olgan. U qirq yil davomida Badrinath, Kedarnath, Amarnath va Pasupatinath yaqinidagi bir qator yolg'iz Himolay g'orlarida yashagan. 1826-yilda tug'ilgan *brahmacharini* (ayol *zohid*) *hozir yuz yoshdan oshgan. Biroq, tashqi ko'rinishi qarimagan, qora sochlari, yaltiroq tishlari va ajoyib energiyasini saqlab qolgan. U har bir necha yilda bir marta davriy tadbirlar yoki diniy yarmarkalarda qatnashish uchun tanholikdan chiqadi.*

Bu avliyo ayol tez-tez Lahiri Mahasayaga tashrif buyurar edi. Uning aytishicha, bir kuni Kalkutta yaqinidagi Barakpur qismida, u Lahiri Mahasayaning yonida o'tirganida, uning buyuk gurus Babaji jimgina xonaga kirib, ikkalasi bilan suhbatlashgan.

Bir safar uning ustoz Trailanga odatdagi sukutini yo'qotib, Lahiri Mahasayani omma oldida juda aniq hurmat qildi. Benares shogirdi e'tiroz bildirdi.

"Janob," u dedi, "nima uchun qil sen, a swami va a voz kechish, shou shunday hurmat ga a uy egasi?"

— O'g'lim, — deb javob berdi Trailanga, — Lahiri Mahasaya ilohiy mushukchaga

o'xshaydi, u Kosmik Ona uni qayerga qo'ygan bo'lsa, o'sha yerda qoladi. Dunyoviy odam rolini itoatkorlik bilan o'ynab, u o'sha mukammal o'zini anglash qobiliyatiga ega bo'ldi, men esa hatto belbog'imdan ham voz kechdim!

.....

31-1 : Bir bu eslatildi Bu yerga ning Milton's qator: "U uchun Xudo faqat, u uchun

Xudo ichida uni." 31-2: Muhtaram ona 1930-yilda Benarestda vafot etdi.

31-3 : Xodimlar, ramziy ma'noda ... orqa miya shnur, olib yurgan marosim bilan tomonidan aniq buyurtmalar ning rohiblar.

31-4 : U edi a *muni* , a rohib JSSV kuzatadi *mauna* , ma'naviy sukunat. The Sanskritcha ildiz *muni* bu qarindosh ga Yunoncha " *monos* " so'zi "yolg'iz, yakka", ya'ni inglizcha " *monk*", " *monism*" va boshqalar so'zlaridan kelib chiqqan.

31-5 : *Rimliklarga* 12:19.

31-6 : *Luqo* 19:37-40 .

31-7 : The hayotlar ning Trailanga va boshqa ajoyib ustalar eslatmoq bizni ning Isoning so'zlar: "Va bular belgilar kerak ergashish ularni ishonadiganlar; Ichkarida mening ism (bu Masih ong) ular kerak aktyorlar tarkibi tashqarida shaytonlar; ular kerak gapirish bilan yangi tillar; ular ilonlarni ushlaydilar; agar ular biron bir halokatli narsa ichsalar ham, ularga zarar qilmaydi; ular kasallarga qo'llarini qo'yadilar va ular sog'ayib ketadilar" (*Mark* 16:17-18).

BOB: 32

Rama Bu Ko'tarilgan Kimdan The O'lik

"Hozir a aniq erkak edi kasal, nomlangan Lazar. Qachon Iso eshitildi bu, u dedi, Bu kasallik bu

emas ga o'lim, lekin uchun ... shon-sharaf ning Xudo, bu ... O'g'il ning Xudo mumkin bo'lish ulug'langan shu bilan." **32- 1**

Shri Yuktesvar bir quyoshli tongda Serampore monastirining balkonida nasroniylik yozuvlarini tushuntirib berayotgan edi. Ustozning boshqa bir nechta shogirdlaridan tashqari, men ham Ranchi shogirdlarimning kichik bir guruhi bilan birga edim.

"Bu parchada Iso o'zini Xudoning O'g'li deb ataydi. Garchi u chinakam Xudo bilan birlashgan bo'lsa-da, bu yerda uning so'zlari chuqur shaxssiz ma'noga ega", deb tushuntirdi mening gurum. "Xudoning O'g'li - bu Masih yoki insondagi Ilohiy Ongdir. Hech bir *inson* Xudoni ulug'lay olmaydi. Inson o'z Yaratuvchisiga bera oladigan yagona sharaf - bu Uni izlashdir; inson o'zi bilmagan Abstraktsiyani ulug'lay olmaydi. Avliyolarning boshi atrofidagi "shon-sharaf" yoki nimbus ularning ilohiy hurmat ko'rsatish *qobiliyatining ramziy guvohidir*."

Shri Yuktesvar Lazarning tirilishi haqidagi ajoyib hikoyani o'qib berdi. Xulosa qilib aytganda, Ustoz uzoq sukutga cho'mdi, muqaddas kitob tizzasida ochildi.

"Men ham shunga o'xshash mo'jizani ko'rish sharafiga muyassar bo'ldim." Nihoyat ustozim tantanali surtish bilan gapirdi. "Lahiri Mahasaya do'stlarimdan birini o'likdan tiriltirdi."

Yonimdagi yosh yigitlar katta qiziqish bilan jilmayishdi. Menda ham bolalik yetarli edi, ular nafaqat falsafadan, balki Shri Yuktesvarga aytib bera oladigan har qanday hikoyadan zavqlanishardi.

haqida uning ajoyib tajribalar bilan uning guru.

— Do'stim Rama bilan men ajralmas edik, — deb boshladi Ustoz. — U uyatchan va yolg'iz bo'lgani uchun, u bizning guru Lahiri Mahasayani faqat yarim tunda va tong otganda, kunduzgi shogirdlar yo'q bo'lganda ziyorat qilishni tanladi. Ramaning eng yaqin do'sti sifatida men uning ruhiy idrokining boyligini ochib beradigan ruhiy vosita bo'lib xizmat qildim. Men uning ideal hamrohligidan ilhom oldim. — Guruning yuzi xotiralar bilan yumshadi.

"Rama to'satdan og'ir sinovga duch keldi", deb davom etdi Shri Yuktesvar. "U Osiyo vabosi kasalligiga chalindi. Ustozimiz jiddiy kasallik paytida shifokorlarning xizmatiga hech qachon e'tiroz bildirmagani uchun ikkita mutaxassis chaqirildi. Jabrlangan odamga xizmat qilishning shoshilinch ishlari orasida men Lahiri Mahasayadan yordam so'rab chuqur ibodat qildim. Men uning uyiga shoshilib borib, yig'lab yubordim .

"The shifokorlar bor ko'rish Rama. U vasiyatnoma bo'lish xo'p. Mening guru jilmayib qo'ydi xushchaqchaqlik bilan.

"Men qaytib keldi bilan a yorug'lik yurak ga mening do'stning yotoq yonida, faqat ga topish uni ichida a o'lish davlat.

"U bir yoki ikki soatdan ortiq chiday olmaydi", dedi shifokorlardan biri menga umidsizlikka tushib. Men yana Lahiri Mahasayaga shoshildim.

"Shifokorlar vijdonli odamlar. Ishonchim komilki, Rama sog'ayib ketadi." Xo'jayin meni xushchaqchaqlik bilan jo'natdi.

"Ramanikida ikkala shifokor ham yo'qligini ko'rdim. Ulardan biri menga xat qoldirgan edi: "Biz qo'limizdan kelganini qildik, ammo uning ishi umidsiz".

"Do'stim haqiqatan ham o'layotgan odamning qiyofasi edi. Lahiri Mahasayaning so'zlari qanday qilib amalga oshmasligi mumkinligini tushunmadim, ammo Ramaning tez pasayib borayotgan hayotini ko'rish xayolimga kelaverdi: "Endi hammasi tugadi". Imon va xavotirli shubha dengizlarida shunday chayqalib, do'stinga qo'limdan kelganicha xizmat qildim. U o'zini qichqirishga undadi:

"Yuktesvar, yugurish ga Usta va aytib berish uni Men ertalab ketdi. So'rang uni ga duo qilmoq mening tana oldin uning oxirgi marosimlar.

Bilan bular so'zlar Rama xo'rsinib qo'ydi og'ir va berdi yuqoriga ... arvoh. **32- 2**

"Men uning sevimli qiyofasidan bir soat yig'ladim. Doim jimlikni sevuvchi, endi esa o'limning mutlaq sukunatiga yetgan edi. Boshqa bir shogird kirib keldi; men undan qaytib kelgunimcha uyda qolishini so'radim. Yarim gangib, ustozimning oldiga qaytib bordim.

"Qanaqasiga bu Rama hozirmi? Lahiri Mahasaya's yuz edi gulchambar qo'yilgan ichida tabassumlar.

"Janob, tez orada uning ahvolini ko'rasiz", dedim hissiyot bilan. "Bir necha soatdan keyin uning jasadini krematoriyaga olib borishdan oldin ko'rasiz". Men xirilladim va ochiqchasiga nolidim.

"Yuktesvar, nazorat qilish o'zingiz. O'tirish xotirjamlik bilan va meditatsiya qiling. Mening guru nafaqaga chiqqan ichiga *samadhi* . The

Kunduzi va tun uzluksiz sukunatda o'tdi; Men ichki xotirjamlikni tiklash uchun muvaffaqiyatsiz kurashdim.

"Tong otganda Lahiri Mahasaya menga taskin beruvchi nigoh bilan qaradi. "Ko'ryapmanki, siz hali ham bezovtasiz. Kecha nega mendan Ramaga dori shaklida aniq yordam berishimni kutganingizni tushuntirmadingiz?" Usta xom kastor yog'i solingan chashka shaklidagi chiroqqa ishora qildi. "Chiroqdan kichik bir shishani to'ldiring; Ramaning og'ziga yetti tomchi tomizing."

"Janob," Men e'tiroz bildirdi, u bor bo'lgan o'lik beri kecha peshin. Ning nima foydalanish bu ... moy hozirmi?

"Qiyin emas; shunchaki men so'raganimni qiling." Lahiri Mahasayaning xushchaqchaq kayfiyatini tushunib bo'lmas edi; men hali ham qayg'u azobida tinchlanmagan edim. Ozgina moy quyib, Ramaning uyiga jo'nab ketdim.

"Men do'stimning jasadini o'lim qafasida qotib qolgan holda topdim. Uning dahshatli ahvoliga e'tibor bermay, o'ng barmog'im bilan lablarini ochdim va chap qo'lim va probka yordamida uning g'ijimlangan tishlariga tomchilab moy surtishga muvaffaq bo'ldim."

"Yettinchi tomchi sovuq lablariga tegishi bilan Rama qattiq titradi. U hayrat bilan o'rnidan turar ekan, mushaklari boshidan oyoqqacha titradi.

"Men Lahiri Mahasayani yorug'likda ko'rdim", deb qichqirdi u. "U quyosh kabi porladi. "O'rningdan tur; uyqungni tark et", deb buyurdi u menga. "Yuktesvar bilan birga meni ko'rgani kel."

"Rama kiyinib, o'sha o'limga olib keladigan kasallikdan keyin guruimizning uyiga piyoda borish uchun yetarlicha kuchli bo'lganida, ko'zlarimga ishonolmadim. U yerda u minnatdorchilik ko'z yoshlari bilan Lahiri Mahasaya oldida sajda qildi."

"The usta edi yonida o'zi bilan xursandchilik. Uning ko'zlar yarqiragan da meni shafqatsizlarcha.

"Yuktesvar," dedi u, "bundan buyon o'zingiz bilan bir shisha kastor yog'i olib yurishingiz shart emas! Qachonki jasadni ko'rsangiz, shunchaki moy surting! Axir, yetti tomchi chiroq yog'i Yamaning kuchini barbod qilishi kerak!" **32-3**

"Guruji, siz bor masxara qilish meni. Men qilmang tushunish; Iltimos nuqta tashqarida ... tabiat ning mening xato.

"Men sizga ikki marta Rama sog'ayib ketishini aytdim; ammo siz menga to'liq ishona olmadingiz", deb tushuntirdi Lahiri Mahasaya. "Men shifokorlar uni davolay olishlarini nazarda tutmagan edim; men faqat ular hozir ekanliklarini aytdim.

Mening ikkita gapim o'rtasida sababiy bog'liqlik yo'q edi. Men shifokorlarga xalaqit berishni xohlamadim; ular ham yashashlari kerak". Guruim quvonchdan jaranglagan ovozda qo'shimcha qildi: "Doim bilingki, bitmas-tuganmas Paramatman **32-4** shifokor bo'lsin yoki shifokor bo'lmasin, har kimni davolay oladi .

"Xatoimni tushundim", deb afsus bilan tan oldim. "Endi bilamanki, sizning oddiy so'zingiz butun koinot uchun majburiydir."

Shri Yuktesvar ajoyib hikoyani tugatayotganda, sehlangan tinglovchilardan biri bolalikdan ikki barobar tushunarli bo'lgan savolni berdi.

"Janob," u dedi, "nima uchun qildi sizning guru foydalanish kastor moy?"

"Bolam, moy berishning hech qanday ma'nosi yo'q edi, faqat men moddiy narsa kutgan edim va Lahiri Mahasaya mening buyuk imonimni uyg'otish uchun ob'ektiv ramz sifatida yaqin atrofdagi moyni tanladi. Ustoz Ramaning o'lishiga yo'l qo'ydi, chunki men qisman shubha qilgan edim. Lekin ilohiy guru shogird sog'lom bo'lishini aytgan bo'lsa-da, shifo topishi kerakligini bilardi, garchi u Ramani o'limdan, odatda oxirgi kasallikdan davolashi kerak bo'lsa ham!"

Shri Yuktesvar ishdan bo'shatilgan ... kichik guruh, va ishora qildi meni ga a adyol o'rindi q da uning oyoqlar.

— Yogananda, — dedi u g'ayrioddiy jiddiylik bilan, — siz tug'ilgan kuningizdan boshlab Lahiri Mahasayaning bevosita shogirdlari bilan o'ralgansiz. Buyuk ustoz o'zining ulug'vor hayotini qisman tanholikda o'tkazdi va izdoshlariga uning ta'limotlari atrofida biron bir tashkilot tuzishga ruxsat berishdan qat'iy bosh tortdi. Shunga qaramay, u muhim bashorat qildi.

"Mening vafotimdan taxminan ellik yil o'tgach," dedi u, "mening hayotim G'arbda namoyon bo'ladigan yogaga bo'lgan chuqur qiziqish tufayli yoziladi. Yoga haqidagi xabar butun dunyoni o'rab oladi va Yagona Otani to'g'ridan-to'g'ri idrok etish natijasida paydo bo'ladigan insoniyat birodarligini o'rnatishga yordam beradi."

— O'g'lim Yogananda, — davom etdi Shri Yuktesvar, — sen bu xabarni tarqatishda va muqaddas hayotni yozishda o'z hissangni qo'shishing kerak.

Lahiri Mahasayaning 1895-yilda vafot etganidan ellik yil o'tgach, ushbu kitobning yakunlangan yili 1945-yilda yakunlandi. 1945-yil ham shu yilni boshlab bergani meni hayratda qoldirdi. yangi davr - inqilobiy atom energiyasi davri. Barcha o'ychan onglar tinchlik va birodarlikning dolzarb muammolariga avvalgidan ham ko'proq murojaat qilishadi, aks holda jismoniy kuchdan foydalanishning davom etishi barcha odamlarni muammolar bilan birga haydab yuboradi.

Insoniyat va uning ishlari vaqt yoki bomba bilan izsiz yo'q bo'lib ketsa ham, quyosh o'z yo'lida to'xtamaydi; yulduzlar o'zgarmas hushyorlikni saqlaydilar. Kosmik qonunni to'xtatib bo'lmaydi yoki o'zgartirib bo'lmaydi va inson o'zini u bilan uyg'unlashtirsa yaxshi bo'lardi. Agar kosmos qudratga qarshi bo'lsa, agar quyosh sayyoralar bilan jang qilmasa, balki yulduzlarga ozgina ta'sir qilish uchun o'z vaqtida chekinsa, bizning mushtimizga nima foyda? Undan haqiqatan ham tinchlik chiqadimi? Shafqatsizlik emas, balki yaxshi niyat koinotning paylarini qurollantiradi; tinchlikda bo'lgan insoniyat g'alabaning cheksiz mevalarini biladi, qon tuprog'ida o'stirilgan har qanday odamdan ko'ra shirinroq.

Samarali Millatlar Ligasi inson qalblarining tabiiy, nomsiz ligasi bo'ladi. Yer yuzidagi qayg'ularni davolash uchun zarur bo'lgan keng hamdardlik va aql-idrok insonning xilma-xilligini shunchaki intellektual mulohaza qilishdan emas, balki insonning yagona birligi - Xudo bilan qarindoshligi haqidagi bilimdan kelib chiqadi. Dunyoning eng oliy idealini - birodarlik orqali tinchlikni - yoga orqali amalga oshirishga, Ilohiy bilan shaxsiy aloqa ilmi vaqt o'tishi bilan barcha mamlakatlardagi barcha odamlarga tarqaldi.

Hindiston tsivilizatsiyasi boshqa har qanday tsivilizatsiyadan qadimiy bo'lsa-da, kam sonli tarixchilar uning milliy omon qolishdagi jasorati tasodifiy emas, balki Hindiston har bir avlodidagi eng yaxshi odamlari orqali taqdim etgan abadiy haqiqatlarga sadoqatning mantiqiy hodisasi ekanligini ta'kidlaganlar. Mavjudlikning mutlaq davomiyligi, asrlar oldin o'tkinchilik orqali - chang bosgan olimlar bizga qanchasini haqiqatan ham aytib bera oladilar? - Hindiston vaqt sinoviga har qanday xalq ichida eng munosib javobni berdi.

Muqaddas Kitobdagi hikoya **32-5** Ibrohimning Xudoga qilgan iltijosi, agar Sado'm shahridan o'nta solih odam topilsa, uni saqlab qolishini so'rab iltijo qilishi va ilohiy javob: "Men uni o'nta kishi uchun vayron qilmayman", Hindistonning Bobil, Misr va bir vaqtlar uning zamondoshlari bo'lgan boshqa qudratli xalqlarning unutilishidan qutulishi nuqtai nazaridan yangi ma'noga ega bo'ladi. Xudoning javobi shuni aniq ko'rsatadiki, yer o'zining moddiy yutuqlari bilan emas, balki insoniyat durdonalari bilan yashaydi.

Yigirmanchi asrda, ikki marta qonga bo'yalgan holda, ilohiy so'zlar yana eshitilsin: Poraxo'r Hakam nazarida buyuk o'nta odamni yetishtira oladigan hech bir millat yo'q bo'lib ketishni bilmaydi. Bunday ishontirishlarga quloq solib, Hindiston vaqtning minglab ayyorliklariga qarshi o'zini ojiz emasligini isbotladi. Har asrda o'zini anglagan ustozlar uning tuprog'ini muqaddaslashtirgan; Lahiri Mahasaya va uning shogirdi Shri Yuktesvar kabi zamonaviy Masihga o'xshash donishmandlar yoga ilmi inson baxtiga va millatning uzoq umr ko'rishiga olib keladigan har qanday moddiy yutuqlardan muhimroq ekanligini e'lon qilish uchun ko'tarilishadi.

Lahiri Mahasayaning hayoti va uning umuminsoniy ta'limoti haqida juda kam ma'lumot bosma nashrlarda paydo bo'lgan. Hindiston, Amerika va Yevropada uch o'n yillik davomida men uning ozod qiluvchi yoga haqidagi xabariga chuqur va samimiy qiziqishni topdim; ustozning hayoti haqida yozma ma'lumot, u bashorat qilganidek, endi buyuk zamonaviy yogilarning hayoti kam ma'lum bo'lgan G'arbda zarur.

Guruning hayoti haqida ingliz tilida bir yoki ikkita kichik risolalar yozilgan. Bengal tilida bitta tarjimai hol, *Shri Shri* **32-6** *Shyama Charan Lahiri Mahasaya* 1941-yilda paydo bo'lgan. Uni mening shogirdim Svami Satyananda yozgan, u ko'p yillar davomida Ranchi shahridagi *Vidyalayada acharya* (ma'naviy ustoz) bo'lib kelgan. Men uning kitobidan bir nechta parchalarni tarjima qildim va ularni Lahiri Mahasayaga bag'ishlangan ushbu bo'limga kiritdim.

Lahiri Mahasaya 1828-yil 30-sentabrda qadimgi nasldan naslga mansub taqvodor brahman oilasida tug'ilgan. Uning tug'ilgan joyi Bengalning Krishnagar shahri yaqinidagi Nadia tumanidagi Ghurni qishlog'i edi. U hurmatli Gaur Mohan Lahirining ikkinchi xotini Muktakashining kenja o'g'li edi. (Uning birinchi xotini, uch o'g'il tug'ilgandan keyin, ziyorat paytida vafot etgan edi.) Bolaning onasi bolaligida vafot etgan; u haqida uning Shiva xudosining ashaddiy ixlosmandi

ekanligidan tashqari juda kam narsa ma'lum, 32-7. Muqaddas Kitobda "Yogilar qiroli" deb belgilangan.

Shyama Charan ismli bola Lahiri yoshligini Nadiyadagi ajdodlar uyida o'tkazgan. Uch yoki to'rt yoshida u ko'pincha qum ostida yogi holatida o'tirgan, tanasi esa boshidan tashqari butunlay yashiringan holda kuzatilgan.

Lahiri mulki 1833-yil qishida, yaqin atrofdagi Jalangi daryosi o'z yo'nalishini o'zgartirib, Gang daryosining tubiga g'oyib bo'lganida vayron qilingan. Lahirilar tomonidan asos solingan Shiva ibodatxonalaridan biri oilaviy uy bilan birga daryoga tushgan. Bir dindor Shiva Xudoning tosh haykalini aylanib chiqayotgan suvlardan qutqarib, uni hozirda Gurni nomi bilan mashhur bo'lgan yangi ibodatxonaga qo'ygan.

Shiva Sayt.

Gaur Mohan Lahiri va uning oilasi Nadiyani tark etib, Benaresda istiqomat qilishdi, u yerda otasi darhol Shiva ibodatxonasini qurdi. U o'z oilasini Vedik intizomi asosida olib bordi, muntazam ravishda marosimlarga rioya qildi, xayriya ishlarini qildi va Muqaddas Kitobni o'rgandi. Biroq, adolatli va ochiq fikrli u zamonaviy g'oyalarning foydali oqimini e'tiborsiz qoldirmadi.

Bola Lahiri Benares o'quv guruhlarida hind va urdu tillarida dars oldi. U Joy Narayan Ghosal tomonidan olib borilgan maktabda sanskrit, bengal, fransuz va ingliz tillarida ta'lim oldi. Vedalarni sinchkovlik bilan o'rganishga bag'ishlangan *yosh* yogi, Nag-Bhatta ismli Marhatta punditi kabi bilimdon brahmanlarning Muqaddas Kitobdagi munozaralarini diqqat bilan tingladi.

Shyama Charan mehribon, muloyim va jasur yigit bo'lib, barcha hamrohlari tomonidan sevilgan. U mutanosib, zukko va kuchli tanasi bilan suzishda va ko'plab mahoratli mashg'ulotlarda ajoyib edi.

1846-yilda Shyama Charan Lahiri Shri Debnarayan Sanyalning qizi Srimati Kashi Moniga uylandi. Namunali hind uy bekasi Kashi Moni uy vazifalarini va mehmonlar va kambag'allarga xizmat qilishning an'anaviy uy bekasi burchini xushchaqchqlik bilan bajardi. Ikki avliyo o'g'il, Tincouri va Ducouri, bu ittifoqni duo qilishdi.

1851-yilda, 23 yoshida, Lahiri Mahasaya Angliya hukumatining Harbiy muhandislik departamentida buxgalter lavozimini egalladi. Xizmat davomida u ko'plab lavozimlarga ko'tarildi. Shunday qilib, u nafaqat Xudoning nazarida usta, balki dunyodagi ofis xodimi sifatida o'ziga berilgan rolni o'ynagan kichik insoniy dramada ham muvaffaqiyatga erishdi.

Armiya departamenti idoralari ko'chirilganligi sababli, Lahiri Mahasaya Gazipur, Mirjapur, Danapur, Naini Tal, Benares va boshqa joylarga ko'chirildi. Otasining o'limidan so'ng, Lahiri oilasining barcha mas'uliyatini o'z zimmasiga olishga majbur bo'ldi va ular uchun Benaresning Garudeswar Mohulla mahallasidan tinch uy sotib oldi.

Lahiri Mahasaya o'ttiz uchinchi yilida yer yuzida qayta tug'ilgan maqsadining amalga oshishini ko'rди. Uzoq vaqt davomida yonib turgan kulga yashiringan alanga alangalanish imkoniyatiga ega bo'ldi. Insonlarning nigohidan tashqarida joylashgan ilohiy farmon barcha narsalarni o'z vaqtida tashqi ko'rinishga keltirish uchun sirli ravishda ishlaydi. U o'zining buyuk jonzotini uchratdi. guru, Babaji, Ranikhet yaqinida va u *Kriya Yoga* bilan shug'ullangan .

Bu xayrli voqea yolg'iz uning boshiga tushmadi; bu butun insoniyat uchun omadli lahza edi, ularning ko'plari keyinchalik ruhni uyg'otuvchi *Kriya sovg'asini olish sharafiga muyassar bo'lishdi* . Yo'qolgan yoki uzoq vaqtdan beri yo'q bo'lib ketgan

eng yuksak yoga san'ati yana yoritib borildi. Ko'plab ma'naviy chanqoq erkaklar va ayollar oxir-oqibat *Kriya Yoganing salqin suvlariga yo'l topdilar* . Xuddi hind afsonasida bo'lgani kabi, Ona Ganges o'zining ilohiy ichimlikini qurigan ixlosmand Bhagirathga taqdim etganidek, *Kriyaning samoviy toshqini* Himolay tog'larining maxfiy qa'rilaridan odamlarning chang bosgan joylariga oqib tushdi.

.....

A vabo jabrlanuvchi bu tez-tez oqilona va to'liq ongli o'ng yuqoriga ga ... lahza :32-2

.ning o'lim. 32-3: O'lim xudosi

So'zma-so'z, "Oliy jon." :32-4

.32-5: *Ibtido* 18:23-32

Shri , a prefiks ma'no "muqaddas", bu biriktirilgan (umuman olganda ikki marta yoki uch marta) ga ismlar ning :32-6
.ajoyib hind o'qituvchilar

Xudoning uchligidan biri - Brahma, Vishnu, Shiva - ularning universal ishi mos ravishda yaratish, saqlash va :32-7
yo'q qilish-tiklashdir. Mifologiyada Radd etuvchilarning Rabbi sifatida ifodalangan Shiva (ba'zan Shiva deb yoziladi),
paydo bo'ladi ichida vahiyilar ga Uning dindorlar ostida turli xil jihatlari, shunday sifatida Mahadeva, ... to'q sochli
.Asketchi va Kosmik Raqqos Nataraja

BOB: 33

Babaji, The Yogi-Masih Ning Zamonaviy Hindiston

Badrinarayan yaqinidagi shimoliy Himolay qoyalari hali ham Lahiri Mahasaya gurus Babajining tirikligi bilan baraka topgan. Tanho ustoz asrlar davomida, ehtimol ming yillar davomida o'zining jismoniy shaklini saqlab kelgan. O'lmas Babaji avatara . *Bu sanskritcha so'z "tushish" degan ma'noni anglatadi; uning ildizlari ava , "pastga" va tri , "o'tib ketish" dir . Hindu yozuvlarida avatara Ilohiylikning tanaga tushishini anglatadi.*

"Babajining ruhiy holati inson aqlidan tashqarida", deb tushuntirdi menga Shri Yuktesvar. "Insonlarning mitti tasavvuri uning transsendental yulduziga tegib keta olmaydi. Avatarning yutug'ini tasavvur qilishga ham behuda urinishlar bo'ladi. Buni tasavvur qilib bo'lmaydi."

Upanishadlar ma'naviy taraqqiyotning har bir bosqichini batafsil tasniflashgan. *Siddha* ("kamolotga erishgan mavjudot") *jivanmukta* ("tirik holda ozod qilingan") holatidan ... holatiga o'tgan . *paramukta* ("juda erkin") - o'lim ustidan to'liq hokimiyat; ikkinchisi butunlay qutulgan mayli hukmronligi va uning reenkarnatsiya davri. Shuning uchun *paramukta* kamdan-kam hollarda jismoniy tanaga qaytadi; agar u qaytsa, u avatar, dunyoga ilohiy ne'matlarning ilohiy vositasidir.

An avatar bu mavzusiz ga ... universal iqtisodiyot; uning sof tana, ko'rinadigan sifatida a yorug'lik tasvir, bu bepul

Tabiat oldidagi har qanday qarzdan. Beparvo nigoh avatar qiyofasida g'ayrioddiy narsani ko'rmasligi mumkin, ammo u hech qanday soya tashlamaydi va yerga hech qanday iz qoldirmaydi. Bular ichki zulmat va moddiy qullikning yo'qligining tashqi ramziy dalillaridir. Bunday Xudo-odamgina orqadagi haqiqatni biladi. hayot va o'limning nisbiyligi. Juda noto'g'ri tushunilgan Umar Xayyom o'zining o'lmas kitobi Ruboiylarida bu ozod inson haqida *kuylagan* :

"Oh, mening zavqli oyim, so'nishni bilmaydi, Osmon oyi yana ko'tarilmoqda; Bundan keyin u necha marta ko'tarilib, mendan keyin shu bog' orqali behuda qaraydi!"

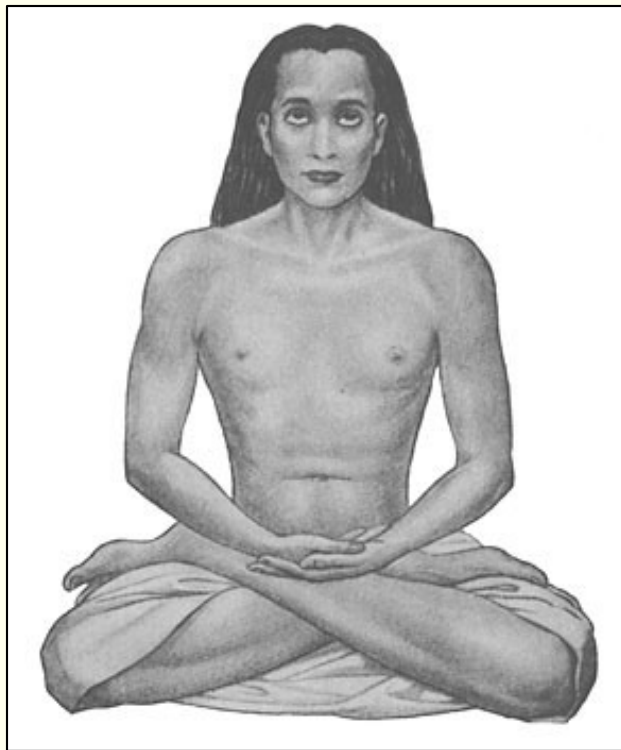
"Lazzat Oyi" - bu Xudo, abadiy Polaris, hech qachon anaxron bo'lmagan. "Osmon Oyi" - bu davriy takrorlanish qonuniga bog'langan tashqi kosmos. Uning zanjirlari fors folbinining o'zini anglashi orqali abadiy parchalanib ketgan edi. "Bundan keyin u qancha marta ko'tarilib... behuda menga qaraydi!" Mutlaq kamchilikni izlashning qanday umidsizligi!

Masih o'zining ozodligini boshqa yo'l bilan ifoda etdi: "Shunda bir ulamo kelib, Unga: Ustoz, qayerga borsangiz ham, men sizga ergashaman, dedi. Iso unga: "Tulkilarning inlari bor, osmon qushlarining uyalari bor, lekin Inson O'g'lining boshini qo'yadigan joyi yo'q", dedi. **33-1**

Keng bilan hamma joyda mavjudlik, mumkin edi Masih haqiqatdan ham bo'lish ergashdi bundan mustasno ichida ... umumiy Ruhmi?

Krishna, Rama, Budda va Patanjali qadimgi hind avatarlari qatorida edilar. Janubiy Hindiston avatari Agastya atrofida tamil tilida katta she'riy adabiyot shakllangan. U nasroniylik davridan oldingi va keyingi asrlarda ko'plab mo''jizalar yaratgan va bugungi kungacha o'zining jismoniy shaklini saqlab qolgan deb hisoblanadi.

Babajining Hindistondagi vazifasi payg'ambarlarga o'zlarining maxsus farmonlarini bajarishda yordam berish edi. Shunday qilib, u *Mahavatar (Buyuk Avatar)* ning Muqaddas Kitob tasnifiga mos keladi . U Swami ordenining qadimgi asoschisi Shankara va mashhur o'rta asr avliyosi Kabirga yoga tashabbusini berganini aytgan. Biz bilganimizdek, uning o'n to'qqizinchi asrdagi asosiy shogirdi Lahiri Mahasaya edi. yo'qolgan *Kriya* san'atining qayta tiklanishi tarafdori.



BABAJI, THE MAHAVATAR
Guru ning Lahiri Mahasaya

Men ega bo'lish yordam berdi bir rassom ga durang a rost o'xshashlik ning ... ajoyib Yogi-Masih ning zamonaviy Hindiston.

Mahavatar *Masih* bilan doimiy aloqada; ular birgalikda najot tebranishlarini yuborishadi va bu davr uchun najotning ruhiy texnikasini rejalashtirishgan. Bu ikki to'liq nurlangan ustozning ishi - biri tana bilan, ikkinchisi tanasiz - xalqlarni o'z joniga qasd qilish urushlaridan, irqiy nafratlardan, diniy mazhabparastlikdan va materializmning bumerang-yomonliklaridan voz kechishga ilhomlantirishdir. Babaji zamonaviy davr tendentsiyasini, ayniqsa G'arb tsivilizatsiyasining ta'siri va murakkabliklarini yaxshi biladi va yoga o'zini ozod qilishni G'arbda ham, Sharqda ham teng ravishda yoyish zarurligini tushunadi.

Babaji haqida hech qanday tarixiy ma'lumot yo'qligi bizni ajablantirmasa kerak. Buyuk guru hech bir asrda ochiqchasiga paydo bo'lmagan; oshkoralikning noto'g'ri talqin qilinishi uning ming yillik rejalarida o'rin tutmaydi. Yaratguvchi, yagona, ammo jim Quvvat singari, Babaji ham kamtarona zulmatda ishlaydi.

Masih va Krishna kabi buyuk payg'ambarlar yer yuziga aniq va ajoyib maqsad uchun kelishadi; ular bu amalga oshishi bilanoq ketishadi. Babaji kabi boshqa avatarlar ham ishni o'z zimmalariga oladilar. tarixning biron bir ajoyib voqeasidan ko'ra, asrlar davomida insoniyatning sekin evolyutsion taraqqiyoti bilan ko'proq qiziqadi. Bunday ustozlar har doim o'zlarini jamoatchilikning qo'pol nigohidan yashirishadi va xohlagan paytda ko'rinmas bo'lib qolish qudratiga ega. Shu sabablarga ko'ra va ular odatda shogirdlariga ular haqida sukut saqlashni buyurganliklari sababli, bir qator

yuksak ruhiy shaxslar dunyoga noma'lumligicha qolmoqda. Men Babaji haqidagi ushbu sahifalarda uning hayotidan shunchaki bir nechta ishora beraman - u ommaga etkazishni maqsadga muvofiq va foydali deb bilgan bir nechta faktlar.

Yo'q cheklovchi faktlar haqida Babaji's oila yoki tug'ilgan joyi, azizim ga ... annalistning yurak, ega bo'lish har doim bo'lgan

kashf etilgan. Uning nutqi odatda hind tilida, lekin u har qanday tilda bimalol gapira oladi. U Babaji (hurmatli ota) degan oddiy ismni qabul qilgan; Lahiri Mahasayaning shogirdlari tomonidan unga berilgan boshqa hurmat unvonlari Mahamuni Babaji Maharaj (oliy ekstatik avliyo), Maha Yogi (yogilarning eng buyuklari), Trambak Baba va Shiva Baba (Shiva avatarlari unvonlari). Yerdan ozod qilingan ustozning otasining ismini bilmasligimiz muhimmi?

"Kimdir Babaji ismini hurmat bilan tilga olsa," dedi Lahiri Mahasaya, "bu dindor darhol ruhiy ne'matga ega bo'ladi."

O'lmas guruning tanasida yosh belgilari yo'q; u yigirma besh yoshlardagi yigitga o'xshaydi. Oq tanli, o'rtacha gavnali va bo'yli Babajining go'zal, kuchli tanasi sezilarli darajada porlaydi. Ko'zlari qorong'u, xotirjam va mayin; uzun, yaltiroq sochlari mis rangda. Juda g'alati haqiqat shundaki, Babaji shogirdi Lahiri Mahasayaga juda o'xshash. O'xshashlik shunchalik hayratlanarliki, uning keyingi yillarida Lahiri Mahasaya yosh ko'rinishdagi Babajining otasi bo'lib o'tgan bo'lishi mumkin.

Swami Kebalananda, mening avliyo Sanskritcha o'qituvchi, sarflangan ba'zi vaqt bilan Babaji ichida ... Himolay tog'lari.

"Tengsiz ustoz o'z guruhi bilan tog'larda bir joydan ikkinchi joyga ko'chib yuradi", dedi menga Kebalananda. "Uning kichik guruhida ikkita yuqori darajada rivojlangan amerikalik shogird bor. Babaji bir joyda bir muddat bo'lganidan so'ng, u: *"Dera danda uthao"*, deydi. ("Kelinglar, lagerimizni va tayoqchamizni ko'taramiz.") U ramziy *danda* (bambuk tayoqcha) ko'tarib yuradi. Uning so'zlari guruhi bilan darhol boshqa joyga ko'chib o'tish uchun signaldir. U har doim ham astral sayohatning bu usulini qo'llamaydi; ba'zan u cho'qqidan cho'qqiga piyoda boradi.

"Babajini boshqalar faqat o'zi xohlagan paytda ko'rishlari yoki tanib olishlari mumkin. Uning borligi ma'lum..." turli dindorlarga biroz boshqacha shakllarda - ba'zan soqol va mo'ylovsiz, ba'zan esa ular bilan paydo bo'lgan. Uning chirimaydigan tanasi ovqat talab qilmagani uchun ustoz kamdan-kam hollarda ovqat yeydi. Tashrif buyurgan shogirdlariga ijtimoiy hurmat sifatida u vaqti-vaqti bilan sut va sariyog'da pishirilgan mevalarni yoki guruchni qabul qiladi.

"Babajni hayotidagi ikkita ajoyib voqeani bilaman", deb davom etdi Kebalananda. "Uning shogirdlari bir kecha muqaddas Vedik marosimi uchun yonayotgan ulkan olov atrofida o'tirishgan edi. Ustoz to'satdan yonayotgan yog'ochni olib, olovga yaqin turgan chelaning yalang'och yelkasiga yengil urdi.

"Janob, Qanaqasiga shafqatsiz! Lahiri Mahasaya, JSSV edi hozirgi, qilingan bu norozilik.

"O'tmishdagi karma qaroriga ko'ra, uni ko'z oldingizda kuydirib kulga aylantirganini ko'rishni xohlarmidingiz?"

"Bu so'zlar bilan Babaji shifobaxsh qo'lini chelaning buzilgan yelkasiga qo'ydi. "Men bugun kechqurun seni og'riqli o'limdan ozod qildim. Karmik qonun olov bilan yengil azob chekishing orqali qondirildi."

"Boshqa bir safar Babajining muqaddas doirasi notanish odamning kelishi bilan bezovta bo'ldi. U hayratlanarli mahorat bilan xo'jayin lageri yaqinidagi deyarli kirish qiyin bo'lgan qiyalikqa ko'tarildi.

"Janob, siz buyuk Babaji bo'lsangiz kerak." Erkakning yuzi ifodalab bo'lmaydigan ehtirom bilan yorishib ketdi. "Bir necha oy davomida men sizni shu dahshatli qoyalar orasidan tinimsiz qidirdim. Sizdan meni shogirdlikka qabul qilishingizni iltimos qilaman."

"Qachon ... ajoyib guru qilingan yo'q javob, ... erkak uchli ga ... toshloq jarlik da uning oyoqlar.

"Agar meni rad etsangiz, men bu tog'dan sakrayman. Agar men Ilohiy yo'l-yo'riqlaringizni qabul qila olmasam, hayotning endi qiymati yo'q."

"Unda sakrab tur," dedi Babaji hissiyotsiz. "Men seni hozirgi rivojlanish holatingda qabul qila olmayman ."

"Odam darhol jarlikdan o'zini tashladi. Babaji hayratda qolgan shogirdlariga notanish odamning jasadini olib kelishni buyurdi. Ular ezilgan tana bilan qaytib kelishganda, ustoz ilohiy qo'lini o'lik odamga qo'ydi. Mana! U ko'zlarini ochdi va qudratli Zot oldida kamtarlik bilan sajda qildi.

"Endi shogirdlikka tayyorsiz." Babaji tirilgan chelasiga mehr bilan jilmayib qo'ydi. "Siz qiyin sinovdan jasorat bilan o'tdingiz. O'lim sizga boshqa tegmaydi; endi siz bizning o'lmas suruvimizdansiz." Keyin u odatdagidek ketish so'zlarini aytdi: *"Dera danda uthao"* . butun guruh tog'dan g'oyib bo'ldi.

Avatar hamma joyda mavjud bo'lgan Ruhda yashaydi; uning uchun kvadratga teskari masofa yo'q. Shuning uchun, Babajini asrdan asrga jismoniy shaklini saqlab qolishga faqat bitta sabab undashi mumkin: insoniyatga o'z imkoniyatlarining aniq namunasini taqdim etish istagi. Inson hech qachon tanada Ilohiylikni ko'rmagan bo'lsa, u o'lindan o'tolmasligi haqidagi og'ir maymuncha xayolparastlik bilan ezilgan bo'lar edi.

Iso boshidanoq hayotining ketma-ketligini bilar edi; u har bir voqeani o'zi uchun emas, biron bir karmik majburlash bilan emas, balki faqat mulohazakor insonning yuksalishi uchun boshdan kechirdi. Uning to'rtta muxbiri - shogirdlari - Matto, Mark, Luqo va Yuhanno - keyingi avlodlar manfaati uchun so'zlab bo'lmaydigan dramani yozib olishdi.

Uchun Babaji, shuningdek, U yerda bu yo'q nisbiylik ning o'tmish, hozirgi, kelajak; dan ... boshlanish u bor hayotining barcha bosqichlarini bilgan. Shunga qaramay, u odamlarning cheklangan tushunchasiga moslashib, ilohiy hayotining ko'plab sahnalarini bir yoki bir nechta guvohlar oldida ijro etgan. Shunday qilib, Babaji

jismoniy o'lmaslik imkoniyatini e'lon qilish vaqti kelgan deb hisoblaganida, Lahiri Mahasayaning shogirdi hozir bo'ldi. U bu va'dani Ram Gopal Muzumdar oldida aytdi, toki bu va'da nihoyat boshqa izlovchi qalblarning ilhomi bilan mashhur bo'lsin. Buyuklar o'z so'zlarini aytadilar va voqealarning tabiiy jarayonida ishtirok etadilar, faqat inson manfaati uchun, Masih aytganidek: "Ota... Meni doim eshitishingizni bilardim; lekin *yonida turgan odamlar tufayli men buni aytdim*, toki ular meni Sen yuborganingga ishonishsin". **33-2** davomida

Ranbajpurga "uyqusiz avliyo" Ram Gopal bilan tashrifim, **33-3** u Babaji bilan birinchi uchrashuvining ajoyib hikoyasini aytib berdi.

"Men ba'zan Benaresdagi Lahiri Mahasayaning oyoqlari oldida o'tirish uchun yolg'iz g'orimdan chiqib ketardim", dedi menga Ram Gopal. "Bir kuni yarim tunda men uning shogirdlari orasida jimgina mulohaza yuritayotganimda, ustoz kutilmagan bir iltimos bilan murojaat qildi.

"Ram Gopal, u dedi, boring da bir marta ga ... Dasasamedh cho'milish *ghat* ."

"Tez orada tanho joyga yetib bordim. Tun oy nuri va yaltiroq yulduzlar bilan yoritilgan edi. Bir oz sabr-toqat bilan sukut saqlaganimdan so'ng, diqqatim oyoqlarim yonidagi ulkan tosh plitaga tortildi. U asta-sekin ko'tarilib, yer osti g'orini ochib berdi. Tosh noma'lum tarzda muvozanatini saqlab turganda, yosh va nihoyatda yoqimli ayolning pardali qiyofasi g'ordan havoga ko'tarildi. Yumshoq halqa bilan o'ralgan holda, u asta-sekin oldimga tushdi va ichki ekstaz holatida qimirlamay turdi. Nihoyat u qimirladi va muloyimlik bilan gapirdi.

"Men Matajiman, **33-4** Babajining singlisi. Men undan va Lahiri Mahasayadan bugun kechqurun g'orimga kelib, juda muhim masalani muhokama qilishlarini so'radim.

"Ganga ustida tumanli yorug'lik tez suzib yurar edi; g'alati yorug'lik xira suvlarda aks etardi. U tobora yaqinlashib kelayotgandek, ko'zni qamashtiruvchi chaqmoq bilan paydo bo'ldi." Matajining yon tomoniga o'girilib, darhol Lahiri Mahasayaning inson qiyofasiga aylandi. U ayol avliyoning oyoqlariga kamtarlik bilan bosh egdi.

"Hayratdan o'zimga kelmasdan oldin, osmonda aylanib yuruvchi sirli yorug'lik massasini ko'rib, yana ham hayratda qoldim. Tez pastga tushib, alangali girdob bizning guruhimizga yaqinlashdi va men darhol Babaji ekanligini anglagan go'zal yigitning tanasiga aylandi. U Lahiri Mahasayaga o'xshardi, yagona farq shundaki, Babaji ancha yoshroq ko'rinardi va uzun, yorqin sochlari bor edi."

"Lahiri Mahasaya, Mataji va men guruning oyoqlari oldida tiz cho'kdik. Uning ilohiy tanasiga tegib, butun vujudimni go'zallik shon-shuhrati tuyg'usi hayajonga soldi."

"Muborak opa," dedi Babaji, "men o'z shaklimni yo'qotib, Cheksiz Oqimga sho'ng'ishni niyat qilyapman."

"Men sizning rejangizni allaqachon ko'rib chiqdim, aziz xo'jayin. Bugun kechqurun siz bilan muhokama qilmoqchi edim. Nega tanangizni tark etishingiz kerak?" Shonli ayol unga yolvoruvchi nazar bilan qaradi.

"Nima bu ... farq agar Men kiyish a ko'rinadigan yoki ko'rinmas to'lqin yoqilgan ... okean ning mening Ruhmi?"

"Mataji g'alati hazil bilan javob berdi. "O'lmas guru, agar bu farq qilmasa, iltimos, hech qachon o'z shaklingizdan voz kechmang." **33-5**

"Bo'l uni shunday,' Babaji dedi tantanali ravishda. Men vasiyatnoma hech qachon ketish mening jismoniy tana. Bu vasiyatnoma har doim qolish ko'rinadigan

33-4 : "Muqaddas Ona. Mataji shuningdek bor yashagan orqali ... asrlar; u bu deyarli sifatida uzoq ilg'or ma'naviy ijatdan sifatida uni U Dasasamedh *qhat* yaqinidaqi yashirin ver osti q'orida ekstazda golmoqda .

33-5 : Bu voqea eslatadi bitta ning Thales. The ajoyib Yunoncha faylasuf o'rgatilgan bu U yerda edi yo'q farq orasida hayot va o'lim. "Unda nega," deb so'radi tanqidchi, "siz o'lmaysizmi?" "Chunki," deb javob berdi Thales, "buning farqi yo'q."

33-6 : "Rostdan ham, haqiqatan ham, Men aytmog ga sen, Agar a erkak saqlash mening aytilgan gap (qoladi uzluksiz ichida ... Masih Ong), u kerak

BOB: 34

Moddiylashtirish A Saroy Ichkarida The Himolaylar

"Babajining Lahiri Mahasaya bilan birinchi uchrashuvi juda hayratlanarli hikoya va bizga o'limsiz guru haqida batafsil ma'lumot beradigan kam sonli uchrashuvlardan biridir."

Bu so'zlar Svami Kebalanandaning ajoyib hikoyaga kirish so'zi edi. U buni birinchi marta aytib berganida, men tom ma'noda sehlangan edim. Boshqa ko'p hollarda men muloyim sanskrit ustozimni hikoyani takrorlashga ko'ndirdim, keyinchalik bu voqeani menga Shri Yuktesvar deyarli bir xil so'zlar bilan aytib berdi. Bu ikkala Lahiri Mahasaya shogirdi ham bu ajoyib hikoyani o'z gurularining og'zidan eshitishgan edi.

"Babaji bilan birinchi uchrashuvim o'ttiz uchinchi yilimda bo'lib o'tdi", degan edi Lahiri Mahasaya. "1861-yil kuzida men Danapurda Harbiy muhandislik bo'limida davlat buxgalteri sifatida ish boshladim. Bir kuni ertalab ofis menejeri meni chaqirdi.

— Lahiri, — dedi u, — hozirgina bosh ofisimizdan telegramma keldi. Sizni Ranixetga ko'chirishadi, u yerda **34-1-sonli armiya posti joylashgan.** hozirda tashkil etilmoqda.

"Men bitta xizmatkor bilan 500 milyalik sayohatga chiqdim. Ot va aravada sayohat qilib, biz o'ttiz kun ichida Himoloy tog'laridagi Ranixetga yetib keldik. **34-2**

"Mening ofis vazifalarim og'ir emas edi; men ulug'vor tepaliklarda ko'p soatlab kezib yurishga muvaffaq bo'ldim. Buyuk avliyolar bu mintaqani o'zlarining huzurlari bilan duo qilgani haqida mish-mishlar tarqaldi; men ularni ko'rishni juda xohlardim. Bir kuni erta tongda shovqin-suron paytida uzoqdan bir ovoz mening ismimni chaqirayotganini eshitib hayratda qoldim. Men Drongiri tog'iga shiddatli ko'tarilishni davom ettirdim. Jungli ustidan qorong'ulik tushmaguncha orqaga qaytolmasligim mumkinligi haqidagi fikr meni ozgina bezovta qildi.

"Nihoyat yon tomonlari g'orlar bilan o'ralgan kichik bir maydonchaga yetib keldim. Toshloq qirlardan birida jilmayib turgan bir yigit qo'lini cho'zib, salomlashdi. Men hayrat bilan uning mis rangli sochlaridan tashqari menga juda o'xshashligini payqadim.

"Lahiri, siz ega bo'lish keling! The avliyo murojaat qilingan meni mehr bilan ichida Hindcha. Dam oling Bu yerga ichida bu g'or. Bu

edi Men JSSV chaqirildi sen.

"Men kirdi a ozoda kichik g'or qaysi o'z ichiga olgan bir nechta jun adyollar va a bir nechta *kamandulus* (tilanchilik qilish idishlar).

"Lahiri, qil siz eslab qolish bu o'rindiqlari? The yogi uchli ga a buklangan adyol ichida bitta burchak.

— Yo'q, janob. — Sarguzashtimning g'alatiligidan biroz hayratda qolib, qo'shimcha qildim: — Hozir, qorong'i tushmasdan ketishim kerak. Ertalab ofisimda ishlarim bor.

"Sirli avliyo ingliz tilida javob berdi: "Ofis siz uchun olib kelindi, siz esa ofis uchun emas ."

"Men bu o'rmon zahidi nafaqat ingliz tilida gaplashishi, balki Masihning so'zlarini o'z so'zlari bilan ifodalashi kerakligidan hayratda qoldim. **34-3**

"Telegrammam kuchga kirganini ko'ryapman.' Yogining gapi menga tushunarsiz edi; men uning ma'nosini so'radim.

"Men murojaat qilish ga ... telegramma bu chaqirilgan siz ga bular izolyatsiya qilingan qismlar. Bu edi Men JSSV yuqori lavozimli zobitingizning ongiga sizni Ranikhetga o'tkazishingizni jimgina taklif qildi. Inson insoniyat bilan birligini his qilganda, barcha onglar u ishlashi mumkin bo'lgan uzatish stansiyalariga aylanadi. — deb muloyimlik bilan qo'shimcha qildi u, — Lahiri, bu g'or sizga tanish tuyuladimi?

"Men hayratda qolgan holda sukut saqlaganimda, avliyo yaqinlashib, menga muloyimlik bilan urdi." peshonam. Uning magnit teginishi bilan miyamdanda ajoyib bir oqim o'tib, oldingi hayotimning shirin xotiralarini chiqarib yubordi.

"Eslayman!' Ovozim quvonchli yig'ilardan bo'g'ilib qoldi. "Sen mening guruh Babajisan, u doim menga tegishli bo'lgan! O'tmish manzaralari xayolimda yorqin aks etadi; mana shu g'orda men oxirgi mujassamlanishimning ko'p yillarini o'tkazdim!" Ta'riflab bo'lmaydigan xotiralar meni qamrab olganida, men ko'z yoshlarim bilan xo'jayinimning oyoqlarini quchoqladim.

"O'ttiz yildan ortiq vaqt davomida men seni shu yerda kutdim - yonimga qaytishingni kutdim!" Babajining ovozi samoviy muhabbat bilan yangradi. "Sen sirg'alib ketding va to'lqinlarning shovqinli to'lqinlariga g'oyib bo'lding. O'limdan keyingi hayot. Karmangizning sehrli tayoqchasi sizga tegdi va siz yo'q bo'lib ketdingiz! Siz meni ko'zdan qochirsangiz ham, men sizni hech qachon ko'zdan qochirmadim! Men sizni ulug'vor farishtalar suzib yuradigan yorqin astral dengiz ustidan ta'qib qildim. Zulmat, bo'ron, g'alayon va yorug'lik orqali men sizning

orqangizdan ergashdim, xuddi bolalarini qo'riqlayotgan ona qush kabi. Siz insoniy hayotingizni tugatib, go'dak bo'lib paydo bo'lganingizda, Ko'zim doim senda edi. Bolaligingda Nadiya qumlari ostida lotus holatida kichkina qiyofangni yashirganingda, men ko'rinmas holda hozir edim! Oyma-oy, yildan-yilga sabr bilan seni kuzatib, bu mukammal kunni kutdim. Endi sen men bilansan! Mana, mana sening g'oring, qadimgi azizlarim! Men uni sen uchun doim toza va tayyorlab qo'yganman. Mana sening muqaddas *asana* - adyoling, u yerda sen har kuni kengayib borayotgan qalbingni Xudo bilan to'ldirish uchun o'tirarding! Mana, mana sening kosang, undan Siz men tayyorlagan nektarni tez-tez ichardingiz! Jez kosani qanday qilib yorqin jilolaganimni ko'ring,

bu siz mumkin ichimlik yana u yerdan! Mening o'z, qil siz hozir tushundingizmi?

"— Ustozim, nima deyishim mumkin?" — deb pichirladim singan ovozda. — Bunday o'lmas sevgi haqida qayerdan eshitgansiz? Men abadiy xazinamga, hayot va o'limdagi ustozimga uzoq va hayajon bilan tikilib qoldim.

"Lahiri, senga poklanish kerak. Bu idishdagi moyni ich va daryo bo'yida yot.' Babajining amaliy donoligi, deb tez va eslatuvchi tabassum bilan o'yladim, doim birinchi o'rinda turardi.

"Men uning ko'rsatmalariga bo'ysundim. Muzli Himoloy tuni botib borayotgan bo'lsa-da, tanamning har bir hujayrasida taskin beruvchi issiqlik, ichki nurlanish pulsatsiyalana boshladi. Men hayron bo'ldim. Noma'lum moy kosmik issiqlikka egamidi?

"Qorong'ulikda achchiq shamollar meni qamrab oldi, shiddatli chaqiriqni baqirdi. Gogash daryosining sovuq to'lqinlari vaqti-vaqti bilan toshloq qirg'oqqa cho'zilgan tanam ustidan urilib turardi. Yo'lbarslar yaqin atrofda uvillashdi, lekin yuragim qo'rquvdan xoli edi; ichimda yangi paydo bo'lgan nurli kuch menga yengilmas himoya kafolatini berdi. Bir necha soat tez o'tdi; so'nib borayotgan xotiralar. boshqa hayotning ilohiy gurum bilan uchrashishning hozirgi yorqin naqshiga o'zlarini bog'ladilar.

"Yolg'iz o'ylarim yaqinlashib kelayotgan qadam tovushlari bilan to'xtatildi. Zulmatda bir erkakning qo'li meni muloyimlik bilan oyoqqa turishimga yordam berdi va menga quruq kiyimlar berdi."

"Keling, aka, mening hamroh dedi. "The usta kutmoqda sen.

"U o'rmon bo'ylab yo'l ko'rsatdi. G'amgin tun to'satdan uzoqdagi doimiy yorug'lik bilan yoritildi.

"Can bu bo'lish ... quyosh chiqishi? Men so'radi. "Albatta" ... butun kecha bor emas o'tdimi?

"Soat yarim tun." Yo'lboshchim yumshoq kuldi. "U yerdagi yorug'lik - bu bugun kechqurun tengsiz Babaji tomonidan bu yerda moddiylashtirilgan oltin saroyning nuridir. Xira o'tmishda siz bir vaqtlar saroy go'zalliklaridan bahramand bo'lish istagini bildirgan edingiz. Xo'jayinimiz endi sizning xohishingizni qondirmoqda va shu bilan sizni karma zanjirlaridan ozod qilmoqda." **34-4 U qo'shimcha qildi:**

"Bugun kechqurun ulug'vor saroy sizning *Kriya Yogaga* kirish marosimingiz bo'ladi . Bu yerdagi barcha birodarlaringiz uzoq surguningiz tugaganidan xursand bo'lib, kutib olish marosimida ishtirok etishmoqda. Mana!"

"Bizning oldimizda ko'zni qamashtiruvchi oltindan yasalgan ulkan saroy turardi. Son-

sanoqsiz zargarlik buyumlari bilan bezatilgan va landshaft bog'lar orasida joylashgan bu saroy mislsiz ulug'vorlik manzarasini namoyish etdi. Farishtalar yuzidagi avliyolar yoqutlarning yaltiroqligidan yarim qizarib ketgan yorqin darvozalar yonida turishardi.

Dekorativ arkalarga katta o'lchamdagi va yaltiroq olmoslar, marvaridlar, sapfirlar va zumradlar joylashtirilgan edi.

"Men hamrohining orqasidan keng ziyofat zaliga kirdim. Xushbo'y tutatqilar va atirgullarning hidi havoda taralardi; xira chiroqlar rang-barang nur sochardi. Ba'zilar oq tanli, ba'zilar qora tanli kichik guruhlar musiqiy qo'shiq aytishdi yoki ichki xotirjamlikka cho'mib, meditatsion holatda o'tirishdi. Atmosferani yorqin quvonch qamrab oldi.

"Ko'zlaringizni quvontiring; bu saroyning badiiy ulug'vorligidan bahramand bo'ling, chunki u faqat sizning sharafingiz uchun yaratilgan." Men hayrat bilan bir nechta ifodalarni aytganimda, yo'l boshchim hamdardlik bilan jilmaydi.

— Birodar, — dedim men, — bu inshootning go'zalligi inson tasavvuridan tashqarida. Iltimos, menga uning kelib chiqishi sirini aytib bering.

"Men sizni mamnuniyat bilan yoritib beraman." Hamrohining qora ko'zlari donolik bilan chaqnadi. "Aslida bu moddiylashishda tushunarsiz hech narsa yo'q. Butun kosmos moddiylashtirilgan fikrdir." Yaratuvchi. Kosmosda suzib yurgan bu og'ir, yer parchasi Xudoning orzusidir. U hamma narsani O'z ongidan yaratgan, xuddi inson tushida mavjudotlarni o'z maxluqlari bilan qayta yaratgani va jonlantirgani kabi.

"Xudo avval Yerni g'oya sifatida yaratdi. Keyin uni tezlashtirdi; energiya atomlari paydo bo'ldi. U atomlarni shu qattiq sferaga moslashtirdi. Uning barcha molekulari Xudoning irodasi bilan birlashtirilgan. U O'z irodasini qaytarib olganda, Yer yana energiyaga parchalanadi. Energiya eriydi." onga; yer g'oyasi obyektivlikdan yo'qoladi.

"Tushning mohiyati tush ko'ruvchining ong osti fikri tomonidan moddiylashtiriladi. Bu uyg'un fikr uyg'oqlikda olib tashlanganda, tush va uning elementlari yo'q bo'lib ketadi. Inson ko'zlarini yumadi va uyg'onganida osongina materializatsiya qilinadigan tush yaratilishini yaratadi. U ilohiy arxetip naqshiga amal qiladi. Xuddi shunday, u kosmik ongda uyg'onganda, kosmik tushning illyuziyalarini osongina materializatsiya qiladi."

"Cheksiz hamma narsani amalga oshiruvchi Iroda bilan bir bo'lgan Babaji elementar atomlarni birlashishga va har qanday shaklda namoyon bo'lishga chaqira oladi. Bir zumda yaratilgan bu oltin saroy, xuddi bu yer haqiqiy bo'lgani kabi, haqiqiydir. Babaji bu saroy qasrini o'z ongidan yaratdi va Xudo bu yerni yaratgani va uni butunligicha saqlagani kabi, uning atomlarini o'z irodasi kuchi bilan birlashtirib turibdi." U qo'shimcha qildi: "Bu tuzilma o'z maqsadiga xizmat qilganda, Babaji uni dematerializatsiya qiladi."

"Men hayratdan jim turganimda, yo'l boshchim qo'pollik bilan ishora qildi: "Bu yaltiroq saroy, qimmatbaho toshlar bilan ajoyib tarzda bezatilgan, inson kuchi bilan yoki mashaqqatli qazib olingan oltin va qimmatbaho toshlar bilan qurilmagan. U mustahkam turibdi, inson uchun ulkan sinovdir. **34-5** Kimki o'zini Xudoning o'g'li sifatida anglasa, xuddi Babaji kabi, o'zida yashiringan cheksiz kuchlar orqali har qanday maqsadga erisha oladi. Oddiy tosh o'zida ulkan atom energiyasining sirini qulflaydi; **34-6** Shunday bo'lsa-da, inson hali ham ilohiylikning qudratli manbaidir.

"Donishmand yaqin atrofdagi stoldan dastasi olmoslar bilan yonib turgan nafis vaza

oldi. "Bizning buyuk ustozimiz bu saroyni son-sanoqsiz erkin kosmik nurlarni qotirish orqali yaratdi", deb davom etdi u. "Bu vaza va uning olmoslariga teging; ular hissiy tajribaning barcha sinovlariga javob beradi."

"Men tekshirilgan ... vaza, va o'tdi mening qo'l ustidan ... silliq xona devorlari, qalin bilan yaltiroq oltin. Atrofga dabdaba bilan sochilgan har bir zargarlik buyumlari qirol kolleksiyasiga loyiq edi. Chuqur Qoniqish ongimga yoyildi. Hayotdan yashiringan ong ostimga cho'mgan istak

hozir ketdi, tuyuldi bir vaqtning o'zida mamnun va o'chirilgan.

"Ulug'vor hamrohim meni bezakli arklar va yo'laklar orqali bir qator xonalarga olib kirdi." imperator saroyi uslubida bezatilgan ulkan zalga kirdik. Markazda oltin taxt turardi, u qimmatbaho toshlar bilan bezatilgan bo'lib, ranglarning yorqin aralashmasini to'kib turardi. U yerda, lotus shaklida oliy Babaji o'tirardi. Men uning oyoqlari ostida yaltiroq polda tiz cho'kdim.

"Lahiri, sen hali ham oltin saroy orzularingni ro'yobga chiqaryapsanmi?" Ustozimning ko'zlari chaqnab ketdi. kabi uning o'z safirlar. "Uyg'oning!" Hammasi sizning dunyoviy chanqoqlik bor haqida ga bo'lish "U abadiy so'ndi." U duo qilishning sirli so'zlarini pichirladi. "O'g'lim, tur. *Kriya Yoga* orqali Xudoning shohligiga kirishni qabul qil ."

"Babaji qo'lini uzatdi; mevalar va gullar bilan o'ralgan *homa* (qurbonlik) olovi paydo bo'ldi. Men bu alangali qurbongoh oldida ozod qiluvchi yogika texnikasini oldim."

"Marosimlar erta tongda yakunlandi. Men o'zimning ekstatik holatimda uxlashga ehtiyoj sezmadim va saroy bo'ylab aylanib yurdim, hamma tomon xazinalar va bebaho *san'at buyumlari bilan to'lib-toshgan edim* ."

Ajoyib bog'larga tushib, yaqin atrofda kecha saroy yoki gulli terasta bilan maqtanmagan o'sha g'orlar va bepoyon tog' qirlarini ko'rdim.

"Saroyga qaytib kirib, Himoloyning sovuq quyosh nurida ajoyib tarzda yarqirab, men xo'jayinimning huzurini izladim. U hali ham taxtda o'tirgan, ko'plab jim shogirdlar bilan o'ralgan edi."

"Lahiri, siz bor och. Babaji qo'shildi, Yopiq sizning ko'zlar.

"Men ularni qayta ochganimda, sehrli saroy va uning go'zal bog'lari g'oyib bo'lgan edi. Mening o'z tanam, Babaji va chelalar to'plami endi yalang'och holda o'tirgan edi." yo'qolgan saroyning aynan o'sha joyida, qoyali g'orlarning quyosh nuri tushgan kirish joylaridan unchalik uzoq bo'lmagan joyda joylashgan. Yo'l boshchim saroyning moddiy lashtirilmasligini aytganini esladim, uning asirga olingan atomlar o'zi paydo bo'lgan fikr mohiyatiga qo'yib yuborildi. Hayratda bo'lsam ham, men o'z ustozimga ishonch bilan qaradim. Mo'jizalar kunida keyin nima kutishni bilmasdim.

— Saroyning yaratilish maqsadi endi amalga oshdi, — deb tushuntirdi Babaji. U yerdan sopol idishni ko'tardi. — Qo'lingni qo'y va xohlagan narsangni ol.

"Keng, bo'sh idishga qo'l tekkizishim bilan u issiq sariyog'da qovurilgan *luchi* , karri va noyob shirinliklar bilan to'lib ketdi. Idishning doimo to'la ekanligini ko'rib, o'zimga yordam berdim. Ovqatim tugagach, atrofga suv qidirdim. Ustozim oldimdagi idishga ishora qildi. Mana! ovqat... g'oyib bo'ldi; uning o'rnida tog 'soyidan oqayotgandek tiniq suv paydo bo'ldi.

"Xudoning shohligi dunyoviy bajarilishlar shohligini o'z ichiga olishini kam odam biladi", deb ta'kidladi Babaji. "Ilohiy olam yer yuziga qadar cho'ziladi, ammo ikkinchisi xayoliy bo'lgani uchun haqiqat mohiyatini o'z ichiga olmaydi."

"Sevimli guru, oxirgi kecha siz namoyish etildi uchun meni ... havola ning go'zallik ichida jannat va yer! Men

g'oyib bo'lgan saroy xotiralariga jilmayib qo'ydi; shubhasiz, hech bir oddiy yogi bundan ham ta'sirchan hashamatli muhitda Ruhning ulug'vor sirlariga kirishmagan edi! Men xotirjam qarab qo'ydim hozirgi manzaraning keskin kontrastini ko'rib. Qal'aning yam-yashil tomi, ibtidoiy boshpana taklif qiluvchi g'orlar - bularning barchasi atrofimdagi serafik avliyolar uchun yoqimli tabiiy muhitga o'xshardi.

"O'sha kuni tushdan keyin men adyolimda o'tirdim, o'tmishdagi hayotni anglash assotsiatsiyalari bilan muqaddaslangan edim. Ilohiy guruh yaqinlashdi va qo'lini boshimga qo'ydi. Men *nirbikalpa samadhi* holatiga kirdim va yetti kun davomida uning baxt-saodatida uzluksiz qoldim. O'z-o'zini bilishning ketma-ket qatlamlarini kesib o'tib, Men voqelikning o'lmas olamiga kirib bordim. Barcha aldamchi cheklovlar yo'qoldi; ruhim Kosmik Ruhning abadiy qurbongohida to'liq o'rnashib oldi. Sakkizinchi kuni men guruhning oyoqlariga yiqildim va undan bu muqaddas sahroda meni doimo yonida saqlashini yolvordim.

— O'g'lim, — dedi Babaji meni quchoqlab, — bu mujassamlanishdagi roling tashqi sahnada o'ynashi kerak. Ko'plab yolg'iz meditatsiya hayotlari bilan tug'ruqdan oldingi barakalarga sazovor bo'lgan sen endi odamlar dunyosiga aralashib ketishing kerak .

"Bu safar men bilan uchrashmaganingizning asosiy sababi, siz allaqachon turmush qurgan va kamtarona biznes mas'uliyatiga ega bo'lgan odam bo'lguningizcha. Himolay tog'laridagi maxfiy guruhimizga qo'shilish haqidagi fikrlaringizni chetga surib qo'yishingiz kerak; hayotingiz gavjum bozorlarda o'tadi va ideal yogi egasining namunasi bo'lib xizmat qiladi."

"Ko'plab hayratda qolgan dunyoviy erkaklar va ayollarning faryodlari Buyuklarning qulog'iga yetib bormadi", deb davom etdi u. "Siz *Kriya Yoga orqali* ko'plab astoydil izlovchilarga ma'naviy taskin berish uchun tanlangansiz. Oilaviy rishtalar va og'ir dunyoviy burchlar bilan band bo'lgan millionlab odamlar sizdan, o'zlari kabi uy egasidan yangi qalb oladilar. Siz ularga eng yuqori yogika yutuqlari oila a'zolari uchun cheklanmaganligini ko'rsatish uchun yo'l ko'rsatishingiz kerak. Hatto dunyoda ham o'z vazifalarini shaxsiy niyat yoki bog'liqliksiz sodiqlik bilan bajaradigan yogi ma'rifatning ishonchli yo'lidan boradi."

"Hech qanday zarurat sizni dunyoni tark etishga majbur qilmaydi, chunki siz ichkarida uning barcha karmik bog'lanishlarini allaqachon uzib qo'ygansiz. Bu dunyodan emassiz, siz hali unda bo'lishingiz kerak. Oilangiz, biznesingiz, fuqarolik va ma'naviy burchlaringizni vijdonan bajarishingiz kerak bo'lgan ko'p yillar hali bor. Ilohiy umidning shirin yangi nafasi dunyoviy odamlarning quruq qalblariga kirib boradi. Sizning muvozanatli hayotingizdan ular ozodlik tashqi emas, balki ichki voz kechishlarga bog'liqligini tushunishadi."

"Himoloyning baland cho'qqilarida guruimni tinglaganimda, oilam, ofisim, dunyo qanchalik uzoqda tuyuldi. Shunga qaramay, uning so'zlarida qat'iy haqiqat yangradi;

men bu muborak tinchlik maskanini tark etishga itoatkorlik bilan rozi bo'ldim. Babaji menga yogika san'atining gurudan shogirdga o'tishini boshqaradigan qadimiy qat'iy qoidalarni o'rgatdi.

" *Kriya* kalitini faqat malakali chelalarga bering", dedi Babaji. "Qidiruvda hamma narsani qurbon qilishga qasam ichgan kishi ning ... Ilohiy bu mos ga ochish ... yakuniy sirlar ning hayot orqali ... fan ning meditatsiya.

Kriya san'atini qayta tiklash orqali insoniyatga allaqachon yordam berganingiz kabi , shogirdlikka qo'yiladigan qat'iy talablarni yumshatish orqali bu foydani oshirmaysizmi?" Men unga qaradim.

*Kriyani barcha izlovchilarga yetkazishimga ruxsat berishingizni so'rayman , garchi dastlab ular o'zlarini ichki voz kechishga va'da bera olmasalar ham. Dunyoning uch karra azob-uqubatlarga duchor bo'lgan qiynoqqa solingan erkaklari va ayollari, **34-7 maxsus rag'batlantirishga muhtoj. Agar** ulardan *Kriya tashabbusi to'xtatilsa* , ular hech qachon ozodlik yo'liga urinmasliklari mumkin .*

"Shunday bo'lsin. Ilohiy istak siz orqali ifodalangan.' Ushbu oddiy so'zlar bilan rahmdil guru *Kriyani* dunyodan asrlar davomida yashirgan qat'iy himoya choralarini yo'q qildi. " Kamtarlik bilan yordam so'raganlarning barchasiga *Kriyani tekin bering.*"

Bir oz sukutdan so'ng, Babaji qo'shimcha qildi: "Har bir shogirdingizga *Bhagavad*"
Gitadan ushbu ulug'vor va'dani takrorlang: "Swalpamasya Dharmasya, Trayata Mahato Bhoyat" - "Bu dinga ozgina amal qilish ham sizni dahshatli qo'rquv va ulkan azoblardan qutqaradi." **34-8**

"Ertasi kuni ertalab ustozimning xayrlashuv duosi uchun uning oyoqlariga tiz cho'kganimda, u mening uni tark etishga bo'lgan chuqur istaksizligimni sezdi."

"Biz uchun hech qanday ajralish yo'q, mening sevimli bolam." U mehr bilan yelkamga tegdi. "Qayerda bo'lsangiz ham, qachon chaqirsangiz ham, men darhol siz bilan bo'laman."

"Uning ajoyib va'dasidan taskin topib, yangi topilgan Xudoning donoligi oltiniga boy bo'lib, tog'dan pastga tushdim. Ofisda meni o'n kun davomida Himoloy o'rmonlarida adashib qolgan deb o'ylagan hamkasblarim kutib olishdi. Tez orada bosh ofisdan xat keldi .

"Lahiri Danapurga qaytishi kerak **34-9** "Ofis", deb yozilgan edi unda. "Uning Ranixetga o'tkazilishi xatolik bilan sodir bo'lgan. Ranixet vazifalarini bajarish uchun boshqa odam yuborilishi kerak edi."

"Meni Hindistonning bu eng chekka joyiga olib kelgan voqealardagi yashirin o'zaro bog'liqliklar haqida o'ylab, jilmayib qo'ydim."

"Danapurga qaytishdan oldin, men Moradabaddagi bengal oilasi bilan bir necha kun o'tkazdim. Olti do'stdan iborat guruh meni kutib olish uchun yig'ildi. Suhbatni ma'naviy mavzularga qaratganimda, mezbon g'amgin ohangda dedi:

"Oh, ichida bular kunlar Hindiston bu muhtoj ning avliyolar!

"Bobu', Men norozilik bildirdi iliqlik bilan, ning kurs U yerda bor hali ham ajoyib ustalar ichida bu yer!

"Ko'tarinki kayfiyatda, Himolay tog'laridagi mo'jizaviy tajribalarimni aytib berishga undadim. Kichkina guruh xushmuomalalik bilan ishonmasdi."

— Lahiri, — dedi bir kishi taskin berib, — ongingiz o'sha noyob tog' havosida zo'riqib ketgan. Bu siz aytib bergan xayol.

"Yonish bilan ... ishtiyoq ning haqiqat, Men gapirdi holda to'lash kerak o'yladi. Agar Men qo'ng'iroq uni, mening guru vasiyatnoma

paydo bo'lish o'ng ichida bu uy.

"Hammaning ko'zida qiziqish chaqnab ketdi; guruh avliyoning bunday g'alati tarzda qiyofaga kelishini ko'rishni juda xohlashi ajablanarli emas edi. Yarim ikkilanib, men tinch xona va ikkita yangi jun adyol so'radim."

"Ustoz efirdan paydo bo'ladi", dedim men. "Eshik oldida jimgina turing; men tez orada sizga qo'ng'iroq qilaman."

"Men meditatsiya holatiga tushib, kamtarlik bilan guruimni chaqirdim. Qorong'u xona tez orada xira ovozli oy nuri bilan to'ldi; Babajining yorqin qiyofasi paydo bo'ldi.

— Lahiri, meni arzimas narsa uchun chaqiryapsanmi? — Xo'jayinning nigohi qattiq edi. — Haqiqat chin dildan izlovchilar uchun, qiziquvchanlar uchun emas.

Ko'rganingizda ishonish oson; unda inkor etadigan hech narsa yo'q.

— G'ayritabiiy haqiqat o'zining tabiiy materialistik shubhalarini yengganlar tomonidan loyiq va kashf etiladi. — U jiddiy ohangda qo'shimcha qildi: — Meni qo'yib yuboringlar!

"Men uning oyoqlariga yolvorib yiqildim. "Muqaddas ustoz, men jiddiy xatomni angladim; kamtarlik bilan uzr so'rayman. Men sizga qo'ng'iroq qilishga jur'at etdim, bu ma'naviy ko'r onglarda imon yaratish uchun. Siz mening ibodatimga marhamat bilan kelganingiz uchun, iltimos, do'stlaringiz duo qilmasdan ketmang. Ular ishonmasalar ham, hech bo'lmaganda mening g'alati da'volarimning haqiqatini tekshirishga tayyor edilar."

"Mayli; men biroz qolaman. Do'stlaringiz oldida so'zingiz obro'sizlantirilishini istamayman." Babajining yuzi yumshagan edi, lekin u muloyimlik bilan qo'shimcha qildi: "Bundan buyon, o'g'lim, men senga kerak bo'lganda kelaman, har doim ham chaqirganingda emas. **34-10** "

"Eshikni ochganimda kichik guruhda keskin sukunat hukm surdi. Do'stlarim o'z his-tuyg'ulariga ishonmagandek, adyol ustidagi yaltiroq qiyofasiga tikilib qolishdi."

"Bu ommaviy gipnoz!" Bir kishi ochiqchasiga kuldi. "Bizning xabarimizsiz bu xonaga hech kim kira olmagan bo'lishi mumkin!"

"Babaji jilmayib oldinga bordi va har biriga uning issiq, qattiq tanasiga teginish uchun ishora qildi. Shubhalar yo'qolib, do'stlarim hayrat bilan tavba qilib, yerga yiqilishdi."

"Let *halua* **34-11.html** Tayyor bo'ling." Babaji bu iltimosni guruhni o'zining jismoniy borligiga yanada ko'proq ishontirish uchun qildi, men bilardim. Bo'tqa qaynab turgan paytda, ilohiy guru xushmuomalalik bilan suhbatlashdi. Bu shubhali Tomaslarning dindor Avliyo Polga aylanishi ajoyib edi. Ovqatlanib bo'lgach, Babaji har birimizni navbat bilan duo qildi. To'satdan chaqmoq chaqnadi; biz Babaji tanasining elektron

elementlarining bir zumda kimyoviy jihatdan yoyilib, bug'li nurga aylanishiga guvoh bo'ldik. Xo'jayinning Xudo tomonidan sozlangan irodasi uning tanasi sifatida birlashtirilgan efir atomlarini ushlashini bo'shatdi; shu zahotiyog trillionlab mayda lifetronik uchqunlar cheksiz suv omboriga so'nib ketdi.

"Bilan mening o'z ko'zlar Men ega bo'lish ko'rilgan ... bosqinchi ning o'lim. Maytra, **34-12** bitta ning ... guruh, gapirdi

hurmat bilan. Uning yuzi yaqinda uyg'onganidan xursandchilik bilan o'zgarib ketdi. "Oliy guru vaqt va makon bilan, xuddi bola pufakchalar bilan o'ynaganidek o'ynadi. Men osmon va yer kalitlariga ega bo'lganini ko'rdim."

"Tez orada Danapurga qaytdim. Ruhga mahkam bog'lanib, yana uy egasining ko'p qirrali biznesi va oilaviy majburiyatlarini o'z zimmamga oldim."

Lahiri Mahasaya shuningdek, Swami Kebalananda va Shri Yuktesvarga Babaji bilan bo'lgan yana bir uchrashuv haqidagi hikoyani aytib berdi, bu vaziyatda guruning va'dasi esga tushdi: "Menga kerak bo'lganda kelaman".

"Bu voqea Allohobodda *Kumbha Mela bayrami edi* ", dedi Lahiri Mahasaya shogirdlariga. "Men u yerga ofis vazifalarimdan qisqa ta'til paytida borgan edim. Rohiblar orasida kezib yurganimda..." Muqaddas bayramda qatnashish uchun uzoq masofalardan kelgan sadhular orasida qo'lida tilanchilik kosasini ushlab turgan kulga bo'yalgan zohidni ko'rdim. Xayolimda bu odam ikkiyuzlamachi degan fikr paydo bo'ldi. kiyish ... tashqi belgilar ning voz kechish holda a mos keladigan ichkariga inoyat.

"Zohid yonidan o'tib ketishim bilan hayratlangan ko'zim Babajiga tushdi. U to'q sochli langarchi oldida tiz cho'kib o'tirgan edi."

"Guruji!" Men shoshilinch ga uning yon. Janob, nima bor siz qilish Bu yerga?"

"Men bu tergalgan odamning oyoqlarini yuvaman, keyin uning oshxona idishlarini tozalayman." Babaji menga kichkina boladek jilmayib qo'ydi; men uning hech kimni tanqid qilmasligimni, balki Xudoni barcha tana ibodatxonalarida, yuqori yoki past odamlarning tanasida teng ravishda yashashini ko'rishimni istayotganini anglatayotganini bilardim. Buyuk guru qo'shimcha qildi: "Dono va johil sadhularga xizmat qilish orqali men Xudoga eng yoqadigan eng buyuk fazilatni - kamtarlikni o'rganyapman".

.....
34-1 : Hozir a harbiy sanatoriy. Muallif: 1861-yil ... Britaniyalik Hukumat bor edi allaqachon o'rnatilgan aniq telegraf aloqalari.

34-2 : Ranixet, ichida ... Almora tuman ning Birlashgan Viloyatlar, bu joylashgan da ... oyoq ning Nanda Devi, ... eng yuqori Britaniya Hindistonidagi Himoloy cho'qqisi (25 661 fut).

34-3 : "The shanba edi qilingan uchun odam, va emas erkak uchun ... Shanba."- *Mark* 2:27.

34-4 : The karmik qonun talab qiladi bu har bir inson tilak topish yakuniy bajarish. Istak bu shunday qilib ... zanjir qaysi bog'laydi odam reenkarnatsiya g'ildiragiga.

34-5 :

Nima bu a mo''jiza? - Bu a tanbeh,"
'Tis bir yashirin satira yoqilgan
".insoniyat

34-6 : The nazariya ning ... atom tuzilish ning masala edi tushuntirildi ichida ... qadimgi hind *Vaisesika* va *Nyaya* risolalar. "U yerda bor ulkan dunyolar hammasi joylashtirilgan uzoqda ichida ... chuqurlar ning har biri atom, ko'p qirrali sifatida ... zarrachalar ichida a quyosh nuri." - *Yoga Vasishtha*.

34-7 : Jismoniy, aqliy, va ma'naviy azob-uqubat; namoyon bo'ldi, mos ravishda, ichida kasallik, ichida psixologik kamchiliklar yoki "komplekslar" va ruh johilligida.

34-8 : Bob II:40.

34-9 : A shaharcha yaqinida Benares.

34-10 : Ichkarida ... yo'l ga ... Cheksiz, hatto yoritilgan ustalar kabi Lahiri Mahasaya may azob chekish dan bir ortiqcha ning g'ayrat, va mavzu bo'lish ga intizom. Ichkarida ... *Bhagavad Gita* , biz o'qish ko'p parchalar qayerda ... ilohiy guru Krishna beradi jazo fidoyilar shahzodasi Arjunaga.

34-11 : A bo'tqa qilingan ning qaymoq ning bug'doy qovurilgan ichida sariyog', va qaynatilgan bilan sut.

34-12 Lahiri Mahasaya bu yerda tilga olayotgan Maitra ismli odam keyinchalik o'zini anglashda juda rivojlangan. Men uchrashdi Maytra qisqa vaqt ichida keyin mening bitiruv dan yuqori maktab; u tashrif buyurgan ... Mahamandal ermitaj ichida Men rezident bo'lganimda Benares. U menga o'shanda Morabaddagi guruh oldida Babajining moddiylishishi haqida gapirib berdi. "Mo"jiza natijasida", deb tushuntirdi menga Maitra, "men Lahiri Mahasayaning umrbod shogirdi bo'ldim".

BOB: 35

The Masihga o'xshash Hayot Ning Lahiri Mahasaya

"Shunday qilib, biz barcha solihlikni bajarishimiz kerak." **35-1** Yahyo Cho'mdiruvchiga aytgan bu so'zlari bilan va Yahyodan uni suvga cho'mdirishini so'rab, Iso o'z gurusining ilohiy huquqlarini tan olgan edi.

Sharq nuqtai nazaridan Muqaddas Kitobni ehtirom bilan o'rganish natijasida, **35-2** va sezgi idrokidan kelib chiqib, men Yahyo Cho'mdiruvchi o'tmishdagi hayotlarida Masihning gursi bo'lganiga aminman. Muqaddas Kitobda Yuhanno va Iso oxirgi mujassamlanishlarida mos ravishda Ilyos va uning shogirdi Elishay bo'lgan degan xulosaga keladigan ko'plab parchalar mavjud. (Bular Eski Ahddagi imlo. Yunon tarjimonlari bu ismlarni Ilyos va Eliseus deb yozganlar; ular Yangi Ahdda shu o'zgartirilgan shakllarda qayta paydo bo'ladi.)

Eski Ahdning eng oxiri Ilyos va Elishayning reen Karnatsiyasi haqidagi bashoratdir: "Mana, Men sizlarga Egamizning buyuk va dahshatli kuni kelishidan oldin payg'ambar Ilyosni yuboraman." **35-3** Shunday qilib, "Rabbimizning ... kelishidan oldin" yuborilgan Yuhanno (Ilyos) biroz oldinroq tug'ilgan. Masihning xabarchisi bo'lib xizmat qilish uchun. Ota Zakariyoga farishta paydo bo'lib, uning kelajakdagi

o'g'li Yuhanno Ilyosdan (Ilyos) boshqa hech kim bo'lmasligi haqida guvohlik berdi.

"Lekin ... farishta dedi ga uni, Qo'rquv emas, Zakariyo: uchun seniki ibodat bu eshitildi;
va seniki xotin Elizabet

kerak ayiq senga a o'g'il, va sen qilmoq qo'ng'iroq uning ism Jon va ko'p ning ... bolalar ning Isroil

U ularning Xudosi Egasiga yuz tutadimi? Va u Uning oldida yuradi **35-4** *Ilyosning ruhi va kuchi bilan* otalarning qalbini bolalarga, itoatsizlarni solihlarning donoligiga burish uchun; Rabbimizga tayyorlangan xalqni tayyorlash uchun." **35-5** Iso ikki marta Ilyosni (Ilyosni) Yuhanno deb aniq tanitdi: "Ilyos allaqachon kelgan, lekin ular uni tanimadilar. Shunda shogirdlar

U ularga Yahyo Cho'mdiruvchi haqida gapirganini tushundi." **35-6** Masih yana shunday deydi: "Chunki barcha payg'ambarlar va Tavrot Yahyogacha bashorat qilgan. Agar sizlar uni qabul qilmoqchi bo'lsangiz, bu kelishi kerak bo'lgan Ilyosdir".

35-7 Qachon Jon rad etildi bu u edi Elias (Ilyos), **35-8** u nazarda tutilgan bu ichida ... kamtarin U endi buyuk guru Ilyosning tashqi ko'rinishida kelmadi. Avvalgi mujassamlashuvida u o'zining shon-shuhrati va ma'naviy boyligining "mantiyasini" shogirdi Elishayga bergan edi. "Elishay dedi: "Iltimos, ruhingning ikki baravari menga nasib etsin." U dedi: "Qiyin narsani so'rading. Biroq, agar meni sendan olib ketilayotganimni ko'rsang, menga ham shunday bo'ladi." s e n U Ilyosning ustidan tushgan *chakmonini* oldi ." **35-9**

Rollar o'zgarib ketdi, chunki Ilyos-Yuhanno endi ilohiy anglashda kamol topgan Elisha-Isoning tashqi ko'rinishidagi gurusu bo'lishi shart emas edi.

Masih tog'da o'zgarganida **35-10** Bu uning Muso bilan birga bo'lgan ustози Ilyos edi. Iso xochda o'zining eng og'ir damlarida yana ilohiy ismni baqirdi: " *Eli, Eli, lama sabachthani?*" Ya'ni, "Xudoyim, Xudoyim, nega Meni tashlab qo'yding?" U yerda turganlarning ba'zilar buni eshitib: "Bu odam Ilyosni chaqiryapti", dedilar.

.....Keling, Ilyosni ko'rib chiqaylik .

vasiyatnoma kelmoq ga saqlash uni." **35-11**

Yuhanno va Iso o'rtaida mavjud bo'lgan guru va shogirdning abadiy rishtalari Babaji va Lahiri Mahasaya uchun ham mavjud edi. O'lmas guru mehr bilan uning chelasining so'nggi ikki hayoti orasida aylanib yurgan Lethean suvlarini suzib o'tdi va bolaning, keyin esa Lahiri Mahasaya ismli odamning ketma-ket qadamlarini boshqardi. Shogird o'ttiz uchinchi yoshga to'lgandan keyingina Babaji hech qachon uzilmagan aloqani ochiqchasiga tiklash vaqti kelgan deb hisobladi.

Keyin, Ranixet yaqinidagi qisqa uchrashuvdan so'ng, fidoyi ustoz o'zining sevimli shogirdini kichik tog' guruhidan quvib chiqarib, uni tashqi dunyoga safarbar qilish uchun qo'yib yubordi. "O'g'lim, qachon kerak bo'lsang, shu yerga kelaman." Qaysi o'lik oshiq bu cheksiz va'dani bera oladi?

Umuman jamiyatga noma'lum bo'lgan Benaresning chekka burchagidan buyuk ma'naviy uyg'onish boshlandi. Gullarning xushbo'y hidini bostirib bo'lmagani kabi, ideal uy bekasi sifatida jimgina yashab kelayotgan Lahiri Mahasaya ham o'zining

tug'ma shon-shuhratini yashira olmadi. Asta-sekin, Hindistonning har bir burchagidan fidoyi asalarilar ozod qilingan xo'jayinning ilohiy nektarini izlay boshladilar.

Ingliz ofisi boshlig'i o'z xodimida g'alati transsendental o'zgarishni birinchilardan bo'lib payqadi va uni mehr bilan "Ekstatik Babu" deb atadi.

"Janob, siz xafa ko'rinyapsiz. Muammo nimada?" Lahiri Mahasaya bir kuni ertalab ish beruvchisiga shunday hamdardlik bilan savol berdi.

"Mening xotin ichida Angliya bu tanqidiy kasal. Men ertalab yirtilgan tomonidan xavotir."

"U haqida sizga bir oz gapirib beraman." Lahiri Mahasaya xonadan chiqib, tanho joyda qisqa vaqt o'tirdi. Qaytib kelgach, u yupatib jilmaydi.

"Xotiningiz yaxshilanmoqda; u endi sizga xat yozmoqda." Hamma narsani biladigan yogi xatning ba'zi qismlarini keltirdi.

"E'tibordan chetda qolgan Babu, men sizning oddiy odam emasligingizni allaqachon bilaman. Shunga qaramay, xohlagan vaqtingizda vaqt va makonni quvib chiqarishingiz mumkinligiga ishonmayman!"

Nihoyat va'da qilingan xat yetib keldi. Hayratda qolgan boshliq unda nafaqat xotining sog'ayib ketgani haqidagi xushxabar, balki bir necha hafta oldin Lahiri Mahasaya takrorlagan iboralar ham borligini aniqladi.

Xotin bir necha oydan keyin Hindistonga keldi. U Lahiri Mahasaya stolida jimgina o'tirgan ofisga tashrif buyurdi. Ayol unga hurmat bilan yaqinlashdi.

— Janob, — dedi u, — men bir necha oy oldin Londondagi kasalxonamda sizning ulug'vor nurda yarqiragan qiyofangizni ko'rgan edim. O'sha paytda men butunlay sog'ayib ketdim! Ko'p o'tmay, men Hindistonga uzoq okean sayohatini amalga oshirishga muvaffaq bo'ldim.

Kun sayin bir yoki ikki muxlis ulug'vor gurudan *Kriya* tashabbusini so'rab yolvorardi. Bu ma'naviy burchlardan tashqari, biznes va oilaviy hayotidagi vazifalaridan tashqari, buyuk ustoz ta'limga ham katta qiziqish bildirardi. U ko'plab o'quv guruhlarini tashkil qildi va Benaresning Bengalitola qismida katta o'rta maktabning rivojlanishida faol ishtirok etdi. Uning Muqaddas Kitob haqidagi muntazam nutqlari uning " *Gita* Assambleyasi" deb nomlana boshladi, unda ko'plab haqiqat izlovchilar qiziqish bilan qatnashdilar.

Lahiri Mahasaya ushbu ko'p qirrali faoliyatlar orqali umumiy muammoga javob berishga intildi: "O'z biznes va ijtimoiy burchlarini bajargandan so'ng, ibodat meditatsiyasi uchun vaqt qayerda?" Buyuk uy egasi-guruning uyg'un va muvozanatli hayoti minglab savol beruvchi qalblarning jimgina ilhomiga aylandi. Faqat kamtarona maosh oladigan, tejamkor, ko'z-ko'z qilmaydigan, hamma uchun ochiq bo'lgan ustoz dunyoviy hayot yo'lida tabiiy va baxtli ravishda davom etdi.

Lahiri Mahasaya Oliy Zotning taxtida o'tirgan bo'lsa-da, barcha odamlarga, ularning turli xil fazilatlaridan qat'i nazar, hurmat ko'rsatdi. Uning izdoshlari unga salom berishganda, u ham ularga ta'zim qildi.

Ustoz bolalarcha kamtarlik bilan boshqalarning oyoqlariga tez-tez tegib turardi, lekin guruga bunday hurmat ko'rsatish qadimgi sharq an'anasi bo'lsa-da, ularga kamdan-kam hollarda shunday hurmat ko'rsatishga ruxsat berardi. odatiy.

Lahiri Mahasaya hayotining muhim xususiyati uning har bir kishiga *Kriya*

tashabbusini sovg'a qilishi edi. din. Nafaqat hindular, balki musulmonlar va nasroniylar uning eng ilg'or shogirdlari qatorida edilar. Monistlar va dualistlar, barcha dinlarga mansub bo'lganlar yoki hech qanday e'tiqodga ega bo'lmaganlar, universal guru tomonidan xolis qabul qilingan va o'rgatilgan. Uning yuqori darajada rivojlangan chelalaridan biri Abdul Gufur Xon edi. Muhammad. Lahiri Mahasayaning yuqori kasta braxman bo'lishiga qaramay, o'z davrining qattiq kasta mutaassibligini yo'q qilish uchun qo'lidan kelganicha harakat qilgani uning katta jasoratini ko'rsatadi. Har bir tabaqadan bo'lganlar hayot topildi boshpana ostida ... magistrlik hamma joyda mavjud qanotlar. Yoqdi hammasi Xudo tomonidan ilhomlantirilgan payg'ambarlar, Lahiri

Mahasaya berdi yangi umid ga ... chetlashtirilganlar va oyoq osti qilingan ning jamiyat.

"Doim yodingizda tutingki, siz hech kimga tegishli emassiz va hech kim sizga tegishli emas. Bir kuni buni o'ylab ko'ring." "Siz to'satdan bu dunyoda hamma narsani tark etishingiz kerak bo'ladi - shuning uchun hozir Xudo bilan tanishing", dedi buyuk guru o'z shogirdlariga. "Har kuni Xudoni idrok etish sharida uchib, o'zingizni yaqinlashib kelayotgan o'limning astral safariga tayyorlang. Xayol orqali siz o'zingizni go'sht va suyaklardan iborat bir bog'lam sifatida qabul qilasiz, bu eng yaxshi holatda ham muammolar uyasi. **35-12** O'zingizni har qanday azob-uqubatlardan xoli bo'lgan Cheksiz Mohiyat sifatida tezda ko'rish uchun tinimsiz mulohaza qiling. Tananing asirligidan voz keching; *Kriya maxfiy kalitidan foydalanib*, Ruhga qochishni o'rganing.

Buyuk guru turli shogirdlarini o'z e'tiqodlarining yaxshi an'anaviy intizomiga rioya qilishga undadi. *Kriyaning* amaliy ozodlik usuli sifatida hamma narsani qamrab oluvchi xususiyatini ta'kidlab, Lahiri Mahasaya o'z shogirdlariga atrof-muhit va tarbiyaga muvofiq hayotlarini ifoda etish erkinligini berdi.

"Musulmon namozini **35-13 gacha o'qishi kerak.**" "Har kuni to'rt marta ibodat qiling", deb ta'kidladi ustoz. "Hindu kuniga to'rt marta meditatsiya qilish uchun o'tirishi kerak. Masihiy kuniga to'rt marta tiz cho'kib, Xudoga ibodat qilishi va keyin Muqaddas Kitobni o'qishi kerak."

Bhakti (itoatkorlik), *Karma* (harakat), *Jnana* (donolik) yoki *Raja* (qirollik yoki to'liq) *Yoga* yo'llariga yo'naltirdi. Rohiblikning rasmiy yo'liga kirishni istagan dindorlarga ruxsat berishda sekin bo'lgan ustoz ularni har doim avval monastir hayotining qattiqqo'lliklari haqida yaxshilab o'ylab ko'rishga undagan.

Buyuk guru shogirdlariga Muqaddas Yozuvlarni nazariy muhokama qilishdan qochishni o'rgatgan. "U faqat dono." JSSV bag'ishlaydi o'zi ga anglab yetish, emas o'qish faqat, ... qadimgi vahiyalar," u dedi. "Barcha muammolaringizni meditatsiya orqali hal qiling. **35-14** Foydasiz diniy taxminlarni Xudo bilan haqiqiy aloqaga almashtiring. Ongoingizni dogmatik ilohiyot qoldiqlaridan tozalang; yangi, shifobaxsh narsalarni kiriting. To'g'ridan-to'g'ri idrok suvlari. O'zingizni faol ichki yo'l-yo'riqga moslashtiring; Ilohiy Ovoz hayotning har qanday muammosiga javob beradi. Garchi insonning o'zini muammoga duchor qilishdagi ixtirochiligi ko'rinib tursa ham. cheksiz bo'lish uchun, Cheksiz Yordamchi ham bundan kam emas."



LAHIRI MAHASAYA

Shogird ning Babaji

va Guru ning Shri Yuktesvar

Ustozning hamma joyda mavjudligi bir kuni *Bhagavad Gitaning talqinini tinglayotgan bir guruh shogirdlar oldida namoyish etildi. U barcha tebranishli ijodda Kutastha Chaitanya yoki Masih ongi ma'nosini tushuntirayotganda* , Lahiri Mahasaya to'satdan nafas olib, qichqirdi:

"Men ertalab cho'kish ichida ... tanalar ning ko'p ruhlar o'chirilgan ... qirg'oq ning Yaponiya!"

Ertasi kuni ertalab chelalar gazetada Yaponiya yaqinida bir kun oldin kemasi cho'kib ketgan ko'plab odamlarning o'limi haqidagi xabarni o'qidilar.

Lahiri Mahasayaning uzoqdagi shogirdlari uning borligidan tez-tez xabardor bo'lishardi. "Men har doim *Kriya bilan shug'ullanadiganlar bilan birgaman* ", dedi u yonida qololmaydigan chelalarga tasalli berib. "Men sizni kengayib borayotgan idroklaringiz orqali Kosmik Uyga yo'naltiraman."

tushida aniq *Kriya tashabbusini* olganini aytdi . Lahiri Mahasaya ibodatlariga javoban chelaga ko'rsatma berish uchun paydo bo'lgan edi.

Agar shogird dunyoviy majburiyatlaridan birini e'tiborsiz qoldirsa, ustoz uni muloyimlik bilan tuzatib, jazolardi.

"Lahiri Mahasayaning so'zlari yumshoq va shifobaxsh edi, hatto u chelaning kamchiliklari haqida ochiq gapirishga majbur bo'lganida ham", dedi menga bir

marta Shri Yuktesvar. U afsus bilan qo'shimcha qildi: "Hech bir shogird ustozimizning so'zlaridan qochib ketmagan". Men kulmasdan turolmadim, lekin Shri Yuktesvarga rostini aytsam, o'tkir yoki

emas, uning har bir so'z edi musiqa ga mening quloqlar.

Lahiri Mahasaya *Kriyani* to'rtta progressiv tashabbusga sinchkovlik bilan baholadi.

35-15 U uchta oliy texnikani faqat dindor aniq ma'naviy taraqqiyotni namoyon etganidan keyingina berdi. Bir kuni ma'lum bir chela, uning qadr-qimmatini munosib baholanmayotganiga amin bo'lib, o'z ovozi berdi norozilik.

"Ustoz", u dedi, "albatta Men ertalab tayyor hozir uchun ... ikkinchi tashabbus."

Shu payt eshik ochilib, Benares pochtagisi Brinda Bhagat ismli kamtarin shogirdni qabul qildi .

Kriyaning ikkinchi texnikasiga tayyormisiz ?"

Kichkina pochtagi iltijo bilan qo'llarini qovushtirdi. "Gurudeva", dedi u xavotir bilan, "endi tashabbuslar yo'q, iltimos! Qanday qilib men biron bir oliy ta'limotni o'zlashtira olaman? Bugun sizdan duo so'rash uchun keldim, chunki birinchi ilohiy *Kriya* meni shunday mast qildiki, men xatlarni yetkazib berolmayman!"

"Brinda allaqachon Ruh dengizida suzib yuribdi." Lahiri Mahasayaning bu so'zlarini eshitib, uning boshqa shogirdi boshini egdi.

"Ustoz", u dedi, "Men ko'rish Men ega bo'lish bo'lgan a kambag'al ishchi, topish xato bilan mening asboblar."

Savodsiz odam bo'lgan pochtagi keyinchalik *Kriya orqali o'z tushunchasini* shu qadar rivojlantirdiki, olimlar vaqti-vaqti bilan uning talqinini tegishli Muqaddas Kitobdagi fikrlarga qarab izlashardi. Gunoh va sintaksisda begunoh bo'lgan kichkina Brinda bilimdon mutaxassislar orasida shuhrat qozondi.

Lahiri Mahasayaning ko'plab Benares shogirdlaridan tashqari, Hindistonning uzoq hududlaridan yuzlab odamlar uning oldiga kelishgan. Uning o'zi bir necha bor Bengalga sayohat qilib, ikki o'g'lining qaynotalarining uylariga tashrif buyurgan. Shunday qilib, uning borligi tufayli Bengal kichik *Kriya* guruhlari bilan to'lib-toshgan. Ayniqsa, Krishnagar va Bishnupur tumanlarida ko'plab jim dindorlar bugungi kungacha ko'rinmas ruhiy meditatsiya oqimini saqlab kelmoqdalar.

Kriya olgan ko'plab avliyolar orasida Benareslik mashhur Swami Vhaskarananda Sarasvati va yuksak martabali Deogarh zahidi Balananda Brahmacharini tilga olish mumkin. Bir muddat Lahiri Mahasaya Benareslik Maharaja Iswari Narayan Sinha Bahadurning o'g'liga shaxsiy ustoz bo'lib xizmat qilgan. Ustozning ma'naviy yuksalishini tan olgan maharaja, shuningdek, uning o'g'li ham *Kriya* tashabbusini izladilar, xuddi Maharaja Jotindra Mohan Thakur kabi.

Kriya doirasini reklama orqali kengaytirishni xohlashdi . Guru uning ruxsatini rad

etdi. Benares xo'jayinining qirollik tabibi bo'lgan bir chela ustozning nomini "Kashi Baba" (Benaresning yuksaklaridan biri) sifatida yoyish uchun uyushgan harakatni boshladi. **35-16** Guru yana buni taqiqladi.

Kriya gulining xushbo'y hidi hech qanday ko'rinishsiz tabiiy ravishda taralib tursin", dedi u. "Uning urug'lari ma'naviy unumdor qalblar tuprog'ida ildiz otadi."

Buyuk ustoz zamonaviy tashkilot vositasi yoki bosmaxona orqali va'z qilish tizimini qabul qilmagan bo'lsa-da, u o'z xabarining kuchi qarshiliksiz to'fon kabi ko'tarilishini, o'z kuchi bilan inson ongining banklarini to'ldirishini bilardi. Muxlislarning o'zgargan va poklangan hayotlari Kriyaning o'lmas hayotiyligining oddiy kafolati edi .

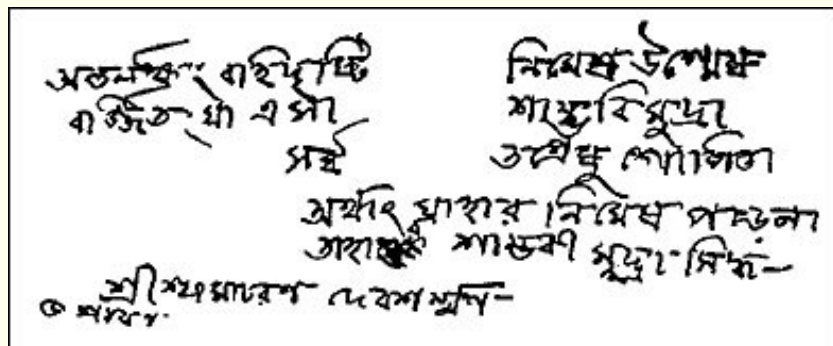
Ichkarida 1886-yil, yigirma besh yillar keyin uning Ranixet tashabbus, Lahiri Mahasaya edi nafaqaga chiqqan yoqilgan a pensiya.

35-17 Kunduzi uning vaqti bo'lganligi sababli, shogirdlar uni tobora ko'proq qidirib topishdi. Buyuk guru endi ko'p vaqt jimgina o'tirar, sokin lotus holatida qamalib qolardi. U kamdan-kam hollarda kichkina mehmonxonasidan chiqib ketardi, hatto sayr qilish yoki uyning boshqa qismlariga tashrif buyurish uchun ham. Guruning *darshan (muqaddas nigohi) uchun deyarli tinimsiz chelalar oqimi kelardi.*

Barcha tomoshabinlarni hayratga solgan narsa, Lahiri Mahasayaning odatiy fiziologik holati nafas qisilishi, uyqusizlik, yurak urishining to'xtashi, soatlab miltillamaydigan xotirjam ko'zlar va chuqur xotirjamlik kabi g'ayritabiiy xususiyatlarni namoyon etdi. Hech bir mehmon ruhan ko'tarilmasdan ketmasdi; hamma haqiqiy Xudo odamining jimgina duosini olganini bilishardi.

Kriya Yoga xabarini tarqatdi va jamoat manfaati uchun ma'lum yogik o'simliklarini tayyorladi **35-18** dorilar.

Qadimgi odatga ko'ra, usta odamlarga **35-19 raqamli** *neem sovg'a qilgan*. turli kasalliklarni davolash uchun moy. Guru shogirdidan moyni distillashni so'raganida, u bu vazifani osongina bajarishi mumkin edi. Agar boshqa kimdir urinib ko'rsa, u g'alati qiyinchiliklarga duch kelardi, chunki dorivor moy kerakli distillash jarayonlaridan o'tgandan so'ng deyarli bug'lanib ketganini aniqlardi. Shubhasiz ... magistrlik duo edi a zarur tarkibiy qism.



Lahiri Mahasayaning bengal yozuvidagi qo'lyozmasi va imzosi yuqorida ko'rsatilgan. Bu satrlar chelaga yozilgan xatda uchraydi; buyuk ustoz sanskrit oyatini quyidagicha

talqin qiladi: "Erishgan kishi..." Ko'z qovoqlari pirpiratmaydigan xotirjamlik holati
Sambhabi Mudraga erishdi .

"Sri Shyama Charan Deva Sharman" (imzolangan)

The Arya Missiya Muassasa o'z zimmasiga oldi ... nashr ning ko'p ning ... guruning
Muqaddas Kitobga oid

sharhlar. Iso va boshqa buyuk payg'ambarlar singari, Lahiri Mahasayaning o'zi ham hech qanday kitob yozmagan, ammo uning chuqur talqinlari turli shogirdlar tomonidan yozib olingan va tartibga solingan. Ushbu ixtiyoriy ko'rsatmalarning ba'zilari guruning chuqur tushunchasini to'g'ri yetkazishda boshqalarga qaraganda ko'proq aniqlik kiritgan; ammo, umuman olganda, ularning sa'y-harakatlari muvaffaqiyatli bo'lgan. Ularning g'ayrati tufayli dunyo Lahiri Mahasayaning yigirma oltita qadimiy yozuvlarga oid mislsiz sharhlariga ega.

Ustozning nabirasi Shri Ananda Mohan Lahiri *Kriya haqida qiziqarli risolalar yozgan. " Bhagavad Gita* matni bir nechta tugun nuqtalariga (*vyas-kutas*) ega bo'lgan buyuk doston - Mahabharataning bir qismidir ", deb yozgan Shri Ananda. "Agar bu tugun nuqtalarini shubhasiz saqlasangiz, biz faqat o'ziga xos va oson tushuniladigan afsonaviy hikoyalarni topamiz. Ularni saqlang." Tugun nuqtalari tushuntirilmagan va biz Sharq minglab yillar davomida tajriba izlashdan so'ng g'ayritabiiy sabr-toqat bilan saqlab kelgan ilmni yo'qotdik. **35-20** Muqaddas Kitobdagi harflar va tasvirlar topishmoqida juda mohirona ko'zdan g'oyib bo'lgan din ilmining o'zi Lahiri Mahasayaning sharhlari orqali allegoriyalardan xoli holda yoritib berildi. Endi shunchaki tushunarsiz so'zlar aralashmasi emas, balki Vedik ibodatining boshqa ma'nosiz formulalari ustoz tomonidan ilmiy ahamiyatga to'la ekanligi isbotlangan...

"Biz bilamizki, inson odatda yovuz ehtirolarning qo'zg'olonchi ta'siriga qarshi ojiz bo'ladi, ammo ular kuchsiz bo'lib qoladi va inson *Kriya orqali oliy va uzoq muddatli saodat ongini anglab yetganda, ularning lazzatlanishida hech qanday sabab topmaydi* . Bu yerda taslim bo'lish, pastki ehtirolarni inkor etish, qabul qilish, baxtni tasdiqlash bilan sinxronlashadi. Bunday yo'lsiz, shunchaki salbiy ma'noda ishlaydigan yuzlab axloqiy qoidalar biz uchun foydasizdir."

"Dunyoviy faoliyatga bo'lgan ishtiyoqimiz bizda ma'naviy qo'rquv tuyg'usini o'ldiradi. Biz barcha nomlar va shakllar ortidagi Buyuk Hayotni tushuna olmaymiz, chunki ilm bizga qanday qilib ... qila olishimizni ko'rsatib beradi." tabiat kuchlaridan foydalanish; bu tanishlik uning asosiy sirlariga nisbatan nafratni keltirib chiqardi. Tabiat bilan bo'lgan munosabatimiz amaliy ishdir. Biz uni, aytganda, maqsadlarimizga qanday xizmat qilish mumkinligini bilish uchun masxara qilamiz; uning energiyalaridan foydalanamiz, uning manbai hali noma'lum. Ilmda tabiat bilan bo'lgan munosabatimiz inson va uning xizmatkori o'rtasida mavjud bo'lgan munosabatdir yoki falsafiy ma'noda u guvohlar qutisidagi asirga o'xshaydi. Biz uni so'roq qilamiz, unga qarshi chiqamiz va uning dalillarini uning yashirin qadriyatlarini o'lchay olmaydigan insoniy tarozida sinchkovlik bilan tortamiz. Boshqa tomondan, "men" oliy kuch bilan aloqada bo'lganida, tabiat avtomatik ravishda stresssiz yoki zo'riqishsiz inson irodasiga bo'ysunadi. Tabiat ustidan bu oson buyruq tushunmaydigan materialist tomonidan "mo'ljizaviy" deb ataladi.

"Lahiri Mahasayaning hayoti yoga sirli amaliyot degan noto'g'ri tushunchani

o'zgartirgan namuna bo'ldi. Har bir inson *Kriya orqali* tabiat bilan o'zining to'g'ri munosabatini tushunish va fizika fanining haqiqatga yaqinligiga qaramay, barcha hodisalarga, xoh mistik, xoh kundalik hodisalarga ruhiy hurmatni his qilish yo'lini topishi mumkin. **35-21** Shuni yodda tutishimiz kerakki, ming yil oldin sirli bo'lgan narsa endi unday emas va hozir sirli bo'lgan narsa yuz yildan keyin qonuniy ravishda tushunarli bo'lib qolishi mumkin. Bu cheksiz, Quvvat Okeani. barcha ko'rinishlarning orqa tomoni.

Kriya Yoga qonuni abadiydir. Bu matematika kabi haqiqatdir; qo'shish va ayirishning oddiy qoidalari kabi, ... qonun ning *Kriya* banka hech qachon bo'lish vayron qilingan. Kuyish ga kul hammasi ... kitoblar yoqilgan matematika,

Mantiqan fikrlaydiganlar har doim bunday haqiqatlarni qayta kashf etadilar; yoga haqidagi barcha muqaddas kitoblarni yo'q qiladilar, uning asosiy qonunlari o'zida sof sadoqat va natijada sof bilimni o'z ichiga olgan haqiqiy yogi paydo bo'lganda paydo bo'ladi.

Babaji eng buyuk avatarlardan biri, *Mahavatar* va Shri Yukteswar *Jnanavatar* yoki Donolikning mujassamlanishi bo'lgani kabi, Lahiri Mahasayani ham haqli ravishda *Yogavatar* yoki Yoganing mujassamlanishi deb atash mumkin. Sifat va miqdoriy yaxshilik mezonlari bo'yicha u jamiyatning ma'naviy darajasini ko'tardi. Yaqin shogirdlarini Masihga o'xshash darajaga ko'tarish qudrati va haqiqatni omma orasida keng tarqatish qobiliyati bilan Lahiri Mahasaya insoniyatning qutqaruvchilari qatoridan joy oladi.

, barcha odamlar uchun yoga erkinligi eshiklarini birinchi marta ochib beradigan aniq usul, *Kriyaga* amaliy urg'u berishidadir . O'z hayotidagi mo''jizalardan tashqari, *Yogavatar* , *shubhasiz* , yoganing qadimgi murakkabliklarini kamaytirishda barcha mo''jizalarning cho'qqisiga chiqdi. oddiy tushunishdan tashqariga chiqmaydigan samarali soddalik.

Mo''jizalarga kelsak, Lahiri Mahasaya ko'pincha shunday degan: "Odamlarga noma'lum bo'lgan nozik qonunlarning ishlashi tegishli kamsitishsiz omma oldida muhokama qilinmasligi yoki nashr etilmasligi kerak". Agar men bu sahifalarda uning ogohlantiruvchi so'zlarini e'tiborsiz qoldirgan bo'lsam, bu uning menga ichki ishonch bergani uchundir. Shuningdek, Babaji, Lahiri Mahasaya va Shri Yuktesvarning hayotini yozib olishda men ko'plab haqiqiy mo''jizaviy hikoyalarni chiqarib tashlashni maqsadga muvofiq deb bildim, ularni, shuningdek, mavhum falsafaning tushuntirish jildini yozmasdan kiritish qiyin edi.

Yangi odamlar uchun yangi umid! "Ilohiy birlik", deb e'lon qildi *Yogavatar* , "o'z-o'zini harakat qilish orqali mumkin, va bu emas qaram yoqilgan ilohiy e'tiqodlar yoki yoqilgan ... o'zboshimchalik bilan vasiyatnoma ning a Kosmik Diktator.

Kriya kalitidan foydalanish orqali , hech bir insonning ilohiyligiga ishonishga majbur qila olmaydigan odamlar nihoyat o'zlarining to'liq ilohiyligini ko'rishadi.

35-1 : *Matto* 3:15.

35-2 Muqaddas Kitobning ko'plab oyatlarida reenarnatsiya qonuni tushunilgan va qabul qilinganligi ko'rsatilgan. Reenarnatsiya sikllari insoniyat mavjud bo'lgan turli evolyutsiya holatlari uchun biror narsa (egoizm ongi) yo'qdan paydo bo'lgan, turli darajalarda mavjud bo'lgan deb taxmin qiladigan keng tarqalgan G'arb nazariyasiga qaraganda ancha oqilona tushuntirishdir. ning shahvatparastlik uchun o'ttiz yoki to'qson yillar, va keyin qaytib keldi ga ... asl nusxasi bo'shliq. The aqlga sig'maydigan tabiat ning shunday bo'shliq o'rta asr maktab o'quvchisining qalbini quvontirish uchun muammodir.

35-3 : *Malaki* 4:5.

35-4 : "Oldin uni," ya'ni, "oldin ... "Hazrat."

35-5: *Luqo* 1:13-17.

. *Matto* 17:12-13 :35-6

. *Matto* 11:13-14 :35-7

.*Jon* 1:21 :35-8

. II *Qirollar* 2:9-14 :35-9

35-10 : *Matto* 17:3.

35-11 : *Matto* 27:46-49 .

35-12 : "Qanaqasiga ko'p navlar ning o'lim bor ichida bizning jasadlar! Hech narsa bu u yerda lekin "O'lim." - *Martin Lyuter, ichida "Stol suhbatlari."*

35-13 : The boshliq ibodat ning ... Muhammadlar, odatda takrorlandi to'rtta yoki besh marta kundalik.

35-14 : "Izlang haqiqat ichida meditatsiya, emas ichida mog'orlangan kitoblar. Qarang ichida ... osmon ga topish ... oy, emas ichida ... hovuz." - *Fors maqoli.*

35-15 : As *Kriya Yoga* bu qobiliyatli ning ko'p bo'linmalar, Lahiri Mahasaya donolik bilan elakdan o'tkazilgan tashqarida to'rtta qadamlar qaysi u farqlangan asosiy suyak iligini o'z ichiga olgan va amalda eng yuqori qiymatga ega bo'lganlar bo'lish.

35-16 : Boshqa sarlavhalar berilgan yoqilgan Lahiri Mahasaya tomonidan uning shogirdlar edilar *Yogibar* (eng buyuk ning yogis), *Yogiraj* (qirol ning yogis) va *Munibar* (avliyolarning eng buyuklari), *ularga men Yogavatar* (yoganing mujassamlanishi) ni qo'shdim .

35-17 : U bor edi berilgan, umuman olganda, o'ttiz besh yillar ning xizmat ichida bitta bo'lim ning ... hukumat.

35-18 Qadimgi sanskrit risolalarida o'simliklar haqidagi keng bilimlar mavjud. Himoloy o'tlari yoshartirish davolashda ishlatilgan va bu usul 1938-yilda Pundit Madan Mohan Malaviyada qo'llanilganda dunyo e'tiborini tortgan. 77 yoshli Vitse-kansler ning Benares Hindu Universitet. Kimga a ajoyib darajada, ... qayd etilgan olim qaytarib olindi 45 kun ichida uning sog'lig'i, kuchi, xotirasi, ko'rish qobiliyati normallashti; uchinchi tishlar paydo bo'lganini ko'rsatdi, barcha ajinlar esa yo'qoldi. The o'simlik davolash, ma'lum sifatida *Kaya Kalpa* , bu bitta ning 80 yoshartirish usullar belgilangan ichida Hindu *Ayurveda* yoki tibbiyot fanlari bo'yicha. Pundit Malaviya davolanishni 1766 yilni tug'ilgan yili deb ta'kidlaydigan Shri Kalpacharya Swami Beshundasji qo'lida o'tkazdi. Uning 100 yoshdan oshganligini tasdiqlovchi hujjatlari bor; *Associated Press* muxbirlari uning taxminan 40 yoshda ko'rinishini ta'kidlashdi.

Qadimgi hind risolalarida tibbiyot fanini 8 ta sohaga ajratilgan: *salya* (jarrohlik); *salakya* (bo'yin ustidagi kasalliklar); *kayachikitsa* (dori to'g'ri); *bhutavidya* (ruhiy kasalliklar); *kaumara* (g'amxo'rlik ning go'daklik); *agada* (toksikologiya); *Rasayana* (uzoq umr ko'rish); *Vagikarana* (toniklar). Vedik shifokorlar nozik jarrohlik asboblaridan foydalanganlar, plastik jarrohlik amaliyotlaridan foydalanganlar, tushunganlar. tibbiy usullar ga qarshi turish ... effektlar ning zahar gaz, bajarildi Kesariya bo'limlar va miya operatsiyalar, dorilarni dinamiklashtirishda mohir edilar. Miloddan avvalgi V asrning mashhur .shifokori Gippokrat o'zining tibbiy materiallarining katta qismini hind manbalaridan olgan

35-19 Sharqiy Hindiston margosa daraxti. Uning dorivor qiymati endi G'arbda tan olingan, u yerda achchiq *neem* po'stloq bu ishlatilgan sifatida a tonik, va ... moy dan urug'lar va meva bor bo'lgan topildi ning eng yuqori darajada qiymat ichida ... davolash ning moxov va boshqa kasalliklar.

35-20 : "Yaqinda Indus vodiysining arxeologik joylaridan qazib olingan bir qator muhrlar, uchinchi ming yillikda ma'lumotlarga ega bo'lish mumkin." Miloddan avvalgi, shou raqamlar o'tirgan ichida meditatsiyaga oid pozalar hozir ishlatilgan ichida ... tizim ning Yoga, va order ... hatto o'sha paytda ham yoga asoslarining ba'zilari allaqachon ma'lum bo'lgan degan xulosaga kelish mumkin. Hindistonda o'rganilgan usullar yordamida tizimli introspektsiya besh ming yil davomida amalda qo'llanilgan degan xulosaga kelishimiz asossiz emas. Hindiston bor rivojlangan aniq qimmatli diniy munosabat ning aql va axloqiy tushunchalar qaysi bor noyob, da eng kamida ularning hayotga qo'llanilishining kengligida. Ulardan biri intellektual e'tiqod-ta'limot masalalarida bag'rikenglik bo'lib, bu G'arb uchun hayratlanarli, chunki u yerda asrlar davomida bid'at ovlash keng tarqalgan edi va xalqlar o'rtasida qonli urushlar tugadi. mazhabparast raqobatlar edilar tez-tez."-Ekstraktlar dan bir maqola tomonidan Professor V. Norman Jigarrang ichida ... May, 1939-yil masala Amerika O'rganilgan Jamiyatlar Kengashi Byulleteni , Vashington, Kolumbiya okrugi

35-21 Bu yerda Karlaylning *Sartor Resartus asaridagi kuzatuv haqida o'ylash mumkin*: "Hayron bo'la olmaydigan, odatda hayron bo'lmaydigan (va sig'inmaydigan) odam son-sanoqsiz Qirollik jamiyatlarining prezidenti bo'lgan va ... timsoli ning hammasi laboratoriyalar va rasadxonalar, bilan ularning natijalar, ichida uning yolg'iz bosh,-is lekin a juftlik ning ko'zoynaklar ". orqada qaysi U yerda bu ko'z yo'q

BOB: 36

Babaji's Qiziqish Ichkarida The G'arb

"Ustoz, qildi siz har doim uchrashish Babaji?"

Seramporda sokin yoz kechasi edi; men Shri Yuktesvarning yonida, ziyoratgohning ikkinchi qavatidagi balkonda o'tirganimda, tropiklarning katta yulduzlari boshimiz uzra porlab turardi.

— Ha, — Ustoz mening to'g'ridan-to'g'ri savolimga jilmaydi; uning ko'zlari hurmat bilan chaqna ketdi. — Uch marta o'lmas guruni ko'rib, baraka topdim. Bizning birinchi uchrashuvimiz Allohobodda *Kumbha Melada bo'lgan*.

Qadim zamonlardan beri Hindistonda o'tkazib kelinayotgan diniy yarmarkalar *Kumbha Melas nomi bilan tanilgan*; ular ma'naviy maqsadlarni doimo ko'pchilikning diqqat markazida ushlab kelgan. Dindor hindular har olti yilda millionlab odamlar minglab sadhular, yogislar, svamilar va har xil zohidlar bilan uchrashish uchun yig'ilishadi. Ko'pchilik zohidlar bo'lib, ular hech qachon tanho joylardan faqat tadbirlar o'tkaziladigan joylarda qatnashish va dunyoviy erkaklar va ayollarga o'z duolarini ulashish uchun chiqib ketishmaydi.

"Babaji bilan uchrashganimda men svami emas edim", deb davom etdi Shri Yuktesvar. "Lekin men allaqachon Lahiri Mahasayadan *Kriya tashabbusini olgan edim*. U meni 1894-yil yanvar oyida Allohobodda bo'lib o'tadigan *melada qatnashishga undadi*. Bu mening *kumbha bilan birinchi marta uchrashishim edi*; olomonning shovqini va to'lqinidan biroz hayratda qoldim. Atrofga qarab, men ustaning yorug' yuzini ko'rmadim. Ganges bo'yidagi ko'prikdan o'tib ketayotganimda, yonida turgan bir tanishimni ko'rdim, uning tilanchilik kosasi cho'zilgan edi.

"Oh, bu yarmarka shovqin va tilanchilarning betartibliigidan boshqa narsa emas", deb o'yladim umidsizlikka tushib. "Insoniyatning amaliy manfaati uchun bilim doirasini sabr bilan kengaytirayotgan G'arb olimlari Xudoga dinni e'lon qilib, sadaqaga e'tibor qaratadigan bu bekorchilardan ko'ra yoqimliroq emasmikin?"

"Ijtimoiy islohotlar haqidagi mulohazalarimni oldimda to'xtagan uzun bo'yli sannyasi ovozi to'xtatdi."

"Janob," dedi u, "sizni avliyo

chaqiryapti." "U kim?"

"Keling va ko'rish uchun o'zing.

"Ikkilanib ergashish bu ixcham maslahat, Men tez orada topildi o'zim yaqinida a daraxt kimning shoxlar edilar

jozibali shogirdlar guruhi bilan guruni boshpana qilib. Yorqin, g'ayrioddiy qiyofali, yaltiroq qora ko'zli ustoz mening yaqinlashayotganimda o'rnidan turib, meni quchoqladi.

"Xush kelibsiz, Svamiji", dedi u mehr

bilan. "Janob", deb qat'iy javob berdim,

"men svami *emasman* ."

"Menga ilohiy ravishda "svami" unvonini berish buyurilganlar hech qachon undan voz kechishmagan." Avliyo menga sodda qilib murojaat qildi, lekin uning so'zlarida haqiqatga chuqur ishonch yangradi; men bir zumda ruhiy ne'matlar to'lqiniga g'arq bo'ldim. Qadimgi monastir tartibiga to'satdan ko'tarilishimga tabassum qilib, **36-1** **Meni** shunday ulug'lagan inson qiyofasida bo'lgan buyuk va farishtaga o'xshash mavjudotning oyoqlariga bosh egdim .

"Babaji — chunki u haqiqatan ham shunday edi — meni daraxt ostidagi yoniga o'tirishga ishora qildi. U kuchli va yosh edi va Lahiri Mahasayaga o'xshardi; ammo bu o'xshashlik menga ta'sir qilmadi, garchi men ikki ustaning tashqi ko'rinishidagi g'ayrioddiy o'xshashliklar haqida ko'p eshitgan bo'lsam ham. Babaji inson ongida biron bir aniq fikrning paydo bo'lishining oldini olish qobiliyatiga ega. Ko'rinishidan, buyuk guru men uning huzurida mutlaqo tabiiy bo'lishimni, uning kimligini bilishdan hayratda qolmaslikni xohlardi.

? Nima qil siz o'ylash ning ... *Kumbha Mela*"

"Janob, men juda xafa bo'ldim." Shoshib qo'shimcha qildim: "Siz bilan uchrashgunimcha. Qandaydir yo'l bilan avliyolar va bu shov-shuv bir-biriga mos kelmaydiganga o'xshaydi."

— Bolam, — dedi ustoz, garchi men uning yoshidan deyarli ikki baravar katta bo'lsam ham, — ko'pchilikning xatolari uchun butunni hukm qilma. Yer yuzidagi hamma narsa aralash xarakterga ega, xuddi qum va shakar aralashmasi kabi. Faqat shakarni ushlab, qumga tegmaydigan dono chumoli kabi bo'l. Bu yerdagi ko'plab sadhular hali ham xayolda adashib yurishsa-da, mela *Xudoni anglagan* bir nechta odamlar tomonidan baraka topadi .

"Ichkarida ko'rinish ning mening o'z uchrashuv bilan bu yuksaltirilgan usta, Men tezda kelishilgan bilan uning kuzatish.

— Janob, — dedim men, — men G'arbning olimlari haqida o'ylayapman, ular bu yerda to'plangan ko'pchilik odamlardan ancha aqlli, uzoq Yevropa va Amerikada yashovchi, turli e'tiqodlarga amal qiluvchi va hozirgi kabi *melalarning asl qadriyatlaridan bexabar. Ular...* Hindiston xo'jayinlari bilan uchrashuvlardan katta

foyda olishlari mumkin bo'lgan odamlar. Ammo, intellektual yutuqlarga ega bo'lishlariga qaramay, ko'plab g'arbliklar materializmni yuqori baholaydilar. Fan va falsafada mashhur bo'lgan boshqalar dindagi muhim birlikni tan olmaydilar. Ularning e'tiqodlari ularni bizdan abadiy ajratib qo'yadigan yengib bo'lmaydigan to'siqlar bo'lib xizmat qiladi.

"Men sizning Sharq bilan bir qatorda G'arbga ham qiziqishingizni ko'rdim." Babajining yuzi ma'qullashdan porladi. "Men sizning yuragingizdagi og'riqni his qildim, u sharqlikmi yoki g'arblikmi, barcha erkaklar uchun yetarli edi. Shuning uchun men sizni bu yerga chaqirdim."

"Sharq va G'arb faoliyat va ma'naviyatning birlashgan oltin o'rta yo'lini yaratishi kerak", deb davom etdi u. "Hindiston moddiy rivojlanishda G'arbdan ko'p narsani o'rganishi kerak; buning evaziga Hindiston G'arb o'zining diniy e'tiqodlarini yogika fanining mustahkam poydevoriga asoslashi mumkin bo'lgan universal usullarni o'rgatishi mumkin."

"Siz, Swamiji, Sharq va G'arb o'rtasidagi kelgusi uyg'un almashinuvda o'z hissangizni qo'shishingiz kerak. Bir necha yildan keyin men sizga G'arbda yoga tarqatish uchun o'qitishingiz mumkin bo'lgan shogird yuboraman. U yerdagi ko'plab ma'naviy izlanuvchi qalblarning tebranishlari menga toshqin kabi keladi. Men Amerika va Yevropada uyg'onishni kutayotgan potentsial avliyolarni ko'raman."

Da bu nuqta ichida uning hikoya, Shri Yuktesvar o'girildi uning nigoh to'liq yoqilgan meniki.

— O'g'lim, — dedi u oy nurida jilmayib, — sen yillar oldin Babaji menga yuborishga va'da bergan shogirdsan.

Babaji mening qadamlarimni Shri Yuktesvarga yo'naltirganini bilib xursand bo'ldim, ammo o'zimni uzoq G'arbda, sevimli gurumdan va oddiy merosxo'rlik tinchligidan uzoqda tasavvur qilishim qiyin edi.

Bhagavad Gita haqida gapirdi ", deb davom etdi Shri Yuktesvar. "Meni hayratga solgani, u bir nechta maqto'v so'zlari bilan mening *Gitaning* turli boblariga talqinlar yozganligimdan xabardor ekanligini ko'rsatdi .

"Mening iltimosimga binoan, Swamiji, iltimos, yana bir vazifani bajaring", dedi buyuk ustoz. "Xristian va hind yozuvlari o'rtasidagi asosiy birlik haqida qisqacha kitob yozmaysizmi? Xudoning ilhomlantirgan o'g'illari odamlarning mazhablararo farqlari bilan yashiringan bir xil haqiqatlarni gapirishganini parallel havolalar orqali ko'rsating."

"Maharaj', **36-2** Men javob berdi ikkilanib, 'nima a buyruq! Shall Men bo'lish qodir ga bajarish uni?

"Babaji yumshoq kuldi. "O'g'lim, nega shubha qilyapsan?" dedi u xotirjam ohangda. "Darhaqiqat, bularning barchasi kimning ishi va barcha ishlarning bajaruvchisi kim? Rabbim menga aytgan har bir narsa haqiqat bo'lib chiqishi aniq."

"Men o'zimni avliyoning marhamati bilan kuchga to'lgan deb hisobladim va kitob yozishga rozi bo'ldim. Xayrlashuv soati kelganini istamay his qilib, barglari o'ralgan joyimdan turdim."

"Siz Lahirini bilasizmi?' **36-3** — deb so'radi usta. — U buyuk qalb egasi, shunday

emasmi? Unga uchrashuvimiz haqida aytib bering. Keyin u menga Lahiri Mahasaya uchun xabar berdi.

"Xayrlashuv uchun kamtarlik bilan ta'zim qilganimdan so'ng, avliyo xushmuomalalik bilan jilmaydi. "Kitobingiz tugagach, men sizga tashrif buyuraman", deb va'da berdi u. "Hozircha xayr."

"Ertasi kuni Allohoboddan jo'nab ketdim va Benaresga yo'l oldim. Ustozimning uyiga yetib borgach, *Kumbha Melada ajoyib avliyo haqidagi hikoyani aytib berdim.*"

"Voy, uni tanimadingizmi?" Lahiri Mahasayaning ko'zlari kulgidan raqsga tushdi. "Ko'ryapmanki, siz buni qila olmadingiz, chunki u sizga to'sqinlik qildi. U mening tengsiz gurumim, samoviy Babaji!"

"Babaji!" deb takrorladim hayratga tushib. "Yogi-Masih Babaji! Ko'rinmas-ko'rinadigan najotkor Babaji! Oh, agar Men shunchaki o'tmishni eslab, yana bir bor uning huzurida bo'lishim, uning lotusiga sadoqatimni ko'rsatishim mumkin edi. oyoqlar!"

"Hech qachon aql, Lahiri Mahasaya dedi tasalli beruvchi tarzda. U bor va'da qilingan ga ko'rish siz yana.

"Gurudeva, ilohiy ustoz, mendan sizga xabar yetkazishimni so'radi. "Lahiriga ayting," dedi u, "bu hayot uchun to'plangan kuch endi tugab bormoqda; u deyarli tugadi."

"Men bu sirli so'zlarni aytganimda, Lahiri Mahasayaning gavdasi chaqmoq oqimiga tegib ketgandek titradi. Bir zumda uning atrofidagi hamma narsa jim bo'lib qoldi; uning jilmaygan yuzi nihoyatda qattiqlashdi. Xuddi yog'och haykal kabi, o'rnida g'amgin va qimirlamay, tanasi..." rangsizlanib qoldi. Men xavotirga tushib, hayratda qoldim. Hayotimda hech qachon bu quvonchli qalbning bunchalik dahshatli jiddiylilikni namoyon etishini ko'rmagan edim. Boshqa shogirdlar xavotir bilan tikilib qolishdi.

"Uch soat sukutda o'tdi. Keyin Lahiri Mahasaya o'zining tabiiy, xushchaqchaq fe'l-atvorini davom ettirdi va har bir chela bilan mehr bilan gaplashdi. Hamma yengil xo'rsinib qo'ydi."

"Xo'jayinimning munosabatidan Babajining xabari aniq bir signal bo'lganini angladim..." Lahiri Mahasaya uning tanasi tez orada egasiz qolishini tushundi. Uning dahshatli sukuti mening gurumim darhol o'z borligini nazorat qilganini, moddiy dunyoga so'nggi bog'lanish ipini uzganini va Ruhdagi abadiy tirik shaxsiga qochganini isbotladi. Babajining bu so'zlari uning: "Men doim siz bilan bo'laman", deyish usuli edi.

"Babaji va Lahiri Mahasaya hamma narsani biluvchi bo'lishgan va men yoki boshqa biron bir vositachi orqali bir-biri bilan muloqot qilishning hojati yo'q edi, ammo buyuklar ko'pincha insoniy dramada rol o'ynashga moyil bo'lishadi. Ba'zan ular o'z bashoratlarini oddiy tarzda elchilar orqali yetkazadilar, toki ularning so'zlarining yakuniy amalga oshishi keyinchalik bu voqeani o'rganadigan keng doiradagi odamlarga ko'proq ilohiy imon bag'ishlasin."

"Tez orada Benaresni tark etdim va Babaji so'ragan muqaddas yozuvlar ustida Seramporda ishlashga kirishdim", deb davom etdi Shri Yuktesvar. "Vazifamni boshlashim bilanoq, o'limsiz guruga bag'ishlangan she'r yoza oldim. Sanskrit

she'riyatiga hech qachon urinib ko'rmagan bo'lsam ham, ohangdor satrlar qalamimdan osongina oqib chiqdi.

"Ichkarida ... tinch ning kecha Men band o'zim ustidan a taqqoslash ning ... Muqaddas Kitob va ... Muqaddas Kitoblar Sanatan *Dharma* . **36-4** Muborak Rabbimiz Iso Masihning so'zlaridan iqtibos keltirib, men uning ta'limotlari mohiyatan Vedalar vahiylari bilan bir ekanligini ko'rsatdim . Menga yengillik keltirganidek, kitobim ... da tugallandi. qisqa vaqt ichida; Men bu tez ne'mat *Param-Guru-Maharajimning* inoyati tufayli ekanligini angladim . **36-5** Boblar dastlab *Sadhusambad* jurnalida paydo bo'ldi; keyinchalik ular mening Kidderpore shogirdlarimdan biri tomonidan shaxsiy ravishda kitob sifatida nashr etildi.

— Adabiy ishlarimni tugatgandan keyingi kuni ertalab, — davom etdi ustoz, — men Rayga bordim Gang daryosida cho'milish uchun shu yerga keldim. Gang bo'sh edi; men bir oz jim turdim, quyoshli tinchlikdan bahramand bo'ldim. Gazlangan suvda cho'milgandan so'ng, uyga yo'l oldim. Sukunatda faqat Gang daryosiga botirilgan matolarimning har qadamda suzib yurgan ovozi eshitilardi. Daryo bo'yidagi katta banyan daraxti yonidan o'tayotganimda, kuchli bir turtki meni orqamga qarashga undadi. U yerda, banyan soyasida va bir nechta shogirdlar qurshovida buyuk Babaji o'tirardi!

"Salom, Svamiji!" Ustozning go'zal ovozi menga tush ko'rmayotganimni ishontirish uchun yangradi. "Ko'ryapmanki, siz kitobingizni muvaffaqiyatli tugatdingiz. Va'da qilganimdek, sizga minnatdorchilik bildirish uchun shu yerdaman."

"Tez urib turgan yuragim bilan uning oyoqlariga to'liq sajda qildim. "Param-guruji," dedim yolvorib, "siz va oilangiz mening yaqin uyimni o'z huzuringiz bilan hurmat qilmaysizmi?"

"Oliy guru jilmayib rad etdi. "Yo'q, bolam", dedi u, "biz daraxtlar boshpanasini yoqtiradigan odamlarmiz; bu joy juda qulay."

"Iltimos, biroz kuting, ustoz." Men unga iltijo bilan qaradim. "Men hozir maxsus shirinliklar bilan qaytib kelaman."

"Bir necha daqiqadan so'ng mazali taomlar bilan qaytib kelganimda, mana! xo'jayin banyan endi samoviy guruhni boshpana qilmasdi. Men ghatning hamma joyini qidirdim, lekin yuragimda kichik guruh allaqachon efir qanotlarida qochib ketganini bilardim."

"Men juda xafa bo'ldim. "Agar yana uchrashsak ham, u bilan gaplashishni istamayman", deb o'zimga ishontirdim. "U meni to'satdan tark etgani uchun mehrsiz edi." Albatta, bu sevgi g'azabi edi va bundan boshqa hech narsa emas.

"Bir necha oydan keyin men Benaresdagi Lahiri Mahasayaga tashrif buyurdim. Uning kichkina mehmonxonasiga kirganimda, ustozim salomlashish uchun jilmayib qo'ydi."

"Xush kelibsiz, Yuktesvar," dedi u. "Hozirgina xonam ostonasida Babaji bilan uchrashdingizmi?" "Yo'q," deb hayron bo'lib javob berdim.

"Bu yoqqa keling." Lahiri Mahasaya peshonamga muloyimlik bilan tegizdi; shu zahotiyoq eshik yonida mukammal lotus kabi gullab-yashnayotgan Babaji qiyofasini ko'rdim.

"Men eski xafagarchiliklarimni esladim va bosh egmadim. Lahiri Mahasaya menga

hayrat bilan qaradi. "Ilohiy guru menga tushunarsiz ko'zlar bilan tikildi. "Sen mendan g'azablanyapsan."

"Janob, nega men bo'lmasligim kerak?" deb javob berdim. "Siz sehrli guruhingiz bilan havodan chiqib, havoga g'oyib bo'ldingiz."

"Men sizga ko'rishishimni aytgan edim, lekin qancha vaqt qolishimni aytmadim." Babaji yumshoq kuldi. "Siz hayajonga to'la edingiz. Ishontirib aytamanki, men sizning bezovtaligingizdan havoda so'nib ketdim ."

"Men bu noxush tushuntirishdan darhol qoniqdim. Men uning oyoqlariga tiz cho'kdim; oliy guru yelkamga mehr bilan qoqib qo'ydi."

"Bolam, ko'proq mulohaza yuritishing kerak", dedi u. "Ko'zing hali benuqson emas - sen meni quyosh nuri ortida yashiringanimni ko'ra olmading." Bu so'zlarni samoviy nay ovozida aytib, Babaji yashirin nurga g'oyib bo'ldi.

"Bu mening guruimni ko'rish uchun Benaresga oxirgi tashriflarimdan biri edi", deb xulosa qildi Shri Yuktesvar. "Babaji *Kumbha Melada bashorat qilganidek*, Lahiri Mahasayaning uy egasi sifatida mujassamlanishi nihoyasiga yetib borayotgan edi. 1895-yil yozida uning sodiq tanasida orqasida kichik chirigan paydo bo'ldi. U nayza urishga qarshi norozilik bildirdi; u o'z tanasida ba'zi shogirdlarining yovuz karmasini mashq qildi. Nihoyat bir nechta chela juda qat'iyatli bo'ldi; usta sirli tarzda javob berdi:

""The tana bor ga topish a sabab ga borish; Men vasiyatnoma bo'lish yoqimli ga nima bo'lsa ham siz istash ga qil.

"Qisqa vaqt o'tgach, tengsiz guru Benarestda o'z tanasini topshirdi. Endi uni uning kichkina mehmonxonasida izlashim shart emas; men hayotimning har bir kunini uning hamma joyda mavjud bo'lgan rahbarligi bilan baraka topaman."

Yillar o'tib, Swami Keshabanandaning og'zidan, **36-6** Ilg'or shogird sifatida men Lahiri Mahasayaning vafoti haqida ko'plab ajoyib tafsilotlarni eshitdim.

"Ustozim o'z tanasidan voz kechishidan bir necha kun oldin," dedi menga Keshabananda, "u men Hardvardagi ziyoratgohimda o'tirganimda, mening oldimda paydo bo'ldi.

"Keling da bir marta ga Benares. Bilan bular so'zlar Lahiri Mahasaya g'oyib bo'ldi.

"Men darhol Benaresga tayyorgarlik ko'rishga yozildim. Guruimning uyida ko'plab shogirdlar to'planganini ko'rdim. O'sha kuni soat **36-7 da** Ustoz *Gitani tushuntirdi*; keyin u bizga sodda qilib murojaat qildi.

"Men ertalab ketayotgan uy.

"Yig'lar ning azob-uqubat buzilgan tashqarida kabi bir qarshilik ko'rsatib bo'lmaydigan torrent.

""Tinchlaninglar, men qayta tirilaman." Bu so'zlardan so'ng, Lahiri Mahasaya tanasini uch marta aylana shaklida aylantirdi, lotus shaklida shimolga qaradi va shon-sharaf bilan oxirgi *mahasamadhiga kirdi*. **36-8**

"Lahiri Mahasayaning dindorlar uchun juda qadrli bo'lgan go'zal tanasi tantanali ravishda kuydirildi." "Muqaddas Ganges bo'yidagi Manikarnika Ghatda uy egasi marosimlarini o'tkazdi", deb davom etdi Keshabananda. "Ertasi kuni, ertalab soat o'nda, men hali Benaresda bo'lganimda, xonam katta yorug'lik bilan to'ldirilgan edi. Mana! Mening oldimda Lahiri Mahasayaning go'shtli va qonli shakli turardi! U uning eski tanasiga o'xshardi, faqat u yoshroq va yorqinroq ko'rinardi. Mening ilohiy ustozim men bilan gaplashdi.

"Keshabananda," dedi u, "bu menman. Krematsiya qilingan tanamning parchalanib ketgan atomlaridan men qayta shakllangan shaklni tiriltirdim. Uy egasining dunyodagi ishi tugadi; lekin men yerni butunlay tark etmayman. Bundan buyon men Babaji bilan Himolay tog'larida va Babaji bilan kosmosda vaqt o'tkazaman."

"Menga bir necha bor duo qilib, ulug'vor ustoz g'oyib bo'ldi. Ajoyib ilhom qalbmni to'ldirdi; Men ham Masih va Kabirning shogirdlari kabi ruhan ko'tarildim **36-9** ular jismoniy o'limdan keyin tirik gurulariga qarashganida.

"Men o'zimning yakkalanib qolgan Hardvar qabristonimga qaytib kelganimda," deb davom etdi Keshabananda, "men o'zim bilan guruning muqaddas kulini olib yurdim. Bilaman, u fazoviy-vaqtinchalik qafasdan qochib qutulgan; hamma joyda mavjud bo'lish qushi ozod qilingan. Shunga qaramay, uning muqaddas goldiqlarini dafn etish yuragimni taskinladi."

Tirilgan gurusini ko'rish orqali baraka topgan yana bir shogird Kalkutta Arya Mission Institutining asoschisi, avliyo Panchanon Bhattacharya edi. **36-10**

Men Panchanonning Kalkuttadagi uyiga tashrif buyurdim va uning ustoz bilan ko'p yillik hayoti haqidagi hikoyasini zavq bilan tingladim. Xulosa qilib aytganda, u menga hayotidagi eng ajoyib voqea haqida gapirib berdi.

— Kalkuttada, — dedi Panchanon, — krematsiyadan keyingi ertalab soat o'nda Lahiri Mahasaya tirik shon-sharaf bilan mening oldimda paydo bo'ldi.

"Ikki tanli avliyo" Svami Pranabananda ham menga o'zining ilohiy tajribasining tafsilotlarini aytib berdi.

"Lahiri Mahasaya jasadini tark etishidan bir necha kun oldin", dedi Pranabananda menga Ranchi maktabimga tashrif buyurganida, "men undan xat oldim, unda darhol Benaresga kelishimni so'ragan edi. Biroq, men kechikdim va darhol keta olmadim. Sayohatga tayyorgarlik ko'rayotganimda, ertalab soat o'nlar atrofida, guruning yorqin qiyofasini ko'rib, to'satdan quvonchga to'ldim.

"Nima uchun shoshilish ga Benaresmi? Lahiri Mahasaya dedi, jilmayib. Siz kerak topish meni U yerda yo'q uzoqroq.

"Uning so'zlarining ahamiyati menga ayon bo'lganida, men uni faqat vahiyda ko'rayotganimga ishonib, yuragim ezilib yig'ladim."

"Xo'jayin menga taskin berib yaqinlashdi. "Mana, mening tanamga teg", dedi u. "Men har doimgidek tirikman. Nola qilma; men abadiy sen bilan birga emasmanmi?"

Bu uchta buyuk shogirdning og'zidan ajoyib haqiqat hikoyasi paydo bo'ldi: Lahiri Mahasayaning jasadi olovga tashlanganidan keyingi kuni, ertalab soat o'nda,

tirilgan ustoz haqiqiy, ammo o'zgargan tanada, har biri turli shaharlarda bo'lgan uchta shogird oldida paydo bo'ldi.

"Shunday qilib qachon bu buziladigan kerak ega bo'lish qo'yish yoqilgan buzuvchisiz, va bu o'lik kerak ega bo'lish qo'yish yoqilgan

o'lmaslikka erishgach, yozilgan so'z amalga oshadi: "O'lim g'alaba bilan yutib yuborildi. Ey o'lim, sening nishing qayerda? Ey o'lim, sening g'alabang qayerda?" **36-11**

36-1 : Shri Yuktesvar edi keyinroq rasman boshlangan ichiga ... Swami Buyurtma tomonidan ... *Mahant* (monastir bosh)

ning Budda Gaya. 36-2: "Buyuk Shoh" - hurmat unvon.

36-3 : A guru odatda havola qiladi ga uning o'z shogird shunchaki tomonidan uning ism, qoldirib ketish har qanday sarlavha. Shunday qilib, Babaji dedi "Lahiri", "Lahiri Mahasaya" emas.

36-4 : So'zma-so'z, "abadiy din", ... ism berilgan ga ... tana ning Vedik ta'limotlar. *Sanatan Dharma* bor kelmoq ga bo'lish *hinduizm* deb nomlangan beri ... vaqt ning ... Yunonlar JSSV belgilangan ... odamlar yoqilgan ... banklar ning ... daryo Indus sifatida *Yopiq* , yoki *Hindular* . "*Hindu*" so'zi , to'g'ri ma'noda, faqat *Sanatan Dharma* yoki *Hinduizm* izdoshlarini anglatadi . "*Hind*" atamasi hindular, musulmonlar va Hindiston tuprog'ining boshqa *aholisiga ham (shuningdek, Kolumbning chalkash geografik xatosi tufayli Amerika mo'g'uloid aborigenlariga) teng darajada qo'llaniladi.*

Hindistonning qadimgi nomi *Aryavarta bo'lib* , so'zma-so'z "oriylarning maskani" degan ma'noni anglatadi. *Arya so'zining sanskritcha ildizi* "munosib, muqaddas, olijanob" degan ma'noni anglatadi. Keyinchalik *Aryan so'zining* ma'naviy emas, balki jismoniy xususiyatlarni anglatish uchun etnologik jihatdan noto'g'ri ishlatilishi buyuk sharqshunosni... Maks Myuller, ga aytmoq g'alati tarzda: "Kimga meni bir etnolog JSSV gapiradi ning bir Aryan irq, Aryan qon, Aryan ko'zlar va soch, .dolixosefalik lug'at yoki braxisefalik grammatika haqida gapiradigan tilshunos kabi katta gunohkordir

36-5 : *param-guru* bu so'zma-so'z "guru oliy" yoki "guru undan tashqari," ma'noni anglatuvchi a chiziq yoki vorislik ning o'qituvchilar. Babaji, ...

.*guru* ning Lahiri Mahasaya, edi ... *param-guru* ning Shri Yuktesvar

36-6 : Mening tashrif ga Keshabananda's ashram bu tasvirlangan yoqilgan pp. 405-408 .

36-7 : Sentyabr 26, 1895-yil bu ... sana yoqilgan qaysi Lahiri Mahasaya chapga uning tana. Ichkarida a bir nechta Ko'proq kunlar u bo'lardi oltmish sakkiz yoshga to'ldi.

36-8 Shimolga qarash va tanani uch marta aylantirish, oldindan qachon ekanligini biladigan ustalar tomonidan qo'llaniladigan Vedik marosimining qismlaridir. ... yakuniy soat bu haqida ga ish tashlash uchun ... jismoniy tana. The oxirgi meditatsiya, davomida qaysi ... usta birlashadi Kosmik AUMda o'zini *maha* yoki buyuk *samadhi deb ataydi* .

36-9 Kabir o'n oltinchi asrning buyuk avliyosi bo'lib, uning ko'plab izdoshlari orasida hindular va musulmonlar bor edi. O'sha paytda ning uning o'lim, ... shogirdlar janjallashgan ustidan ... odob ning dirijyorlik ... dafn marosimi marosimlar. The asabiylashgan usta atirgul dan uning yakuniy uyqu, va berdi uning ko'rsatmalar. "Yarim ning mening qoldiqlar kerak bo'lish ko'milgan tomonidan ... Musulmon marosimlar;" u dedi, "ikkinchi yarmi hindularning muqaddas marosimi bilan kuydirilsin." Keyin u g'oyib bo'ldi. Shogirdlar uning jasadi solingan tobutni ochishganda, oltin rangli champak gullaridan boshqa hech narsa topilmadi. Ularning yarmi musulmonlar tomonidan itoatkorlik bilan dafn qilindi, ular bugungi kungacha uning ziyoratgohini hurmat qilishadi.

Ichkarida uning yoshlik Kabir edi yaqinlashdi tomonidan ikki shogirdlar JSSV xohlagan daqiqa intellektual yo'l-yo'riq birga ... :mistik yo'l. Usta oddiygina javob berdi

Yo'l taxmin qiladi masofa; Agar U bo'lish yaqinida, yo'q yo'l eng muhtoj sen da hammasi. Rostdan ham uni matheth "
"!meni tabassum Kimga eshitish ning a baliq chanqoq suvda

36-10 : Panchanon tashkil etilgan, ichida a o'n yetti akr bog' da Deogarh ichida Bihar, a ibodatxona o'z ichiga olgan a tosh haykal Lahiri Mahasaya. Boshqa haykal ning ... ajoyib usta bor bo'lgan to'plam tomonidan shogirdlar ichida ... kichik mehmonxona ning uning Benares uy.

36-11 : Men *Korinfliklar* 15:54-55 .

BOB: 37

Men Boring Kimga Amerika

"Amerika! Shubhasiz, bu odamlar amerikaliklar!" Bu mening ichki qarashimdan oldin G'arb yuzlarining panoramik tasavvuri sifatidagi fikrim edi.

Meditatsiyaga berilib, Ranchi maktabining omborxonasida chang bosgan qutilar ortida o'tirardim. Yoshlar bilan band bo'lgan o'sha yillarda shaxsiy joy topish qiyin edi!

Vahiy davom etdi; ulkan olomon, **37-1** menga diqqat bilan tikilib, aktyor kabi ong sahnasi bo'ylab suzib o'tdi.

Omborxona eshigi ochildi; odatdagidek, yosh yigitlardan biri mening yashiringan joyimni topib oldi. "Bu yoqqa kel, Bimal", deb xursand bo'lib baqirdim. "Senga yangilik bor: Xudo meni Amerikaga chaqiryapti!" "Amerikagami?" Bola mening so'zlarimni "oyga" deganimni anglatuvchi ohangda takrorladi.

"Ha! Men Kolumb kabi Amerikani kashf etish uchun ketyapman. U Hindistonni topdim deb o'ylagan; shubhasiz, bu ikki yer o'rtasida karmik bog'liqlik bor!"

Bimal qochib ketdi; ko'p o'tmay butun maktab ikki oyoqli gazetadan xabardor bo'ldi. **37-2** Men hayratda qolgan o'qituvchilarni chaqirib, maktabni o'z ixtiyoriga topshirdim.

"Bilaman, siz Lahiri Mahasayaning yoga ta'lim g'oyalarini doimo birinchi o'ringa qo'yasiz", dedim men. "Men sizga tez-tez xat yozib turaman; Xudo xohlasa, bir kun kelib qaytib kelaman."

Kichkina bolalarga va Ranchining quyoshli gektarlariga oxirgi marta qaraganimda ko'zlarimga yosh keldi. Hayotimdagi aniq bir davr endi tugaganini bilardim; bundan buyon men uzoq yurtlarda yashashimni bilardim. Vahiydan bir necha soat o'tgach, Kalkuttaga yo'l oldim. Ertasi kuni men Amerikadagi Xalqaro Diniy Liberallar Kongressiga Hindistondan delegat sifatida taklifnoma oldim. Kongress o'sha yili Bostonda, Amerika Unitarian Assotsiatsiyasi homiyligida chaqirilishi kerak edi.

Mening bosh ichida a aylanma, Men qidirildi tashqarida Shri Yuktesvar ichida Serampore.

"Guruji, meni hozirgina Amerikadagi diniy kongressda nutq so'zlash uchun

taklif qilishdi. Borsam maylimi?" "Siz uchun barcha eshiklar ochiq", deb

javob berdi ustoz soddagina. "Hozir yoki hech qachon."

"Lekin, janob," Men dedi ichida dahshat, "nima qil Men bilish haqida ommaviy
Gapirmoqda? Kamdan-kam hollarda ega bo'lish Men berilgan a ma'ruza,

va hech qachon ichida Ingliz tili.

"Ingliz tili yoki yo'q Ingliz tili, sizning so'zlar yoqilgan yoga kerak bo'lish eshitildi ichida ... G'arb.

Men kuldim. "Xo'sh, aziz guruji, menimcha, amerikaliklar bengal tilini o'rganishmaydi! Iltimos, menga ingliz tilidagi to'siqlarni yengib o'tishda yordam bering." **37-3**

Rejalarim haqidagi xabarni otamga yetkazganimda, u butunlay hayratda qoldi. Unga Amerika nihoyatda uzoqdek tuyuldi; u meni boshqa ko'rmasligidan qo'rqardi.

"Qanday qilib bora olasiz?" deb qattiq so'radi u. "Sizni kim moliyalashtiradi?" U mening ta'limim va butun umrim xarajatlarini mehr bilan ko'targanligi sababli, shubhasiz, uning savoli mening loyihamni sharmandali tarzda to'xtatib qo'yishiga umid qilgan.

"Rabbim, albatta, meni moliyalashtiradi." Men bu javobni berayotganimda, uzoq vaqt oldin Agradagi akam Anantaga bergan shunga o'xshash narsani esladim. Hech qanday hiyla ishlatmasdan, qo'shimcha qildim: "Ota, ehtimol Xudo menga yordam berishni sizning xayolingizga solar."

"Yo'q, hech qachon! U qaradi da meni achinarli tarzda.

Shuning uchun, ertasi kuni dadam menga katta miqdordagi pul yozilgan chekni uzatganida, men hayratda qoldim.

— Men sizga bu pulni ota sifatida emas, balki Lahiri Mahasayaning sodiq shogirdi sifatida beraman, — dedi u. Boring keyin ga bu uzoq G'arbiy yer; tarqalish U yerda ... ishonchsiz ta'limotlar ning *Kriya Yoga* .

Otamning shaxsiy istaklarini tezda chetga surib qo'ygan fidoyi ruhi meni juda hayratga soldi. O'tgan kecha u mening sayohatimni chet elga sayohat qilish istagi rag'batlantirmayotganini angladi.

"Balki biz bu hayotda boshqa uchrashmasmiz." O'sha paytda oltmish yetti yoshda bo'lgan dadam g'amgin ohangda gapirdi.

An intuitiv sudlanganlik so'ralgan meni ga javob, "Albatta ... Lord vasiyatnoma olib kelmoq bizni birgalikda bir marta Ko'proq."

Ustoz va ona yurtimni tark etib, Amerikaning noma'lum qirg'oqlariga ketishga tayyorgarlik ko'rayotganimda, biroz vahimaga tushdim. Hindistonning ma'naviy kelib chiqishidan butunlay farq qiladigan, asrlar davomida avliyolar aurasini bilan to'lib-toshgan G'arbning moddiy muhiti haqida ko'plab hikoyalar eshitgan edim.

"G'arb havosiga jur'at eta oladigan Sharq ustozlari," deb o'yladim men, "har qanday Himoloy sovuqlarining sinovlaridan ham bardoshli bo'lishi kerak!"

Bir kuni erta tongda men Xudoning ovozini eshitmagunimcha ibodat qilishni davom ettirishga, hatto o'lishga qat'iy qaror bilan ibodat qila boshladim. Men Uning marhamatini va zamonaviy utilitarizm tumanlarida o'zimni yo'qotib qo'ymasligimga ishonch hosil qilishni xohlardim. Yuragim Amerikaga borishga qaror qilgan edi, lekin ilohiy ruxsatning taskinini eshitishga yanada qat'iy qaror qildim.

Men yig'larimni bo'g'ib, ibodat qildim va ibodat qildim. Javob bo'lmadi. Mening jimgina iltijolarim peshin vaqtida eng yuqori cho'qqisiga chiqquncha azobli kreşendoga aylandi; miyam endi azoblarimning bosimiga bardosh bera olmasdi. Agar men yana bir bor ichki ehtirosimning chuqurligi bilan yig'lasam, men miyam yorilib ketayotgandek tuyuldi. Shu payt men o'tirgan Gurpar yo'lidagi xonaga tutashgan vestibul tashqarisida taqillatish ovozi eshitildi. Eshikni ochib, men raddiya kiyimidagi bir yigitni ko'rdim. U ichkariga kirib, orqasidan eshikni yopdi va o'tirish iltimosimni rad etib, imo-ishora bilan men bilan tik turib gaplashmoqchi ekanligini ko'rsatdi.

"U Babaji bo'lsa kerak!" deb o'yladim men hayratda, chunki oldimdagi odamda yoshroq Lahiri Mahasayaga o'xshash xususiyatlar bor edi.

U mening fikrimga javob berdi. "Ha, men Babajiman." U hind tilida ohangdor ohangda gapirdi. "Samoviy Otamiz ibodatingizni eshitdi. U menga sizga aytishni buyurdi: guringizning ko'rsatmalariga amal qiling va Amerikaga boring. Qo'rqmang; siz himoyalanasiz."

G'arbda *Kriya Yoga* xabarini tarqatish uchun tanlagan odamim . Men sizning guringiz Yuktesvar bilan ancha oldin *Kumbha Melada uchrashgan edim* ; keyin unga sizni mashg'ulotlar uchun uning oldiga yuborishimni aytdim."

Men so'zga chiday olmadim, uning huzuridan hayratga botib qoldim va uni eshitib juda ta'sirlandim. U meni Shri Yuktesvarga olib borganini o'z lablaridan eshitdim. Men o'lmas guru oldida sajda qildim. U meni mehr bilan yerdan ko'tardi. Hayotim haqida ko'p narsalarni aytib berib, menga shaxsiy ko'rsatmalar berdi va bir nechta maxfiy bashoratlarni aytdi.

" *Kriya Yoga* , Xudoni anglashning ilmiy texnikasi", dedi u nihoyat tantanali ravishda, "oxir-oqibat barcha mamlakatlarga tarqaladi va insonning Cheksiz Ota haqidagi shaxsiy, transsendental idroki orqali xalqlarni uyg'unlashtirishga yordam beradi."

Usta o'zining kosmik ongi bilan meni ulug'vor kuchga to'la nigoh bilan hayratga soldi. Qisqa vaqt ichida u eshik tomon yo'l oldi.

"Mening orqamdan borishga urinmang", dedi u. "Buni qila

olmaysiz." "Iltimos, Babaji, ketmang!" deb qayta-qayta

baqirdim. "Meni o'zingiz bilan olib keting!" Ortga qarab, u

javob berdi: "Hozir emas. Boshqa vaqtda."

Hissiyotlarga berilib, uning ogohlantirishiga e'tibor bermadim. Uni ta'qib qilishga urinayotganimda, oyoqlarim yerga mahkam bosilganini payqadim. Eshikdan Babaji

menga oxirgi marta mehr bilan qaradi. U duo qilib qo'lini ko'tardi va ketib qoldi, ko'zlarim esa unga sog'inch bilan tikilib qoldi.

Bir necha daqiqadan so'ng oyoqlarim bo'shashdi. O'tirib, chuqur mulohaza yuritdim, nafaqat ibodatlarimni ijobat qilgani, balki Babaji bilan uchrashish orqali menga baraka bergani uchun Xudoga tinimsiz shukrona aytdim. Qadimgi, doim yosh ustozning teginishi butun tanamni muqaddas qilganday tuyuldi. Uni ko'rishni anchadan beri istagim kuchli edi.

Hozirgacha men Babaji bilan uchrashuvim haqidagi bu voqeani hech kimga aytib bermaganman. Insoniy tajribalarimning eng muqaddas qismini, men uni yuragimda yashirganman. Lekin menga shunday fikr keldi: agar men uni o'z ko'zim bilan ko'rganimni aytib bersam, ushbu avtobiografiyani o'qiydiganlar tanho Babaji va uning dunyoviy manfaatlarining haqiqatiga ko'proq ishonishlari mumkin. Men rassomga zamonaviy Hindistonning buyuk Yogi-Masihning haqiqiy rasmini chizishda yordam berdim; bu kitobda ko'rsatilgan.

The kecha ning mening ketish uchun ... Birlashgan Shtatlar topildi meni ichida Shri Yuktesvarning muqaddas mavjudlik.

"Hindu bo'lib tug'ilganingizni unuting va amerikalik bo'lmang. Ikkalasining ham eng yaxshisini oling", dedi ustoz o'zining xotirjam donoligi bilan. "O'zingizning haqiqiy o'zingiz, Xudoning farzandi bo'ling. Turli irqlarda yer yuziga tarqalgan barcha birodarlaringizning eng yaxshi fazilatlarini izlang va o'zingizga singdiring."

Keyin u menga duo qildi: "Xudoni izlab, imon bilan sizga kelganlarning barchasiga yordam beriladi. Ularga qaraganingizda, ko'zingizdan chiqayotgan ma'naviy oqim ularning miyasiga kirib, moddiy odatlarini o'zgartiradi, bu esa ularni Xudoga ko'proq e'tiborli qiladi."

U davom etdi: "Samimiy qalblarni jalb qilish sizning taqdiringiz juda yaxshi. Qayerga borsangiz ham, hatto cho'lda ham do'stlar topasiz."

Uning ikkala ne'mati ham to'liq namoyon bo'ldi. Men Amerikaga yolg'iz, bitta ham do'stim bo'lmagan cho'lga keldim, lekin u yerda vaqt sinovidan o'tgan ruhiy ta'limotlarni qabul qilishga tayyor minglab odamlarni topdim.

"*Sparta shahri*" da Hindistonni tark etdim. Pasportimni berish bilan bog'liq ko'plab "rasmiy" qiyinchiliklar, mo'jizaviy tarzda, olib tashlanganidan keyingina yo'lni bron qila oldim.

Ikki oylik sayohat davomida bir yo'lovchi mening Boston kongressidagi hind delegati ekanligimni bilib qoldi.

— Svami Yogananda, — dedi u, keyinchalik amerikaliklar tomonidan mening ismimni eshitganimdek, g'alati talaffuzlardan birinchisi bilan, — iltimos, yo'lovchilarga keyingi ma'ruzangizni yo'llab bering. Payshanba oqshomi. O'ylaymanki, barchamiz "Hayot jangi va unga qanday qarshi kurashish kerak" mavzusidagi nutqdan foyda ko'ramiz.

Voy! Men o'z hayotim uchun kurashishim kerakligini chorshanba kuni angladim. Fikrlarimni ingliz tilida ma'ruzaga aylantirishga urinayotganimda, nihoyat barcha tayyorgarliklarni tashlab qo'ydim; fikrlarim, egarga tikilib turgan yovvoyi toychoq kabi, ingliz tili grammatikasi qonunlari bilan hech qanday hamkorlik qilishdan bosh

tortdi. Biroq, ustozning o'tmishdagi va'dalariga to'liq ishonib, men payshanba kuni tinglovchilarim oldida paroxod salonida paydo bo'ldim. Lablarimdan hech qanday notiqlik chiqmadi; men jimgina yig'ilganlar oldida turdim. O'n daqiqa davom etgan chidamlilik musobaqasidan so'ng, tomoshabinlar mening ahvolimni anglab, kula boshladilar.



Men Amerikadagi darslarimdan biri oldida minbarda turaman. Minglab yoga talabalaridan iborat bu dars Vashingtonda (Kolumbiya okrugi) bo'lib o'tdi.

Ayni paytda vaziyat menga kulgili emas edi; g'azab bilan ustozga ichki ibodat qildim. "Siz gapira *olasiz* ! Gapira olasiz!" Uning ovozi darhol ongimda yangradi.

Mening fikrlarim darhol ingliz tili bilan do'stona munosabatlarga tushib qoldi. Qirq besh daqiqadan so'ng ham tinglovchilar hali ham diqqat bilan diqqat bilan qarashdi. Ushbu nutq menga keyinchalik Amerikadagi turli guruhlar oldida ma'ruza qilish uchun bir qator taklifnomalarni olib keldi.

Keyin aytgan birorta ham so'zimni eslay olmadim. Bir nechta yo'lovchilardan yashirincha so'rov o'tkazib, quyidagilarni bilib oldim: "Siz ajoyib va to'g'ri ingliz tilida ilhomlantiruvchi ma'ruza qildingiz". Bu yoqimli xabarni eshitib, men o'z vaqtida ko'rsatgan yordami uchun ustozimga kamtarlik bilan minnatdorchilik bildirdim va uning doim shunday ekanligini yana bir bor angladim. men bilan, vaqt va makonning barcha to'siqlarini yo'q qilish.

Ba'zan, okean bo'ylab sayohatimning qolgan qismida, Boston kongressida bo'lajak ingliz tili ma'ruzasi sinovi haqida bir nechta xavotirli his-tuyg'ularni boshdan kechirdim.

"Hazratim," deb ibodat qildim men, "iltimos, mening ilhomim O'zing bo'lsin, tomoshabinlarning kulgi bombalari emas !"

Sparta shahri kemasi sentyabr oyining oxirida Boston yaqinida langar tashladi. 6-oktabr kuni men murojaat qildim **Amerikadagi ilk nutqim bilan kongress. Bu yaxshi qabul qilindi; men yengil xo'rsinib qo'ydim. Amerika Unitarian**

Assotsiatsiyasining saxovatli kotibi
nashr etilgan **37-4-sonli** hisobotda quyidagi izohni yozgan. Kongress materiallari:

"Hindistonning Ranchi shahridagi Brahmacharya Ashramidan vakil Svami Yogananda Kongressga o'z Assotsiatsiyasining tabriklarini olib keldi. U ingliz tilida ravon va majburiy ravishda "Din ilmi" mavzusida falsafiy nutq so'zladi, bu nutq kengroq tarqatish uchun risolalar shaklida chop etildi. Uning ta'kidlashicha, din universal va u yagonadir. Biz..."

muayyan urf-odatlar va e'tiqodlarni umumlashtirib bo'lmaydi, lekin dindagi umumiy unurni umumlashtirish mumkin va biz barchadan unga amal qilishni va itoat qilishni so'rashimiz mumkin.

Otamning saxovatli cheki tufayli, kongress tugaganidan keyin Amerikada qolishga muvaffaq bo'ldim. Bostonda to'rtta baxtli yilni kamtarona sharoitlarda o'tkazdim.

Men ommaviy ma'ruzalar qildim, darslar berdim va Nyu-York shahar kolleji prezidenti doktor Frederik B. Robinsonning so'zboshisi bilan " *Ruh qo'shiqlari*" *she'rlar kitobini yozdim.* **37-5**

1924-yil yozida qit'alararo sayohatni boshlab, men asosiy shaharlarda minglab odamlar oldida nutq so'zladim va g'arbiy safarimni go'zal Alyaska shimolidagi ta'til bilan yakunladim.

1925-yil oxiriga kelib, saxovatpesha talabalarim yordamida men Los-Anjelesdagi Mount Washington Estatesda Amerika shtab-kvartirasini tashkil qildim. Bu bino men Kashmirdagi tasavvurimda yillar oldin ko'rgan bino edi. Men Shri Yuktesvarga bu uzoqdagi Amerika faoliyatining suratlarini yuborishga shoshildim. U bengal tilida otkritka bilan javob berdi, men uni bu yerga tarjima qilaman:

11-chi Avgust, 1926-yil

Bola ning mening yurak, O Yogananda!

Maktabingiz va o'quvchilaringizning fotosuratlarini ko'rib, hayotimda qanday quvonch paydo bo'lishini so'z bilan ifodalab bo'lmaydi. so'zlar. Turli shaharlardagi yoga talabalaringizni ko'rib, quvonchdan eriyapman. Sizning qo'shiqlaringiz, shifobaxsh tebranishlaringiz va ilohiy shifobaxsh ibodatlaringizdagi usullaringizni ko'rib, chin qalbidan sizga minnatdorchilik bildirmasdan turolmayman. Darvozani, tepalikdagi egri-bugri yo'lni va go'zal manzaralarni ko'rib. Vashington tog'lari ostida yoyilgan bu yerda men hammasini o'z ko'zim bilan ko'rishni juda xohlayman.

Bu yerda hamma narsa yaxshi ketmoqda. Xudoning marhamati bilan, siz

doimo baxt-saodatda bo'lishingizni tilayman. SRI YUKTESWAR GIRI

Yillar tez o'tdi. Men yangi yurtimning har bir qismida ma'ruzalar qildim va yuzlab klublar, kollejlari, cherkovlar va har bir mazhabga mansub guruhlariga murojaat qildim. O'n minglab amerikaliklar yoga bilan shug'ullanishni boshladilar. Men ularning barchasiga 1929-yilda ibodat fikrlari to'plamini bag'ishladim - *Shivirlaydi* Amelita Galli-Kurchining so'zboshisi bilan " *Abadiyat*" . **37-6** Men bu yerda kitobdan olingan "Xudo! Xudo! Xudo!" nomli she'rni keltiraman, uni bir kecha ma'ruza minbarida turganimda yozganman:

Kimdan ... chuqurliklar ning uyqu,
Uyg'oqlikning spiral zinapoyasidan ko'tarilib,
pichirlayman:
Xudo! Xudo! Xudo!
Sen oziq-ovqatsan va men Sendan tungi
ajralish ro'zasini ochganimda,
Men ta'm Sen, va aqliy jihatdan ayting:

Xudo! Xudo! Xudo!

Qayerga borsam ham, ongimning nuri doim Senga
qaratilgan;

Va ichida ... jang shovqin ning faoliyat

Mening jimgina urush faryodim doim

shunday: Xudo! Xudo! Xudo! Sinovlarning

shiddatli bo'ronlari qichqirganda, Va

tashvishlar menga qarab nola qilganda,

Men cho'kib ketish ularning shovqin-suron, baland ovozda qo'shiq
aytish:

Xudo! Xudo! Xudo!

Xayolim orzularni xotiralar

iplari bilan to'qib

chiqarganda,

Keyin yoqilgan bu sehr mato Men topish bo'rttirma:

Xudo! Xudo! Xudo!

Har bir kecha, ichida vaqt ning eng chuqur uyqu,

Mening tinchligim orzu qiladi va chaqiradi,

Quvonch! Quvonch! Quvonch! Va mening

quvonchim abadiy qo'shiq aytib keladi:

Xudo! Xudo! Xudo!

Uyg'oqlikda, ovqatlanishda, ishlashda, tush

ko'rishda, uxlashda, xizmat qilishda, mulohaza

yuritishda, qo'shiq aytishda, ilohiy sevgida,

Jonim doimo g'uvullaydi, hech kim eshitmaydi:

Xudo! Xudo! Xudo!

Ba'zan — odatda oyning birinchi kunida — Mount Washington va boshqa O'zini O'zi
Aniqlash Jamiyat markazlarini saqlash uchun to'lovlar kelib tushganda! — men
Hindistonning oddiy tinchligi haqida sog'inib o'ylardim. Lekin har kuni G'arb va
Sharq o'rtasidagi o'zaro tushunishning kengayib borayotganini ko'rdim; ruhim
quvonardi.

Men Amerikaning buyuk qalbini "Surgunlar onasi" bo'lgan Ozodlik haykali
poydevoriga o'yib yozilgan Emma Lazarusning ajoyib satrlarida ifodalanganini
topdim:

Kimdan uni mayoq qo'li
Dunyo bo'ylab porlaydi; uning muloyim ko'zlari
egizak shaharlar qurshovidagi havo ko'prikli
portni boshqaradi.

"Qadimgi yurtlar, o'zingning ulug'vorligingni
saqla!" deb baqiradi u jimgina lablari bilan.

"Charchagan, bechora, erkin nafas olishga
intilayotgan to'plangan olomoningni menga bering,
To'lib-toshgan qirg'og'ingizning badbaxt
axlati. Bularni, uysizlarni, bo'ronli
shamollarni menga yuboring, men chiroqimni
oltin eshik yoniga ko'taraman.

37-1 : Ko'p ning ular yuzlar Men ega bo'lish beri ko'rilgan ichida ... G'arb, va darhol tan olingan..

37-2 : Swami Premananda, hozir ... yetakchi ning ... O'zini anglash Cherkov ning Hammasi Dinlar ichida Vashington, DC, edi bitta Men Amerikaga jo'nab ketgan paytimda Ranchi maktabidagi o'quvchilardan biri. (U o'sha paytda Brahmachari Jotin edi.)

37-3 : Shri Yuktesvar va Men odatda suhbatlashdi ichida Bengal tili

37-4 : *Yangi Ziyoratgohlar Ning The Ruh* (Boston: Mayoq Matbuot, 1921).

37-5 : Doktor va Xonim. Robinson tashrif buyurgan Hindiston ichida 1939-yil, va edilar hurmatga sazovor bo'lgan mehmonlar da ... Ranchi maktab.

37-6 : Xonim. Galli-Kurchi va uni er, Homer Samuels, ... pianinochi, ega bo'lish bo'lgan Kriya Yoga talabalar uchun yigirma yillar. The ilhomlantiruvchi hikoya ning ... mashhur prima donna's yillar ning musiqa bor bo'lgan yaqinda nashr etilgan (*Galli-Kurchining Hayot Ning Qo'shiq* , CE LeMassena tomonidan, Paebur Co., Nyu-York, 1945).

BOB: 38

Lyuter Burbank -- A Avliyo Orasida The Atirgullar

"O'simliklarni ko'paytirishni yaxshilashning ilmiy bilimlardan tashqari siri sevgidadir." Lyuter Burbank bu donolikni men uning Santa Rosa bog'ida yonida yurganimda aytdi. Biz qutulish mumkin bo'lgan kaktuslar to'shagi yonida to'xtadik.

"Men 'umurtqasiz' kaktuslar yasash bo'yicha tajribalar o'tkazayotganimda," deb davom etdi u, "men tez-tez ... bilan gaplashardim o'simliklar sevgi tebranishini yaratish uchun. "Sizda qo'rqadigan hech narsa yo'q", derdim men ularga. "Sizda yo'q "Sizning himoya tikanlaringiz kerak. Men sizni himoya qilaman." Asta-sekin cho'lning foydali o'simligi paydo bo'ldi tikansiz nav.

Men bu mo'jizadan maftun bo'ldim. "Iltimos, aziz Lyuter, menga Vashington tog'idagi bog'imga ekish uchun bir nechta kaktus bargini bering."

A ishchi tik turgan yaqin atrofda boshlandi ga chiziqli o'chirilgan ba'zi barglar; Burbank oldini oldi uni.

"Men ularni svami uchun o'zim uzib olaman." U menga uchta barg berdi, keyin men ularni ekib, ular ulkan mulkka aylanganidan xursand bo'ldim.

Buyuk bog'bon menga uning birinchi muhim yutug'i endi uning nomi bilan mashhur bo'lgan katta kartoshka bo'lganini aytdi. Daholikning charchoqsizligi bilan u dunyoga yuzlab kartoshkalarni sovg'a qildi.

tabiatdagi o'zaro bog'liq yaxshilanishlar - uning yangi Burbank pomidor, makkajo'xori, qovoq, gilos, olxo'ri, nektarin, rezavorlar, ko'knori, zambaklar, atirgullar navlari.

Lyuter meni tabiiy evolyutsiyani teleskopik ravishda tezlashtirish mumkinligini isbotlagan mashhur yong'oq daraxti oldiga boshlab borayotganida, men kameramni fokusiga qaratdim.

"Atigi o'n olti yil ichida," dedi u, "bu yong'oq daraxti mo'l-ko'l yong'oq hosildorligiga erishdi, agar yordamisiz tabiat daraxtni ikki baravar ko'paytirgan bo'lardi."



Lyuter Burbank, sevimli do'stim, pozalar bilan meni ichida uning Santa Roza bog'.

Burbank's kichik asrab olingan qizim keldi sho'xlik bilan uni it ichiga ... bog'.

"U mening insoniy o'simligim", deb Lyuter unga mehr bilan qo'l siltadi. "Men hozir insoniyatni ulkan o'simlik sifatida ko'raman, uning eng yuqori darajadagi bajarilishi uchun faqat sevgi, tabiatning tabiiy ne'matlari va aqlli o'tish va tanlov kerak. O'z hayotim davomida men o'simliklar evolyutsiyasida shunday ajoyib taraqqiyotni kuzatdimki, men uning farzandlariga oddiy va oqilona hayot tamoyillari o'rgatilishi bilanoq sog'lom, baxtli dunyoga umid bilan qarayman. Biz tabiatga va tabiatning Xudosiga qaytishimiz kerak."

"Lyuter, siz mening Ranchi maktabimdan, uning ochiq havoda o'tkaziladigan darslaridan, quvonch va soddalik muhitidan zavqlanasiz."

Mening so'zlarim Burbankning qalbidagi bola tarbiyasiga eng yaqin ta'sir qildi. U

menga savollar berdi, uning chuqur va xotirjam ko'zlaridan qiziqish chaqnab turardi.

"Swamiji", dedi u nihoyat, "sizning maktablaringiz kelajak ming yillikning yagona umididir. Men tabiatdan uzilgan va hamma narsani bo'g'ib qo'ygan davrimizning ta'lim tizimlariga qarshi isyon ko'tarmoqdaman.

individuallik. Men ertalab bilan siz yurak va jon ichida sizning amaliy ideallar ning ta'lim."

Men muloyim donishmand bilan xayrlashayotganimda, u kichik bir jildga imzo chekib, menga taqdim etdi. **38- 1** "Bu yerga bu mening kitob yoqilgan *The Trening Ning The Inson O'simlik* , " **38-2** u dedi. "Yangi turlari ning mashg'ulotlar zarur bo'lgan qo'rqmas tajribalardir. Ba'zan eng jasur sinovlar ham natija berishga muvaffaq bo'lgan meva va gullardagi eng yaxshisi. Bolalar uchun ta'lim sohasidagi yangiliklar ham ko'payib, jasurroq bo'lishi kerak.

O'sha kecha men uning kichik kitobini katta qiziqish bilan o'qib chiqdim. Uning nigohi irqning shonli kelajagini tasavvur qilib, u shunday deb yozgan edi: "Bu dunyodagi eng o'jar, eng qiyin yo'ldan adashtiradigan tirik mavjudot bu o'simlikdir." bir marta o'rnatilgan ichida aniq odatlar. Esingizda bo'lsin bu bu o'simlik bor saqlanib qolgan uning individuallik hammasi asrlar davomida; ehtimol, bu ulkan davrlar davomida hech qachon katta darajada o'zgarmagan, qoyalarning o'zida asrlar davomida orqaga qarab kuzatilishi mumkin bo'lgan narsadir. Siz shundaymisiz? Aytaylik, shuncha asrlar davomida takrorlanib kelgandan so'ng, o'simlik, agar shunday deb atashni istasangiz, mislsiz qat'iyatli irodaga ega bo'lmaydimi? Darhaqiqat, ba'zi palmalar kabi o'simliklar shunchalik bardoshliki, ularni hech bir inson kuchi o'zgartira olmagan. Inson irodasi o'simlik irodasidan tashqari zaif narsadir. Lekin qarang, bu o'simlikning umrbod o'jarligi shunchaki u bilan yangi hayotni aralashtirish, uning hayotida to'liq va kuchli o'zgarishni amalga oshirish orqali qanday buziladi. Keyin qachon ... tanaffus keladi, tuzatish uni tomonidan bular avlodlar ning bemor nazorat va tanlov, va yangi o'simlik eskisiga qaytmaslik uchun yangi yo'lga qadam tashlaydi, uning qat'iyatli irodasi nihoyat buziladi va o'zgaradi.

"Gap bola tabiati kabi nozik va egiluvchan narsaga kelganda, muammo ancha osonlashadi."

Bu buyuk amerikalikka magnit kabi tortilib, men uni qayta-qayta ziyorat qildim. Bir kuni ertalab pochton bilan bir vaqtda yetib keldim, u Burbankning kabinetiga mingga yaqin xat qoldirdi.

Bog'bonlar yozgan uni dan hammasi qismlar ning ... dunyo.

— Svamiji, sizning hozirligingiz shunchaki bog'ga chiqish uchun kerak bo'lgan bahona, — dedi Lyuter xursand bo'lib. U yuzlab sayohat papkalari solingan katta stol tortmasini ochdi.

— Ko'ryapsizmi, — dedi u, — men sayohatimni shunday qilaman. O'simliklarim va yozishmalarim bilan bog'lanib, vaqti-vaqti bilan mana shu rasmlarga bir qarash orqali begona yurtlarga bo'lgan ishtiyoqimni qondiraman.

Mashinam uning darvozasi oldida turardi; Lyuter bilan men kichik shaharchaning

ko'chalari bo'ylab ketayotgan edik, uning bog'lari uning o'ziga xos Santa Rosa, Peachblow va Burbank atirgullari bilan bezatilgan edi.

"Do'stim Genri Ford va men ikkalamiz ham qadimgi reenkarnatsiya nazariyasiga ishonamiz", dedi menga Lyuter. "Bu hayotning boshqa jihatdan tushunarsiz jihatlariga oydinlik kiritadi. Xotira haqiqat sinovi emas; inson o'tmishdagi hayotlarini eslay olmasligi, ular hech qachon bo'lmaganligini isbotlamaydi. Xotira uning bachadon hayoti va go'dakligi haqida ham bo'sh; lekin u ehtimol ulardan o'tgan!" U kulib yubordi.

Buyuk olim mening avvalgi tashriflarimdan birida *Kriya tashabbusini olgan edi. "Men bu texnikani chin dildan qo'llayman, Swamiji", dedi u. Menga turli mavzular bo'yicha ko'plab o'ychan savollar berganimdan so'ng.*

jihatlari ning yoga, Lyuter ta'kidladi sekin:

"Sharq haqiqatan ham G'arb hali o'rganishni boshlagan ulkan bilim xazinalariga ega."

Tabiat bilan yaqin muloqot, unga hasad bilan himoyalangan ko'plab sirlarini ochib bergani Burbankka cheksiz ma'naviy hurmat bag'ishlagan edi.

"Ba'zan men o'zimni Cheksiz Quvvatga juda yaqin his qilaman", dedi u uyatchanlik bilan. Uning nozik, chiroyli naqshlangan yuzi xotiralari bilan yorishib turardi. "Shunda men atrofimdagi kasal odamlarni, shuningdek, ko'plab kasal o'simliklarni davolay oldim."

U menga samimiy masihiy bo'lgan onasi haqida gapirib berdi. "Uning o'limidan keyin ko'p marta," dedi Lyuter, "uning vahiyda paydo bo'lishi menga baraka berdi; u men bilan gaplashdi."

Biz haydadi orqaga istamay tomon uning uy va ular kutish ming harflar.

— Lyuter, — dedim men, — keyingi oyda Sharq va G'arbning haqiqat takliflarini taqdim etish uchun jurnal chiqara boshlayman. Iltimos, jurnal uchun yaxshi nom tanlashda menga yordam bering.

Biz bir muddat sarlavhalarni muhokama qildik va nihoyat *Sharq-G'arb bo'yicha kelishib oldik*. Uning o'qishiga qayta kirganimizdan so'ng, Burbank menga "Fan va tsivilizatsiya" haqida yozgan maqolasini berdi.

"Bu vasiyatnoma borish ichida ... birinchi masala ning *Sharq-G'arb*, Men dedi minnatdorchilik bilan.

Do'stligimiz chuqurlashgan sari men Burbankni "Amerika avliyosi" deb atay boshladim. "Mana, bir odam", dedim iqtibos keltirgan holda, "uda hiyla yo'q!" Uning qalbi cheksiz darajada chuqur edi, u kamtarlik, sabr-toqat va fidoyilikka uzoq vaqtdan beri tanish edi. Atirgullar orasidagi kichkina uyi juda sodda edi; u hashamatning befoyda ekanligini, oz sonli mol-mulkning quvonchini bilar edi. Uning ilmiy shuhratini kiygan kamtarligi menga pishib yetilgan mevalar yuki bilan pastga egilgan daraxtlarni qayta-qayta eslatardi; bu... bo'sh maqtanish bilan boshini baland ko'taradigan bepusht daraxt.

1926-yilda aziz do'stim vafot etganida men Nyu-Yorkda edim. Ko'z yoshlarim bilan: "Voy, men uni yana bir bor ko'rish uchun bu yerdan Santa Rozagacha piyoda borgan bo'lardim!" deb o'yladim. Kotibalar va mehmonlardan o'zimni chetga olib, keyingi yigirma to'rt soatni yolg'izlikda o'tkazdim.

Ertasi kuni men Lyuterning katta surati atrofida Vedik xotira marosimini o'tkazdim. Hindu marosim kiyimlarini kiygan bir guruh amerikalik talabalarim qadimiy madhiyalarni kuylashdi, chunki qurbonlik gullar, suv va olov ramzlari - tana

unsurlari va ularning Cheksiz Manbada chiqarilishi edi.

Burbankning qiyofasi Santa Rozada, u yillar oldin o'z bog'ida ekkan Livan sadri ostida yotgan bo'lsa-da, uning ruhi men uchun yo'l chetida gullaydigan har bir keng ko'zli gulda mujassamlangan. Bir muddat tabiatning keng ruhiga chekinib, Lyuter shamollarida pichirlab, tonglarini kezib yurmaydimi?

Uning nomi endi oddiy nutq merosiga aylandi. Vebsterning yangi xalqaro lug'atida "burbank" so'zi o'timli fe'l sifatida keltirilgan bo'lib, u quyidagicha ta'riflangan: "(O'simlikni) kesish yoki payvand qilish. Shuning uchun, majoziy ma'noda, yaxshi xususiyatlarni tanlash va yomonni rad etish yoki yaxshi xususiyatlarni qo'shish orqali (jarayon yoki muassasa sifatida) yaxshilash."

"Aziz Burbank," deb qichqirdim men ta'rifni o'qib bo'lgach, "sizning ismingiz endi yaxshilikning sinonimiga aylandi!"

A handwritten signature in cursive script, reading "Luther Burbank". The signature is written in black ink on a white background, enclosed within a thin black rectangular border.

U Buyuk Ozod qiluvchining portretini olmaguncha Hindistonga qaytishni istamasligini aytdi. O'zini qat'iyat bilan o'rab oldi yoqilgan Linkolnning eshik ostonasida, ... savdogar rad etdi ga ketish qadar ... hayratda qoldi Prezident ruxsat berilgan uni ga mashhur Nyu-Yorklik rassom Daniel Xantingtonning xizmatlaridan foydalaning. Portret tugagach, .hindular uni g'alaba bilan Kalkuttaga olib ketishdi

38-2 : Yangi York: Asr Ko., 1922-yil.

BOB: 39

Tereza Neyman, The katolik Stigmatist

"Hindistonga qayting. Men sizni o'n besh yil davomida sabr bilan kutdim. Tez orada tanadan suzib chiqib, Yorqin maskanga yo'l olaman. Yogananda, keling!"

Men Vashington tog'idagi bosh qarorgohimda meditatsiya qilib o'tirganimda, Shri Yuktesvarning ovozi ichki qulog'imga hayratlanarli darajada yangradi. Ko'z ochib yumguncha o'n ming mil masofani bosib o'tib, uning xabari chaqmoq chaqishi kabi mening vujudimga kirib bordi.

O'n besh yil! Ha, angladim, endi 1935 yil; Men o'n besh yil davomida Amerikada o'z gurumning ta'limotlarini tarqatdim. Endi u meni eslaydi.

O'sha kuni tushdan keyin men tashrif buyurgan shogirdga o'z tajribamni aytib berdim. Uning *Kriya Yoga ostidagi ma'naviy rivojlanishi* shunchalik ajoyib ediki, men uni tez-tez "avliyo" deb atardim, Babajining Amerika ham qadimgi yogika yo'li orqali ilohiy anglash qobiliyatiga ega erkaklar va ayollarni yetishtirishi haqidagi bashoratini esladim .

Bu shogird va a raqam ning boshqalar saxovatli turib oldi yoqilgan yasash a xayriya uchun mening sayohatlar. Moliyaviy muammo shu tariqa hal bo'ldi, men Yevropa orqali Hindistonga suzib borishga kelishib oldim. Vashington tog'ida haftalar davomida band tayyorgarliklar! 1935-yil mart oyida men Kaliforniya shtati qonunlariga muvofiq notijorat korporatsiya sifatida O'zini anglash stipendiyasini tashkil qildim. Barcha jamoat xayriyalari, shuningdek, kitoblarim, jurnallarim, yozma kurslarim, darslarim va boshqa barcha daromad manbalarim savdosidan tushgan daromad ushbu ta'lim muassasasiga yo'naltiriladi.

"Men kerak bo'lish orqaga," Men aytib berdi mening talabalar. "Hech qachon kerak

Men unutish Amerika."

Los-Anjelesda mehribon do'stlarim tomonidan menga berilgan xayrlashuv ziyofatida men ularning yuzlariga uzoq tikilib, minnatdorchilik bilan o'yladim: "Hazrat, Seni yagona Beruvchi sifatida eslagan kishi hech qachon shirinlikdan mahrum bo'lmaydi."

ning do'stlik orasida o'liklar.

Men 1935-yil 9-iyunda Nyu-Yorkdan **39-1 samolyotida jo'nab ketdim** Yevropada . Menga ikki talaba hamrohlik qilishdi: kotibim janob C. Richard Rayt va Sinsinnati shahridan kelgan kekxa ayol Miss Etti Bletch. Biz okean tinchligi kunlaridan zavqlandik, bu o'tgan shoshilinch haftalardan farqli o'laroq yoqimli edi. Bo'sh vaqtimiz qisqa muddatli edi; zamonaviy qayiqlarning tezligi ba'zi achinarli xususiyatlarga ega!

Boshqa har qanday qiziquvchan sayyohlar guruhi singari, biz ham ulkan va qadimiy London shahri bo'ylab sayr qildik. Ertasi kuni meni Caxton Halldagi katta yig'ilishda nutq so'zlashga taklif qilishdi, unda meni londonlik auditoriyaga ser Frensis Youngusband tanishtirdi. Bizning guruhimiz Shotlandiyadagi mulkida ser Garri Lauderning mehmonlari sifatida yoqimli kun o'tkazdi. Tez orada biz Ingliz kanalini kesib o'tdik. qit'a, chunki men Bavariyaga maxsus ziyorat qilishni xohlardim. Bu mening yagona ziyoratim bo'lardi Men buyuk katolik mistigi, Konnersroytlik Tereza Neymanni ziyorat qilish imkoniyatiga ega bo'ldim, deb o'yladim.

Bir necha yil oldin men Tereza haqida ajoyib bir hikoya o'qigan edim. Maqolada keltirilgan ma'lumotlar quyidagicha edi :

(1)1898-yilda tug'ilgan Tereza yigirma yoshida baxtsiz hodisada jarohat olgan; u ko'r va falaj bo'lib qolgan.

(2) U 1923-yilda mo''jizaviy ravishda Avliyo Tereza, "Kichik gul"ga qilingan ibodatlar orqali ko'rish qobiliyatini tikladi. Keyinchalik Tereza Neymanning oyoq-qo'llari darhol tuzalib ketdi.

(3) 1923-yildan boshlab Tereza har kuni bitta kichik muqaddas qilingan vaflini yutishdan tashqari, ovqat va ichimlikdan butunlay voz kechdi.

(4) Masihning muqaddas yaralari yoki stigmata 1926-yilda Terezaning boshida, ko'kragida, qo'llarida va oyoqlarida paydo bo'ldi. Shundan so'ng har haftaning juma kuni u Masihning azob-uqubatlaridan o'tib, uning barcha tarixiy azoblarini o'z tanasida boshdan kechirdi.

(5) Tereza juma kuni trans paytida olimlar tomonidan qadimgi oromiycha deb aniqlangan iboralarni odatda faqat qishlog'idagi oddiy nemis tilini biladi. U o'z vahiysida qulay paytlarda ibroniy yoki yunon tillarida gapiradi.

(6) Muallif: cherkovga oid ruxsat, Tereza bor bir nechta marta bo'lgan ostida yopish ilmiy kuzatuv. Protestant nemis gazetasining muharriri doktor Fritz Gerlik "katolik firibgarligini fosh qilish" uchun Konnersroytga borgan, ammo oxir-oqibat o'z tarjimai holini hurmat bilan yozgan. **39-2**

Har doimgidek, Sharqda bo'ladimi yoki G'arbda bo'ladimi, men avliyo bilan

uchrashishni juda xohlardim. 16-iyul kuni bizning kichik guruhimiz Konnersroytning go'zal qishlog'iga kirganida xursand bo'ldim. Bavariya dehqonlari bizning Ford avtomobilimizga (Amerikadan olib kelingan) va uning turli guruhlariga - amerikalik yigitga, keksa ayolga va uzun sochlarini palto yoqasi ostiga tiqib olgan zaytun rangidagi sharqona odamga katta qiziqish bildirishdi.

Terezaning kichik yozgi uy, toza va ozoda, bilan geraniumlar gullab-yashnamoqda tomonidan a ibtidoiy xo'sh, edi afsuski!

jimgina yopildi. Qo'shnilar, hatto yonidan o'tib ketgan qishloq pochtachisi ham bizga hech qanday ma'lumot bera olmadi. Yomg'ir yog'a boshladi; hamrohlarim ketishimizni taklif qilishdi.

"Yo'q," Men dedi o'jarlik bilan, "Men vasiyatnoma qolish Bu yerga qadar Men topish ba'zi ishora yetakchi ga "Teres."

Ikki soatdan keyin ham biz mashinamizda zerikarli yomg'ir ostida o'tirgan edik. "Hazrat," deb noligancha xo'rsinib qo'ydim, "agar u g'oyib bo'lgan bo'lsa, nega meni bu yerga olib keldingiz?"

An Ingliz tilida so'zlashuvchi erkak to'xtadi yonida biz, xushmuomalalik bilan taklif qilish uning yordam.

— Terez qayerda ekanligini aniq bilmayman, — dedi u, — lekin u tez-tez bu yerdan sakson mil uzoqlikda joylashgan Eyxshtatt seminariyasi o'qituvchisi professor Vurzning uyiga tashrif buyuradi.

Ertasi kuni ertalab guruhimiz mashinada toshloq ko'chalar bilan tor chiziqli Eichstatt qishlog'iga yo'l oldi. Doktor Vurz bizni uyida samimiy kutib oldi; "Ha, Tereza shu yerda." U mehmonlar haqida unga xabar yubordi. Tez orada xabarchi uning javobi bilan paydo bo'ldi.

"Yepiskop mendan uning ruxsatisiz hech kimni ko'rmasligimni so'ragan bo'lsa-da, men Hindistondan kelgan Xudoning odamini qabul qilaman."

Bu so'zlardan qattiq ta'sirlanib, men doktor Vurzning orqasidan yuqoriga, mehmonxonaga chiqdim. Tereza darhol kirib keldi, tinchlik va quvonch aurasini sochardi. U qora libos va beg'ubor oq bosh kiyim kiygan edi. Bu paytda u o'ttiz yetti yoshda bo'lsa-da, u ancha yoshroq ko'rinardi, chindan ham bolalarcha tetiklik va jozibaga ega edi. Sog'lom, barkamol, yuzlari qizg'ish va xushchaqchaq, bu yemaydigan avliyo!

Tereza meni juda muloyim qo'l berib kutib oldi. Ikkalamiz ham jimgina suhbatda jilmayib turdik, bir-birimizni Xudoning sevgilisi deb bilardik.

Doktor Vurz xushmuomalalik bilan tarjimon bo'lib xizmat qilishni taklif qildi. O'tirganimizda, Tereza menga sodda qiziqish bilan qarab turganini payqadim; aftidan, Bavariyada hindular kamdan-kam uchraydigan edi.

"Qilmang siz yemoq biron narsa? Men xohlagan ga eshitish ...

javob dan uni o'z lablar. "Yo'q, faqat har kuni ertalab soat oltida

bir marta muqaddas guruch unidan tayyorlangan vaflidan

tashqari." "Vaflining kattaligi qancha?"

"U qog'ozdek yupqa, kichik tanga kattaligida." U qo'shimcha qildi: "Men uni muqaddas marosimlar uchun qabul qilaman; agar u muqaddas qilinmagan bo'lsa, men uni yuta olmayman."

"Albatta, siz o'n ikki yil davomida shu bilan yashay

olmadingizmi?" "Men Xudoning nuri bilan yashayman."

Uning javobi naqadar sodda, naqadar Eynshteyncha!

"Men ko'rish siz anglab yetmoq bu energiya oqimlar ga sizning tana dan ... efir, quyosh, va havo."

A tezkor tabassum buzilgan ustidan uni yuz. "Men ertalab shunday baxtli ga bilish siz tushunish Qanaqasiga Men yashang."

"Sizning muqaddas hayotingiz Masih tomonidan aytilgan haqiqatning kundalik namoyishidir: "Inson faqat non bilan emas, balki Xudoning og'zidan chiqqan har bir so'z bilan yashaydi". **39-3**

U yana mening tushuntirishimdan xursandligini bildirdi. "Haqiqatan ham shunday. Bugun yer yuzida bo'lishimning sabablaridan biri, inson faqat ovqat bilan emas, balki Xudoning ko'rinmas nuri bilan ham yashashi mumkinligini isbotlashdir."

"Can siz o'rgatish boshqalar Qanaqasiga ga jonli holda ovqatmi?"

U paydo bo'ldi a arzimas narsa hayratda qoldi. "Men qila olmaydi qil bu; Xudo qiladi emas tilak uni."

Men uning kuchli, nafis qo'llariga nigoh tashlaganimda, Tereza menga har bir kaftidagi kichkina, to'rtburchak, yangi bitgan yarani ko'rsatdi. Har bir qo'lining orqa tomonida u kichikroq, yarim oyni ko'rsatdi... shakllangan yara, yangi bitgan. Har bir yara to'g'ridan-to'g'ri qo'ldan o'tib ketdi. Bu manzara menga Sharqda hali ham qo'llanilgan, ammo G'arbda ko'rganimni eslay olmaydigan yarim oy shaklidagi uchli katta kvadrat temir mixlarni eslatdi.

Avliyo menga haftalik translari haqida bir narsa aytib berdi. "Ojiz kuzatuvchi sifatida men Masihning butun azobini kuzataman." Har hafta, payshanba yarim tundan juma kuni tushdan keyin soat birgacha uning yaralari ochilib, qonab ketadi; u odatdagi 121 funt vaznidan o'n funt yo'qotadi. O'zining hamdard sevgisida qattiq azob chekayotgan Tereza, bu haftalik vahiy larni quvonch bilan kutmoqda. uning Rabbisi.

Men darhol angladimki, uning g'alati hayoti Xudo tomonidan barcha masihiylarni Yangi Ahdda qayd etilgan Iso Masihning hayoti va xochga mixlanishining tarixiy haqiqatligiga ishontirish va Galileylik Ustoz bilan uning izdoshlari o'rtasidagi abadiy aloqani yorqin tarzda namoyish etish uchun mo'ljallangan.

Professor Wurz bog'liq ba'zi ning uning tajribalar bilan ... avliyo.

"Bizning bir nechtamiz, jumladan, Tereza ham, ko'pincha Germaniya bo'ylab sayyohlik safarlariga kunlab boramiz", dedi u menga. "Bu juda ajoyib farq - biz kuniga uch marta ovqatlansak ham, Tereza hech narsa yemaydi. U atirgul kabi tetik, sayohatlar bizga keltiradigan charchoqqa tegmagan. Biz och qolib, yo'l chetidagi mehmonxonalarni qidirayotganimizda, u xursand bo'lib kuladi."

Professor ba'zi qiziqarli fiziologik tafsilotlarni qo'shimcha qildi: "Terez ovqat

yemagani uchun uning oshqozoni kichrayib qolgan. Uning siydik chiqarish tizimi yo'q, lekin ter bezlari ishlaydi; terisi doim yumshoq va qattiq."

Da ... vaqt ning xayrlashish, Men ifodalangan ga Tereza mening istak ga bo'lish hozirgi da uni trans.

— Ha, iltimos, keyingi juma kuni Konnersroytga keling, — dedi u xushmuomalalik bilan.

— Yepiskop sizga ruxsatnoma beradi. Meni Eyshtattdan qidirganingizdan juda xursandman.

Tereza bir necha bor muloyimlik bilan qo'l berib ko'rishdi va bizning guruhimiz bilan darvozaga qarab yurdi. Janob Rayt avtomobil radiosini yoqdi; avliyo uni ozgina ishtiyiq bilan xirillaganicha tekshirdi. Yoshlar shunchalik ko'p to'plangan ediki, Tereza uyga chekinib kirdi. Biz uni derazadan ko'rdik, u bizga bolalarcha qarab, qo'lini silkitib turardi.

Ertasi kuni Terezaning juda mehribon va xushmuomala ikki akasi bilan bo'lgan suhbatdan biz avliyoning kechasi atigi bir yoki ikki soat uxlashini bildik. Tanasida ko'plab jarohatlarga qaramay, u faol va g'ayratga to'la. U qushlarni yaxshi ko'radi, baliq akvariumiga qaraydi va ko'pincha bog'ida ishlaydi. Uning yozishmalari katta; katolik dindorlari unga ibodatlar va shifobaxsh ne'matlar uchun xat yozadilar. Ko'plab izlovchilar u orqali jiddiy kasalliklardan davolangan.

Taxminan yigirma uch yoshli akasi Ferdinand, Tereza ibodat orqali o'z tanasida boshqalarning kasalliklarini davolash kuchiga ega ekanligini tushuntirdi. Avliyoning ovqatdan bosh tortishi, u o'z cherkovidagi bir yigitning tomoq kasalligi muqaddas ordenlarga kirishga tayyorgarlik ko'rayotganida uning o'z tomog'iga o'tishi uchun ibodat qilgan paytdan boshlangan.

Payshanba kuni tushdan keyin bizning guruhimiz yepiskopning uyiga bordi, u mening sochimning oqib turganiga hayron bo'lib qaradi. U kerakli ruxsatnomani osongina yozib berdi. Hech qanday to'lov yo'q edi; cherkov tomonidan qabul qilingan qoida shunchaki Terezani avvalgi yillarda juma kunlari minglab sayyohlar oqimidan himoya qilishdir.

Biz juma kuni ertalab soat to'qqiz yarimlarda Konnersroytga yetib keldik. Men Terezaning kichkina kottejida unga yetarli yorug'lik berish uchun maxsus shisha tomli qism borligini payqadim. Biz buni ko'rib xursand bo'ldik. Eshiklar endi yopilmadi, balki mehmondo'stlik bilan keng ochildi. Ruxsatnomalari bilan qurollangan yigirmaga yaqin mehmonlar saf tortgan edi. Ko'pchilik sirli transni tomosha qilish uchun uzoq masofalardan kelgan edi.

Tereza professorning uyidagi birinchi imtihonimdan o'tgan edi, chunki u men uni shunchaki o'tkinchi qiziqishni qondirish uchun emas, balki ma'naviy sabablar uchun ko'rishni xohlayotganimni intuitiv ravishda bilardi.

Ikkinchi sinovim uning xonasiga yuqoriga ko'tarilishimdan oldin, u bilan telepatik va televizion aloqada bir bo'lish uchun o'zimni yogik trans holatiga tushirganim bilan bog'liq edi. Men uning xonasiga mehmonlar bilan to'la kirdim; u to'shakda oq xalatda yotar edi. Janob bilan...

Rayt orqamdan ergashib kelayotgan edi, men g'alati va dahshatli manzaradan hayratda qolib, ostonaning ichida to'xtadim.



U YERDA NEUMANN

Mashhur katolik Stigmatist JSSV ilhomlangan mening 1935-yil ziyorat ga
Konnersroyt, Bavariya

Terezaning pastki qovoqlaridan qon bir dyuym kenglikda yupqa va uzluksiz oqardi. Uning nigohi peshonasining markazidagi ruhiy ko'zga qaratildi. Boshiga o'ralgan mato tikanli tojning stigmata jarohatlaridan qonga botgan edi. Oq kiyim uning yuragiga qizil rangda dog' bosgan edi, bu yerda Masihning tanasi uzoq vaqt oldin askarning nayza zarbasidan so'nggi marta xo'rlangan edi.

Terezaning qo'llari onalik imo-ishorasi bilan, yolvorib, cho'zilgan edi; uning yuzida ham azobli, ham ilohiy ifoda bor edi. U ozg'inroq, ko'plab nozik va tashqi ko'rinishda o'zgargan ko'rindi.

U begona tilda pichirlab, ichki ko'zi oldida ko'rinadigan odamlarga lablari titrab gapirdi.

Men u bilan hamfikir bo'lib, uning vahiysi sahnalarini ko'ra boshladim. U Isoning xochni ko'tarib, masxara qilayotgan olomon orasida turganini kuzatayotgan edi. **39-4** To'satdan u dahshatdan boshini ko'tardi: Xudo shafqatsiz yuk ostida yiqilgan edi. Vahiy yo'qoldi. Achchiq rahm-shafqatdan charchagan Tereza yostig'iga og'ir suyandi.

Shu payt orqamdan baland ovoz eshitdim. Boshimni bir soniya o'girganimda, ikki kishining yerga cho'kkan holda yotgan jasadni ko'tarib ketayotganini ko'rdim. Lekin men chuqur ongsiz holatdan chiqayotganim uchun Yiqilgan odamni darhol tanimadim. Yana ko'zlarimni Terezning yuziga tikdim, qon oqimlari ostida o'limga o'xshash rangpar edi, lekin endi xotirjam, poklik va muqaddaslikni sochayotgan edi.

Keyinroq orqamga qaradim va janob Raytning qo'lini yuziga qo'yib turganini ko'rdim, undan qon chiqib turardi. tomchilab oqayotgan.

"Dik," Men so'ralgan xavotir bilan, "edilar siz ... bitta JSSV yiqildimi?"

"Ha, Men hushidan ketgan da ... dahshatli tomosha."

"Xo'sh," Men dedi tasalli berib, "siz bor jasur ga qaytish va qarash ustiga ... ko'rish yana."

Ziyoratchilarning sabr bilan navbatda turishini eslab, janob Rayt va men jimgina

Tereza bilan xayrlashdik va uning muqaddas huzuridan chiqib ketdik. **39-5**

Ertasi kuni bizning kichik guruhimiz poyezdlarga qaram emasligimizdan va qishloq bo'ylab Fordni qayerda xohlasak ham to'xtata olishimizdan minnatdor bo'lib, janubga qarab yo'l oldi. Biz har bir daqiqadan zavq oldik. a sayohat orqali Germaniya, Gollandiya, Fransiya, va ... Shveytsariya Alp tog'lari. Ichkarida Italiya biz qilingan a maxsus kamtarlik havoriysi Avliyo Fransiskni xotirlash uchun Assisiga sayohat. Yevropa bo'ylab sayohat Gretsiyada yakunlandi, u yerda biz Afina ibodatxonalarini tomosha qildik va muloyim Sokrat **39-6 da bo'lgan qamoqxonani ko'rdik.** uning o'lim iksirini ichgan edi. Yunonlar hamma joyda o'zlarining xayoliy san'atlarini alebastrda yaratgan mahoratiga qoyil qolish mumkin.

Biz quyoshli O'rta yer dengizi ustidan kemada o'tirib, Falastinga tushdik. Muqaddas yer ustida kun sayr qilib, ziyoratning qadriga avvalgidan ham ko'proq amin bo'ldim. Ruhi Masih Falastinda hamma joyda mavjud; Men Baytlahmda, Getsemani, Go'lgo'tada, muqaddas Zaytun tog'ida, Iordan daryosi va Jalila dengizi bo'yida Uning yonida hurmat bilan yurdim.

Bizning kichik guruhimiz Tug'ilish O'chog'iga, Yusufning duradgorlik ustaxonasiga, Lazarning qabriga, Marta va Maryamning uyiga, Oxirgi Kechki ovqat zaliga tashrif buyurdi. Qadimgi davrlar rivojlanib bordi; sahnama-sahna, men Masih bir vaqtlar asrlar davomida o'ynagan ilohiy dramani ko'rdim.

Zamonaviy Qohira va qadimiy piramidalari bilan Misrga. Keyin tor Qizil dengizdan, ulkan Arab dengizi ustidan qayiqda; mana, Hindiston!

39-1 : The ajoyib qo'shilish Bu yerga ning a to'liq sana bu to'lash kerak ga ... fakt bu mening kotib, Janob Rayt, saqlangan a sayohat kundaligi.

39-2 : Boshqa kitoblar yoqilgan uni hayot bor *Tereza Neyman: A Stigmatist Ning Bizning Kun* , va *Keyingi Solnomalar Ning Tereza Neyman* , ikkalasi ham Fridrix Ritter fon Lama tomonidan (Miluoki: Bryus Pub. Co.).

39-3 : *Matto 4:4*. Erkakning tana batareya bu emas barqaror tomonidan yalpi oziq-ovqat (non) yolg'iz, lekin tomonidan ... tebranuvchi kosmik energiya (so'z yoki AUM). Ko'rinmas kuch inson tanasiga medulla oblongatasining eshigi orqali oqib o'tadi. Bu olтинchi tana markazi bo'yinning orqa qismida, beshta orqa miya *chakrasining tepasida (sanskritcha "g'ildiraklar" yoki nurlantiruvchi kuch markazlari) joylashgan. Medulla tananing universal hayot kuchi (AUM) ta'minoti uchun asosiy kirish joyi bo'lib*, uchinchi ko'zdagi yettinchi yoki Masih ongi markazida (*Kutastha*) to'plangan insonning iroda kuchi bilan bevosita bog'liq. orasida ... qoshlar. Kosmik energiya bu keyin saqlangan yuqoriga ichida ... miya sifatida a suv ombori ning cheksiz salohiyatlar, Vedalarda she'riy tarzda "ming bargli yorug'lik lotusi" sifatida tilga olingan . Muqaddas Kitobda AUM har doim "Muqaddas Ruh" yoki barcha mavjudotni ilohiy ravishda qo'llab-quvvatlaydigan ko'rinmas hayot kuchi sifatida tilga olinadi. "Nima? Sizning tanangiz sizda bo'lgan, sizda Xudodan bo'lgan Muqaddas Ruhning ma'badi ekanligini va siz o'zingizniki emasligingizni bilmaysizmi?" - *Korinfliklarga 1-maktub 6:19*.

39-4 : davomida ... soatlar oldingi mening kelish, Tereza bor edi allaqachon o'tdi orqali ko'p vahiylar ning ... yopilish kunlar Masihda hayot. Uning jozibadorlik odatda boshlanadi bilan sahnalar ning ... tadbirlar qaysi ergashdi ... Oxirgi Kechki ovqat. Uning vahiylar Iso Masihning xochda o'limi yoki ba'zan dafn etilishi bilan tugaydi.

39-5 : Tereza bor omon qoldi ... Natsist ta'qib, va bu hali ham hozirgi ichida Konnersroyt, muvofiq ga 1945-yil Amerikalik Germaniyadan yangiliklar.

39-6 Evseviyning bir parchasida Sokrat va hind donishmandlari o'rtasidagi qiziqarli uchrashuv haqida hikoya qilinadi. Parcha quyidagicha davom etadi: "Musiqachi Aristoksen hindular haqida quyidagi hikoyani aytib beradi. Bu odamlardan biri Afinada Sokrat bilan uchrashib, so'radi..." uni nima edi ... ko'lam ning uning falsafa. 'An so'rovnoma ichiga inson hodisalar, javob berdi Sokrat. Da bu ... Hind portlashi tashqarida kulish. 'Qanaqasiga banka a erkak so'rash ichiga inson hodisalar, u dedi, qachon u bu johil ning ilohiy ularmi?'" Aristoksen Aristotelning shogirdi va garmonikalar bo'yicha taniqli yozuvchi bo'lgan. Uning sanasi miloddan avvalgi 330-yilga to'g'ri keladi.

BOB: 40

Men Qaytish Kimga Hindiston

Men minnatdorchilik bilan Hindistonning muborak havosini nafas olayotgan edim. Bizning *Rajputana kemamiz* 1935-yil 22-avgustda Bombeyning ulkan portiga langar tashladi. Hatto bu, kemadan tushgan birinchi kunim ham, kelgusi yilning - o'n ikki oylik tinimsiz faoliyatning bashorati edi. Do'stlar dokda gulchambarlar va salomlar bilan to'planishgan edi; ko'p o'tmay, Toj Mahal mehmonxonasidagi xonamizda muxbirlar va fotosuratchilar oqimi paydo bo'ldi.

Bombey men uchun yangi shahar edi; men uni G'arbdan ko'plab yangiliklar bilan zamonaviy deb topdim. Keng xiyobonlar bo'ylab palma daraxtlari joylashgan; ulug'vor davlat inshootlari qadimiy ibodatxonalar bilan qiziqish uchun raqobatlashadi. Biroq, diqqatga sazovor joylarni tomosha qilishga juda kam vaqt ajratildi; men sabrsiz edim, sevimli gurumimni va boshqa azizlarni ko'rishni juda xohlardim. Fordni yuk vagoniga topshirib, tez orada guruhimiz poyezdda sharqqa, Kalkutta tomon yo'l oldi. **40-1**

Howrah stansiyasiga yetib kelganimizda bizni kutib olish uchun shunchalik ko'p olomon to'plangan ediki, bir muddat poyezddan tusha olmadik. Qosimbozorlik yosh Maharaja va akam Bishnu qabul komissiyasiga rahbarlik qilishdi; men bizning iliq va keng kutib olishimizga tayyor emas edim.

Oldindan avtomobillar va mototsikllar qatori, barabanlar va chig'anoqlarning quvnoq sadolari orasida Miss Bletch, janob Rayt va men, boshdan oyoqgacha guldastalar bilan otamning uyiga sekin yo'l oldik.

Keksa ota-onam meni o'limdan qaytgandek quchoqladilar; biz uzoq vaqt bir-

birimizga quvonchdan so'zsiz tikilib qoldik. Aka-uka va opa-singillar, amakilar, xolalar va amakivachchalar, talabalar va uzoq yillardagi do'stlar atrofimda to'planishgan edi, oramizda birorta ham quruq ko'z yo'q edi. Endi xotiralar arxiviga o'tib ketgan bu mehr-muhabbat bilan qayta uchrashish manzarasi qalbimda unutilmas darajada yorqin saqlanib qolgan.

As uchun mening uchrashuv bilan Shri Yuktesvar, so'zlar muvaffaqiyatsizlikka uchragan men; ruxsat berish ... ergashish tavsif dan mening

kotib yetarli.

"Bugun, eng katta umidlar bilan to'lib, men Yoganandajini Kalkuttadan Seramporga olib bordim", deb yozgan janob Rayt o'zining sayohat kundaligida. "Biz Yoganandajining kollej davridagi eng sevimli ovqatlanish joyi bo'lgan g'alati do'konlar yonidan o'tdik va nihoyat tor, devor bilan o'ralgan yo'lakka kirdik. To'satdan chapga burilish qildik va bizning oldimizda oddiy, ammo ilhomlantiruvchi ikki qavatli ashram paydo bo'ldi, uning ispancha uslubdagi balkoni yuqori qavatdan chiqib turardi. Bu taassurot tinch va yolg'izlikda edi.

"Jiddiy kamtarlik bilan men Yoganandajining orqasidan zinapoya devorlari ichidagi hovliga kirdim. Yuraklar tez urib, biz eski beton zinapoyalardan yuqoriga ko'tarildik, shubhasiz, bu yerda ko'plab haqiqat izlovchilar bor edi. Biz yurgan sari keskinlik kuchayib bordi. Bizning oldimizda, zinapoyaning boshida, Buyuk Zot, Svami Sri Yuktesvarji, donishmand qiyofasida jimgina paydo bo'ldi .

"Uning ulug'vor huzurida bo'lish sharafiga muyassar bo'lganimni his qilganimdan yuragim larzaga keldi. Yoganandaji tiz cho'kib, boshini egib, ruhan minnatdorchilik va salomini aytib, qo'li bilan gurusining oyoqlariga, keyin esa kamtarlik bilan boshiga tegizganida, ko'zlarim yoshga to'ldi. Keyin u o'rnidan turdi va Shri Yuktesvarji uni bag'rining ikki tomonidan quchoqladi.

"Boshida hech qanday so'z aytilmadi, lekin eng kuchli tuyg'u qalbning soqov iboralarida ifodalangan edi. Ularning ko'zlari qanday chaqnab, yangilangan qalb birligining iliqligi bilan to'lgan edi! Jim ayvonda mayin tebranish ko'tarildi va hatto quyosh ham bulutlar orasidan qochib, to'satdan shon-sharaf chaqnashini qo'shdi."

"Xo'jayin oldida tiz cho'kib, o'zimning ifoda etilmagan sevgim va minnatdorchiligimni bildirdim, unga tegdim." vaqt va xizmat tufayli qotib qolgan oyoqlarim va uning duosini olayotib. Men o'rnimdan turdim va ikki kishiga qaradim Chiroyli, chuqur ko'zlari o'z-o'zini tahlil qilish bilan chaqnab turardi, ammo quvonchdan porlab turardi. Biz uning butun tomoni ko'chadan birinchi marta ko'rinadigan tashqi balkonga ochiladigan mehmonxonasiga kirdik. Usta eskirgan Davenportga suyanib, tsement polga o'ralgan yopiq matrasda o'tirardi. Yoganandaji bilan men guruning oyoqlari yonida o'tirardik, suyanib, pozitsiyamizni yengillashtirish uchun to'q sariq rangli yostiqlar qo'ydik. somon gilamchasida.

"Men ikki Swamiji o'rtasidagi Bengalcha suhbatga kirishga harakat qildim va urinib ko'rdim - ingliz tili uchun, men kashf etganimdek, ular birga bo'lganlarida behuda va bekor, garchi boshqalar tomonidan buyuk guru deb ataladigan Swamiji Maharaj bu haqda gapira olsa ham va ko'pincha gapiradi ham. Lekin men Buyuk Zotning avliyoligini uning samimiy tabassumi va miltillovchi ko'zlari orqali angladim. Uning quvnoq va jiddiy suhbatida osongina ajralib turadigan bir xususiyat - bu bayonotdagi qat'iy ijobiylik - Xudoni bilgani uchun bilishini biladigan dono odamning belgisi. Uning buyuk donoligi, maqsadga intilishi va qat'iyati har jihatdan

yaqqol ko'rinib turibdi.

"Uni vaqti-vaqti bilan hurmat bilan o'rganib, men uning bo'yli, sportchi gavnali, sinovlar va voz kechish qurbonliklari bilan qattiqqo'l ekanligini payqadam. Uning vazminligi ulug'vor. Peshonasi qat'iy qiyshiq, agar izlash ... osmonlar, hukmronlik qiladi uning ilohiy yuz ifodasi. U bor a aksincha katta va uy sharoitida burun,

U bo'sh vaqtlarida boladek barmoqlari bilan aylantirib, silkitib, o'zini xursand qiladi. Uning kuchli qora ko'zlari havodek moviy uzuk bilan o'ralgan. O'rtasidan ajratilgan sochlari kumush rangdan boshlanib, kumush-oltin va kumush-qora chiziqlarga aylanadi, yelkalarida esa jingalak sochlar bilan tugaydi. Soqoli va mo'ylovi siyrak yoki siyraklashgan, ammo uning yuz xususiyatlarini yanada yorqinroq qilib ko'rsatadiganga o'xshaydi va xarakteri singari, bir vaqtning o'zida chuqur va yorqin.

"Uning ko'kragidan quvnoq va kulgili kulgi chiqadi, bu uni butun vujudini titratadi - juda xushchaqchaq va samimiy. Uning yuzi va qomati o'z kuchida hayratlanarli, xuddi mushak barmoqlari kabi. U odobli qadam va tik holatda harakat qiladi.

"U oddiy *dhoti* va ko'ylak kiygan edi, ikkalasi ham bir vaqtlar kuchli oxra rangiga bo'yalgan edi, lekin hozir..." xira to'q sariq rang.

"Atrofga nazar tashlasam, bu ancha eskirgan xona egasining moddiy qulayliklarga bog'liq emasligidan dalolat berayotganini payqadim. Uzun xonaning ob-havo ta'sirida oq devorlari so'nib borayotgan ko'k gips bilan qoplangan edi. Xonaning bir chetida Lahiri Mahasayaning sodda sadoqat bilan bezatilgan surati osilgan edi. Shuningdek, Yoganandajining Bostonga birinchi marta kelganida, Dinlar Kongressining boshqa delegatlari bilan birga turgan eski surati ham bor edi."

"Men zamonaviylik va antiqalikning g'alati uyg'unligini payqadim. Ulkan, shishadan yasalgan, sham yorug'ida ishlaydigan qandil ishlatilmayotgan paytda o'rgimchak to'ri bilan qoplangan edi va devorda yorqin, zamonaviy taqvim bor edi. Butun xona tinchlik va osoyishtalik hidini taratib turardi. Balkon ortida men kokos daraxtlarining jimgina himoyada monastir ustida ko'tarilib turganini ko'rdim."

"Ustoz shunchaki qo'llarini bir-biriga qarsak chalishi kerakligini va tugatmasdan oldin unga biron bir kichik shogird xizmat qilishini yoki unga xizmat qilishini kuzatish qiziq. Aytgancha, men ulardan biriga - **40-2 yoshli Prafulla ismli ozg'in yigitga juda qiziqaman.**" yelkalarigacha uzun qora sochlari, juda o'tkir qora ko'zlari va samoviy tabassumi bilan; ko'zlari og'zining burchaklari ko'tarilganda, xuddi alacakaranlikda paydo bo'lgan yulduzlar va yarim oy kabi chaqnaydi.

"Svami Sri Yuktesvarjining quvonchi, shubhasiz, uning "mahsuloti" qaytib kelganida juda kuchli (va u "mahsulotning mahsuli" haqida biroz qiziquvchan ko'rinadi). Biroq, Buyuk Zotning tabiatidagi donolik jihatining ustunligi uning tashqi his-tuyg'ularini ifoda etishiga to'sqinlik qiladi."

"Yoganandaji unga bir nechta sovg'alar berdi, bu shogird o'z gurusiga qaytib kelganida bo'ladigan odatga ko'ra. Keyinroq biz oddiy, ammo yaxshi pishirilgan taomga o'tirdik. Barcha taomlar sabzavot va guruch aralashmasidan iborat edi. Shri Yuktesvarji mening bir qator hind urf-odatlaridan, masalan, "barmoq bilan ovqatlanish"dan foydalanishimdan mamnun bo'ldi.

"Bir necha soat davomida Bengal tilida tez-tez so'zlashib, iliq tabassum va quvonchli nigoh almashgandan so'ng, biz uning oyoqlariga ta'zim qildik, *pronam bilan xayrlashdik*, **40-3** va muqaddas uchrashuv va salomlashishning abadiy xotirasi bilan Kalkuttaga jo'nab ketdi. Men asosan u haqidagi tashqi taassurotlarim haqida yozsam ham, avliyoning asl asosini - uning ma'naviy shon-sharafini doim anglab yetganman. Men Uning kuchini his qildim va bu tuyg'uni mening ilohiy ne'matim sifatida ko'taraman."

Men Amerika, Yevropa va Falastindan Shri Yuktesvar uchun ko'plab sovg'alar olib kelgan edim. U ularni tabassum bilan qabul qildi, lekin hech qanday izoh bermadi. O'zim uchun Germaniyadan soyabon-tayoqcha kombinatsiyasini sotib olgan edim. Hindistonda esa tayoqchani Ustozga berishga qaror qildim.

"Bu sovg'ani juda qadrlayman!" Ustozimning nigohi mehr bilan menga qaradi. U odatiy bo'lmagan gapni aytayotganda tushundi. Barcha sovg'alar orasidan u mehmonlarga ko'rsatish uchun tayoqni ajratib oldi.

"Xo'jayin, iltimos, mehmonxona uchun yangi gilam olib berishimga ijozat bering." Men Shri Yuktesvarning yo'lbars terisi yirtilgan gilam ustiga qo'yilganini payqagan edim.

— Agar xohlasangiz, shunday qiling. — Ustozimning ovozi g'ayratli emas edi. — Mana, mening yo'lbars gilamcham chiroyli va toza; men o'z kichik qirolligimda monarxman. Uning ortida faqat tashqi narsalar bilan qiziqadigan ulkan dunyo bor.

U bu so'zlarni aytganda, yillar orqaga qaytayotganini his qildim; yana bir bor men yosh shogirdman, kundalik azob olovida poklandim!

Serampor va Kalkuttadan uzoqlashishga ulgurgan zahotiyog, janob Rayt bilan Ranchiga yo'l oldim. U yerda qanday kutib olish, chinakam olqishlar! O'n besh yillik yo'qligimda maktab bayrog'ini hilpiratib turgan fidoyi o'qituvchilarni quchoqlab, ko'zlarimga yosh keldi. Turar joy va kunduzgi o'quvchilarning yorqin yuzlari va baxtli tabassumlari ularning ko'p qirrali maktab va yoga mashg'ulotlarining qadriga yetarli dalil edi.

Afsuski, Ranchi muassasasi og'ir moliyaviy qiyinchiliklarga duch kelgan edi. Kasimbozar saroyi markaziy maktab binosiga aylantirilgan va ko'plab shahzoda xayriya qilgan eski Maharaja ser Manindra Chandra Nundi endi o'lgan edi. Maktabning ko'plab bepul, xayriya xususiyatlari endi yetarli darajada jamoatchilik tomonidan qo'llab-quvvatlanmagani uchun jiddiy xavf ostida edi.

Men Amerikada yillar davomida uning amaliy donoligini, to'siqlar oldidagi jasoratli ruhini o'rganmasdan o'tkazmagan edim. Bir hafta davomida Ranchida qoldim va muhim muammolar bilan kurashdim. Keyin Kalkuttada taniqli rahbarlar va o'qituvchilar bilan suhbatlar, Kasimbozorlik yosh Maharaja bilan uzoq suhbat, otamga moliyaviy yordam va mana! Ranchining sust poydevori tiklana boshladi. Ko'plab xayriyalar, jumladan, bitta katta chek o'z vaqtida yetib keldi. mening amerikalik talabalarim.

Hindistonga kelganimdan bir necha oy o'tgach, Ranchi maktabining qonuniy ravishda ro'yxatdan o'tganini ko'rish baxtiga muyassar bo'ldim. Doimiy ravishda mablag' bilan ta'minlangan yoga ta'lim markazi haqidagi umrbod orzuim amalga oshdi. Bu tasavvur meni 1917-yilda yetti nafar o'g'il boladan iborat guruh bilan

kamtarona hayot kechirishga yo'naltirdi.

1935-yildan beri o'n yil ichida Ranchi o'z ko'lamini o'g'il bolalar maktabidan ancha tashqariga kengaytirdi. Hozirda u yerda Shyama Charan Lahiri Mahasaya Missiyasida keng ko'lamli gumanitar tadbirlar olib borilmoqda.

Maktab yoki Yogoda Sat-Sanga Brahmacharya Vidyalaya grammatika va o'rta maktab fanlaridan ochiq havoda darslar o'tkazadi. Turar joy talabalari va kunduzgi talabalar ham kasb-hunar ta'limi oladilar.

qandaydir mashg'ulotlar. O'g'il bolalarning o'zlari o'z faoliyatlarining aksariyat qismini avtonom qo'mitalar orqali tartibga soladilar. O'qituvchi sifatidagi faoliyatimning boshida men o'qituvchini aldashdan zavqlanadigan o'g'il bolalar boshqa o'quvchilar tomonidan o'rnatilgan intizomiy qoidalarni mamnuniyat bilan qabul qilishlarini aniqladim. Men hech qachon namunali o'quvchi bo'lmaganman, shuning uchun men barcha bolalarcha hazillar va muammolarga tayyor holda hamdard edim.

Sport va o'yinlar rag'batlantiriladi; maydonlarda xokkey va futbol mashg'ulotlari aks-sado beradi. Ranchi talabalari ko'pincha musobaqalarda kubokni yutib olishadi. Ochiq havoda sport zali juda mashhur. Mushak qayta zaryadlash orqali vasiyatnoma kuch bu ... *Yogoda* xususiyati: aqliy yo'nalish ning hayot energiya tananing istalgan qismiga. O'g'il bolalarga shuningdek, *asanas* (pozalar), qilich va *lati* (tayoq) o'yinlari va jujitsu o'rgatiladi. The Yogoda Sog'liqni saqlash Ko'rgazmalar da ... Ranchi *Vidyalaya* ega bo'lish bo'lgan qatnashdi minglab odamlar tomonidan .

Viloyatning tubjoy qabilalari bo'lgan *Kols* , *Santals* va *Mundasga* boshlang'ich fanlar hind tilida o'rgatiladi . Yaqin atrofdagi qishloqlarda faqat qizlar uchun darslar tashkil etilgan.

Ranchidagi o'ziga xos xususiyat - bu *Kriya Yoga bilan tanishishdir* . O'g'il bolalar har kuni ruhiy mashqlarini bajaradilar, *Gita* qo'shiqlarini kuylashadi va ularga nasihat va namuna orqali soddalik, fidoyilik, sharaf va haqiqat fazilatlarini o'rgatiladi. Yomonlik ularga baxtsizlik keltiradigan narsa sifatida ko'rsatiladi; yaxshilik esa haqiqiy baxtga olib keladigan harakatlar kabi. Yomonlikni zaharlangan asal bilan solishtirish mumkin, u vasvasaga soladi, ammo o'linga to'la.

Tana va ongning bezovtaligini diqqatni jamlash usullari bilan yengish hayratlanarli natijalarga erishdi: Ranchida to'qqiz yoki o'n yoshli jozibali kichkina qiyofaning o'tirganini ko'rish yangilik emas. bir soat yoki undan ko'proq vaqt davomida uzluksiz xotirjamlikda, ruhiy ko'zga qaratilgan nigoh. Ko'pincha butun dunyo bo'ylab bir dars davomida deyarli o'tira olmaydigan kollej o'quvchilarini kuzatganimda, bu Ranchi talabalarining manzarasi xayolimga keladi. **40-4**

Ranchi dengiz sathidan 2000 fut balandlikda joylashgan; iqlimi yumshoq va mo''tadil. Katta hovuz yonidagi yigirma besh akr maydonda Hindistondagi eng yaxshi bog'lardan biri - besh yuzta mevali daraxt - mango, guava, lichi, jekfrut, xurmo mavjud. Bolalar o'zlari sabzavot yetishtirishadi va charkalarida *aylanishadi* .

G'arblik mehmonlar uchun mehmon uyi mehmondo'stlik bilan ochiq. Ranchi kutubxonasida ko'plab jurnallar va ingliz va bengal tillarida mingga yaqin jildlar, G'arb va Sharqdan xayriya qilingan kitoblar mavjud. Dunyoning muqaddas yozuvlari to'plami mavjud. Yaxshi tasniflangan muzeyda arxeologik, geologik va antropologik eksponatlar; asosan Rabbiyning rang-barang yerlari bo'ylab sayohatlarimning

sovrinlari namoyish etiladi.

Lahiri Mahasaya Missiyasining xayriya kasalxonasi va dispanseri, uzoq qishloqlarda ko'plab ochiq havoda joylashgan filiallari bilan, allaqachon Hindistonning 150 000 kambag'aliga xizmat ko'rsatgan. Ranchi talabalari birinchi tibbiy yordam ko'rsatish bo'yicha o'qitilgan va suv toshqini yoki ocharchilikning fojiali paytlarida o'z viloyatiga maqtovg'a sazovor xizmat ko'rsatishgan.

Bog'da muborak ustoz Lahiri Mahasaya haykali joylashgan Shiva ibodatxonasi joylashgan. Bog'da mango kamonlari ostida har kuni ibodatlar va Muqaddas Kitob darslari o'tkaziladi.

Ranchi turar-joy va yoga xususiyatlariga ega bo'lgan filial o'rta maktablari ochildi va hozirda gullab-yashnamoqda. Bular Lakshmanpurdagi o'g'il bolalar uchun Yogoda Sat-Sanga Vidyapith (maktab). Biharda; va Midnapordagi Ejmalichakdagi Yogoda Sat-Sanga o'rta maktabi va ermitaj.

1939-yilda Gang daryosining to'g'ridan-to'g'ri bo'yidagi Dakshinesvarda ulug'vor Yogoda matematikasi ochildi. Kalkuttadan atigi bir necha mil shimolda joylashgan yangi ziyoratgoh shahar aholisi uchun tinchlik maskani bo'lib xizmat qiladi. G'arblik mehmonlar, ayniqsa, hayotini ma'naviy anglashga bag'ishlayotgan izlovchilar uchun mos turar joylar mavjud. Yogoda matematikasi faoliyati Hindistonning turli qismlaridagi talabalarga ikki haftada bir marta "O'zini anglash stipendiyasi" ta'limotlarini yuborishni o'z ichiga oladi.

Shuni aytish kerakki, bu ta'lim va gumanitar faoliyatlarning barchasi ko'plab o'qituvchilar va ishchilarning fidoyi xizmati va sadoqatini talab qildi. Men ularning ismlarini bu yerda sanab o'tmayman, chunki ular juda ko'p; lekin mening qalbmida har birining o'ziga xos jozibasi bor. Lahiri Mahasaya g'oyalaridan ilhomlanib, bu o'qituvchilar kamtarlik bilan xizmat qilish, ko'p narsa berish uchun istiqbolli dunyoviy maqsadlardan voz kechdilar.

Janob Rayt Ranchi o'g'illari bilan ko'plab tezkor do'stliklarni o'rnatdi; oddiy *dhoti kiygan holda*, u bir muddat ular orasida yashadi. Ranchida, Kalkuttada, Seramporda, u borgan hamma joyda mening kotibim... yorqin tasviriy qobiliyatga ega bo'lgan holda, sarguzashtlarini yozib olish uchun sayohat kundaligini oldim. Bir kuni kechqurun men unga savol berdi.

"Dik, nima bu sizning taassurot ning Hindistonmi?"

"Tinchlik", u dedi o'ychanlik bilan. "The irqiy aura bu tinchlik."

40-1 : Biz buzilgan bizning sayohat ichida Markaziy Viloyatlar, yarim bo'ylab ... qit'a, ga ko'rish Mahatma Gandi da Wardha. O'sha kunlar 44-bobda tasvirlangan .

40-2 : Prafulla edi ... yigit JSSV bor edi bo'lgan hozirgi bilan Usta qachon a kobra yaqinlashdi (qarang sahifa 116).

40-3 : So'zma-so'z, "muqaddas ism", a so'z ning salomlashish orasida Hindular, hamrohlik qilgan tomonidan kaft shaklida bukilgan qo'llar ko'tarildi dan ... Salomlashishda yurakni peshonaga qaratish. Hindistonda *pronam* qo'l berib ko'rishish orqali g'arbcha salomlashish o'rnini egallaydi.

40-4 Muayyan diqqatni jamlash texnikalari orqali aqliy tayyorgarlik har bir hind avlodida ajoyib xotiraga ega odamlarni tarbiyalagan. Ser T. Vijayaraghavachari " *Hindustan Times*" *gazetasida* Madrasning zamonaviy professional "xotira odamlari"ga qo'yiladigan sinovlarni tasvirlab bergan. "Bu odamlar", deb yozgan u, "sanskrit adabiyotida g'ayrioddiy darajada o'rganilgan edilar. Katta auditoriya o'rtasida o'tirgan holda, ular auditoriyaning bir nechta a'zolari bir vaqtning o'zida ularga qo'yadigan sinovlarga teng edilar. Sinov quyidagicha bo'lar edi: bir kishi qo'ng'iroq chalishni boshlardi, "xotira odami" qo'ng'iroqlar sonini sanashi kerak edi. Ikkinchi kishi qog'ozdan qo'shish, ayirish, ko'paytirish va bo'lishni o'z ichiga olgan arifmetika bo'yicha uzun mashqni aytib berardi. Uchinchisi esa "Ramayana" *yoki* " *Mahabharata*" dan uzun bir qatorni o'qib berardi. ning she'rilar, qaysi bor edi ga bo'lish qayta ishlab chiqarilgan; a to'rtinchi bo'lardi to'plam muammolar ichida she'riyat qaysi talab qilinadi ... tarkibi oyatlar ichida tegishli metr yoqilgan a berilgan mavzu, har biri chiziq ga oxiri ichida a belgilangan so'z, a beshinchi erkak bo'lardi olib yurish yoqilgan bilan a oltinchi - ilohiyotshunoslik munozarasi, uning aniq tili munozarachilar uni olib borgan aniq tartibda keltirilishi kerak edi, yettinchi odam esa shu

bilan birga g'ildirakni aylantirib turardi, uning aylanishlar sonini hisoblash kerak edi. The xotira mutaxassis bor edi bir vaqtning o'zida ga qil hammasi bular yutuqlar sof tomonidan aqliy jarayonlar, sifatida u edi ruxsat berilgan qog'oz va qalam yo'q. Qobiliyatlarga yuk juda katta bo'lgan bo'lsa kerak. Odatda, ongsiz hasadga moyil erkaklar qadrsizlanishga moyil. shunday harakatlar tomonidan ta'sir qiluvchi ga ishonish bu ular jalb qilish faqat ... mashq qilish ning ... pastki funktsiyalar ning ... miya. Biroq, bu shunchaki xotira masalasi emas. Eng muhim omil - bu ongning ulkan konsentratsiyasi.

BOB: 41

An Idil Ichkarida Janubiy Hindiston

"Siz bor ... birinchi G'arblik, Dik, har doim ga kirish bu ziyoratgoh. Ko'p boshqalar ega bo'lish sinab ko'rdi ichida behuda."

Mening so'zlarimdan janob Rayt avval hayratda qoldi, keyin xursand bo'ldi. Biz hozirgina Hindistonning janubidagi Maysorga qaragan tepaliklardagi go'zal Chamundi ibodatxonasidan chiqib ketgan edik. U yerda biz oltin va kumush qurbongohlar ning ... ma'buda Chamundi, homiy xudo ning ... oila ning ... hukmronlik qilayotgan maharaja.

— Noyob sharafning yodgorligi sifatida, — dedi janob Rayt bir nechta muborak atirgul barglarini ehtiyotkorlik bilan yig'ib, — men bu gulni ruhoniy atirgul suvi sepgan holda doim saqlab qolaman.

Hamrohim va men 41-1 1935-yil noyabr oyini Mysore shtati mehmonlari sifatida o'tkazdilar. Maharaja, Shri Krishnaraja Vadiyar IV, o'z xalqiga aqlli sadoqatli namunali shahzodadir. Taqvodor hindu Maharaja musulmon, qobiliyatli Mirza Ismoilni o'zining devoni yoki bosh vaziri etib tayinlagan. Mysorening yetti million aholisiga ham Assambleyada, ham Qonunchilik Kengashida xalq vakilligi berilgan.

Maharaja merosxo'ri, Yuvaraja merosxo'ri ser Sri Krishna Narasingharaj Vadiyar kotibimni va meni o'zining ma'rifatli va progressiv olamiga tashrif buyurishga taklif qilgan edi. O'tgan ikki hafta ichida men minglab Mysore fuqarolari va talabalariga shahar hokimiyatida, Maharaja kollejida, Universitet tibbiyot maktabida va Bangalorda, Milliy o'rta maktabda, Intermediate kollejida va Chetty shahar hokimiyatida uch mingdan ortiq odam yig'ilgan uchta ommaviy yig'ilishda nutq so'zladim. Ishtiyoqli tinglovchilar men chizgan Amerikaning yorqin manzarasini baholay olishganmi yoki yo'qmi, bilmayman; lekin Sharq va G'arbdagi eng yaxshi xususiyatlar almashinuvidan kelib chiqadigan o'zaro foyda haqida gapirganimda, qarsaklar har doim eng baland bo'lardi.

Janob Rayt va men endi tropik tinchlikda dam olayotgan edik. Uning sayohat kundaligida Maysor haqidagi taassurotlari quyidagicha bayon etilgan:

"Yorqin yashil guruch dalalari, turli xil shakarqamish dog'lari bilan bezatilgan,

qoyali tepaliklarning himoya etagida joylashgan - tepaliklar zumrad manzarasini qora toshning chiqishlari kabi chizib turadi - va tantanali tepaliklar ortida orom izlayotgan quyoshning to'satdan va dramatik tarzda yo'qolishi ranglar o'yinini yanada kuchaytiradi.

"Ko'p hayajonli lahzalar ega bo'lish bo'lgan sarflangan ichida tikilib, deyarli yo'q- ongli ravishda, da ... doim-

Xudoning o'zgaruvchan tuvali osmon bo'ylab cho'zilgan, chunki faqat Uning teginishi hayotning yangiligi bilan tebranadigan ranglarni yaratishga qodir. Ranglarning yoshligi inson shunchaki pigmentlar bilan taqlid qilishga harakat qilganda yo'qoladi, chunki Rabbiy na moylar, na pigmentlar, balki shunchaki yorug'lik nurlari bo'lgan oddiyroq va samaraliroq o'rta moylarga murojaat qiladi. U bu yerga yorug'lik sachratadi va u aks etadi. qizil; U cho'tkani yana silkitadi va u asta-sekin to'q sariq va oltin rangga aralashadi; keyin esa teshuvchi zarba bilan U pichoqlar ... bulutlar bilan a chiziqli binafsha rang bu barglar a halqasimon yoki chekka ning qizil oqayotgan bulutlardagi yaradan chiqib; va shunday qilib, U kechayu kunduz o'ynaydi, doimo o'zgarib turadi, doimo yangi, doimo yangi; na naqshlar, na dublikat, na ranglar bir xil. Hindistonning kunduzdan tunga o'zgarishining go'zalligi boshqa joylarda taqqoslanmas; ko'pincha osmon go'yo Xudo hamma narsani olgandek ko'rinadi. Uning to'plamidagi ranglarni olib, ularga osmonga kuchli kaleydoskopik otish berdi.

41-2 ga. alacakaranlıkta tashrifning ulug'vorligini aytib berishim kerak." Maysordan o'n ikki mil narida qurilgan. Yoganandaji bilan men kichik avtobusga o'tirdik va kichkina bolani rasmiy krank haydovchisi yoki akkumulyator o'rnini bosuvchi sifatida olib, quyosh botgan paytda silliq tuproqli yo'ldan yo'lga chiqdik. ufqqa qotib, pishgan pomidor kabi ezilib ketmoqda.

"Bizning sayohatimiz hamma joyda mavjud bo'lgan kvadrat guruch dalalaridan o'tib, taskin beruvchi banyan qatori orqali o'tdi." baland kokos palmalari orasida, o'rmondagidek qalin o'simliklar bilan qoplangan daraxtlar va nihoyat, tepalik cho'qqisiga yaqinlashib, biz ulkan sun'iy ko'lga duch keldik, u aks ettirardi ... yulduzlar va chekka ning kaftlar va boshqa daraxtlar, o'ralgan tomonidan yoqimli terasli bog'lar va to'g'on yoqasida bir qator elektr chiroqlari - va uning ostida bizning ko'zlarimiz geyzerga o'xshash favvoralarda o'ynayotgan rangli nurlarning ajoyib manzarasiga duch keldi, xuddi oqib tushayotgan yorqin siyoh oqimlari kabi - qizil kataraktlarni to'xtatuvchi ajoyib moviy sharsharalar, yashil va sariq purkagichlar, suv oqayotgan fillar, Chikago Jahon ko'rgazmasining miniatyurasi va shu bilan birga bu qadimiy sholi dalalari va oddiy odamlar yurtida zamonaviy jihatdan ajoyib, ular bizga shunday mehr bilan kutib olishganki, men Yoganandajini Amerikaga qaytarish uchun kuchimdan ko'proq narsa kerak bo'lishidan qo'rqaman.

"Yana bir noyob imtiyoz - mening birinchi fil minishim. Kecha Yuvaraja bizni yozgi saroyiga ulkan hayvon bo'lgan fillaridan birida sayr qilish uchun taklif qildi. Men ipak yostiqli va qutiga o'xshash *howdah* yoki egarga chiqish uchun ajratilgan narvonga chiqdim; keyin esa dumalab, uloqtirib, tebranib va jarlikka tushib ketdim, xavotirlanishga yoki baqirishga juda xursand bo'ldim, lekin umr bo'yi kutib turdim!"

Janubiy Hindiston, tarixiy va arxeologik qoldiqlarga boy, aniq, ammo ta'riflab bo'lmaydigan jozibali yurtdir. Mysore shimolida Hindistonning eng yirik mahalliy shtati, Haydarobod joylashgan bo'lib, u qudratli Godavari daryosi bilan kesilgan go'zal platodir. Keng unumdor tekisliklar, yoqimli Nilgiris yoki "Moviy tog'lar",

ohaktosh yoki granitdan iborat bepoyon tepaliklarga ega boshqa mintaqalar. Haydarobod tarixi uch ming yil oldin Andhra qirollari davrida boshlangan va hindular sulolalari davrida milodiy 1294 yilgacha davom etgan uzoq va rang-barang hikoyadir, keyin u hukmronlik qilgan musulmon hukmdorlari avlodiga o'tdi. bu kun.

Butun Hindistondagi eng hayratlanarli me'morchilik, haykaltaroshlik va rassomchilik namunasi Haydarobodda Ellora va Ajantaning qadimiy qoyatosh haykallari g'orlarida joylashgan. Elloradagi Kaylasa, ulkan monolit ibodatxonada, Mikelanjeloning ulkan o'lchamlarida xudolar, odamlar va hayvonlarning o'yma figuralari mavjud. Ajanta beshta sobor va yigirma beshta monastirga ega.

Barcha tosh qazishmalari rassomlar va haykaltaroshlar o'z daholarini abadiylashtirgan ulkan freskali ustunlar bilan qoplanadi.

Haydarobod shahri Usmoniya universiteti va o'n ming musulmon namoz o'qish uchun yig'ilishi mumkin bo'lgan ulug'vor Makka masjidi bilan bezatilgan.

Maysor shtati ham dengiz sathidan uch ming fut balandlikda joylashgan, zich tropik o'rmonlarga boy, yovvoyi fillar, bizonlar, ayiqlar, panteralar va yo'lbarslarning vatani bo'lgan go'zal mo'jizalar diyoridir. Uning ikkita asosiy shahri - Bangalor va Maysor toza, jozibali, ko'plab bog'lar va jamoat bog'lariga ega.

Hind me'morchiligi va haykaltaroshligi o'zining eng yuqori mukammalligiga XI-XV asrlarda hind qirollari homiyligida Mysorda erishdi. Qirol Vishnuvardhana hukmronligi davrida qurib bitkazilgan XI asr durdonasi Belurdagi ibodatxona o'zining nozik detallari va jo'shqin tasvirlari bilan dunyoda tengsizdir.

Shimoliy Mysorda topilgan tosh ustunlari miloddan avvalgi III asrga oid bo'lib, qirol Asoka xotirasini yoritadi. U o'sha paytda hukmronlik qilgan Maurya sulolasining taxtiga o'tirdi; uning imperiyasi deyarli barcha zamonaviy Hindiston, Afg'oniston va Balujistonni qamrab olgan. G'arb tarixchilari tomonidan ham tengsiz hukmdor deb hisoblangan bu mashhur imperator tosh yodgorlikda quyidagi donolikni qoldirgan:

Bu diniy yozuv o'g'illarimiz va nabiralarimiz o'ylamasligi uchun o'yib yozilgan. yangi fath zarur; ular qilich bilan fath qilish fath nomiga loyiq deb o'ylamasliklari uchun; ular unda faqat vayronagarchilik va zo'ravonlikni ko'rishlari uchun; ular dinni fath qilishdan boshqa hech narsani haqiqiy fath deb hisoblamasliklari uchun. Bunday fathlar bu dunyoda ham, oxiratda ham qadrlidir.



Mening hamrohlar va Men poza oldin ... "orzu ichida marmar," ... Taj Mahal da Agra.

Asoka yoshligida Buyuk Aleksandr bilan uchrashgan dahshatga tushgan Chandragupta Mauryaning (yunonlar orasida Sandrocottus nomi bilan tanilgan) nabirasi edi. Keyinchalik Chandragupta Hindistonda qolgan Makedoniya garnizonlarini yo'q qildi, Panjobda bosqinchi Selevk yunon qo'shinini mag'lub etdi va keyin Patna saroyida Gretsiya elchisi Megafenni qabul qildi.

Yunon tarixchilari va Aleksandrning Hindistonga qilgan ekspeditsiyasida unga hamrohlik qilgan yoki undan keyin ergashgan boshqa odamlar tomonidan juda qiziqarli hikoyalar batafsil qayd etilgan. Arrian, Diodoros, Plutarx, va Strabo ... geograf ega bo'lish bo'lgan tarjima qilingan tomonidan Doktor J. V. M'Crindle **41-3** qadimgi Hindistonga yorug'lik nuri tushirish uchun. Iskandarning muvaffaqiyatsiz bosqinining eng hayratlanarli xususiyati uning hind falsafasiga va vaqti-vaqti bilan duch keladigan va intiqlik bilan izlaydigan yogislar va muqaddas kishilarga chuqur qiziqishi edi. Yunon jangchisi Shimoliy Hindistondagi Taxila shahriga kelganidan ko'p o'tmay, u Diogenesning ellin maktabining shogirdi Onesikritosni hind ustози Dandamisni, buyuk sannyasi Dandamisni chaqirish uchun yubordi. Taksila.

— Salom, ey brahmanlar ustози! — dedi Onesikritos o'rmondagi boshpanasida Dandamisni qidirib topgandan so'ng. — Qudratli Zevs Xudosining o'g'li, barcha insonlarning hukmdori bo'lgan Aleksandr sizdan uning oldiga borishingizni so'raydi va agar siz itoat etsangiz, u sizni katta sovg'alar bilan mukofotlaydi, lekin agar rad etsangiz, U sizning boshingizni kesib tashlaydi!

Yogi bu juda majburiy taklifni xotirjamlik bilan qabul qildi va "barglar divanidan boshini ko'tarmadi".

— Agar Aleksandr shunday bo'lsa, men ham Zevsning o'g'liman, — dedi u. — Menga Aleksandrnikidan hech narsa kerak emas, chunki men bor narsam bilan qanoatlanaman, u esa hech qanday foyda ko'rmasdan dengiz va quruqlikda odamlari bilan kezib yurganini va hech qachon kezib yurishini tugatmayotganini ko'raman.

"Borib, Iskandarga aytingki, Oliy Shoh Xudo hech qachon beadablikning muallifi emas, balki u..." yorug'lik, tinchlik, hayot, suv, inson tanasi va ruhlarining Yaratuvchisi; O'lim ularni ozod qilganda, U barcha odamlarni qabul qiladi, hech qanday tarzda yomon kasallikka duchor bo'lmaydi. Faqat U mening hurmatimga sazovor bo'lgan Xudodir, u qirg'indan nafratlanadi va urushlarni qo'zg'atmaydi.

— Iskandar xudo emas, chunki u o'limni tatib ko'rishi kerak, — davom etdi donishmand jimgina istehzo bilan. — U hali ichki taxtga o'tirmagan bo'lsa, qanday qilib dunyoning xo'jayini bo'lishi mumkin? U hali ham Hadesga kirmagan va u yerning yo'lini bilmaydi. ... quyosh orqali ... markaziy mintaqalar ning ... yer, shu bilan birga ... millatlar yoqilgan uning chegaralar ega bo'lish uning ismini eshitmagan ham!"

Bu jazodan so'ng, shubhasiz, "Dunyo Xo'jayini"ning quloqlariga hujum qilish uchun yuborilgan eng kuchli olov, - deb qo'shimcha qildi donishmand kinoya bilan, - Agar Aleksandrning hozirgi hukmronligi uning xohish-istaklarini qondirish uchun yetarli bo'lmasa, u Gang daryosidan o'tsin; u yerda u barcha odamlarini boqa oladigan mintaqani topadi. agar bu tomondagi mamlakat uni ushlab turish uchun juda tor bo'lsa. **41-4**

"Bilingki, Aleksandr taklif qilgan narsalar va u va'da qilgan sovg'alar men uchun mutlaqo befoyda narsalar; men qadrlaydigan va haqiqiy foydali va qiymatli deb biladigan narsalar - bu mening barglarim."

uy, meni kundalik oziq-ovqat bilan ta'minlaydigan bu gullaydigan o'simliklar va ichimligim bo'lgan suv; tashvish bilan to'plangan barcha boshqa mol-mulk esa halokatga uchraydi. ularni yig'ib, faqat qayg'u va g'am-tashvish keltiradiganlar, ular har bir bechora odamni to'liq qiynaydi. Menga kelsak, men o'rmon barglarida yotibman va qo'riqlashni talab qiladigan hech narsam yo'q, ko'zlarimni tinch uyquda yumaman; holbuki, qo'riqlash uchun biror narsam bo'lsa, u uyquni ketkazadi. Yer menga hamma narsani beradi, xuddi ona bolasini sut bilan ta'minlaganidek. Men xohlagan joyga boraman va o'zimni qiynashga majbur qiladigan hech qanday tashvish yo'q.

"Agar Aleksandr mening boshimni kesib tashlasa, u mening jonimni ham yo'q qila olmaydi. Boshim yolg'iz, keyin jim, tanani yerda yirtilgan kiyim kabi qoldiradi, u yerdan olingan. Keyin men, Ruh bo'lib, barchamizni tanada o'rab olgan va yerda qoldirgan Xudoyimga ko'tarilaman, u yerda biz Uning qonunlariga itoat qilishimizni va kim ham shunday qilishini isbotlaydi. U Hakam bo'lgani uchun, biz Uning huzuriga jo'nab ketganimizda, barchamizdan hayotimiz haqida hisobot talab qilamiz barcha mag'rur gunohlardan; chunki mazlumlarning nolalari ularning jazosiga aylanadi zolim.

"Unda Aleksandr boylikni orzu qilganlarni va o'limdan qo'rqqanlarni bu tahdidlar bilan qo'rqitsin, chunki bu qurollar bizga qarshi bir xil kuchsizdir; brahmanlar na oltinni sevadilar va na o'limdan qo'rqishadi. Unda borib, Aleksandrga shunday deng: Dandamis siznikiga muhtoj emas va shuning uchun u sizga bormaydi, agar Dandamidan biror narsa xohlasangiz, uning oldiga keling."

Aleksandr Onesikritos orqali yogi xabarini diqqat bilan qabul qildi va "his qildi" Dandamisni ko'rish istagi avvalgidan ham kuchliroq edi, u qari va yalang'och bo'lsa-da, ko'plab xalqlarni zabt etuvchi yagona raqibi bo'lgan, o'ziga tengdoshidan ko'ra ko'proq duch kelgan.

Aleksandr falsafiy savollarga qisqacha donolik bilan javob berish mahorati bilan tanilgan bir qator brahman zohidlarini Taxilaga taklif qildi. Og'zaki to'qnashuv haqida Plutarx hikoya qiladi; Aleksandrning o'zi barcha savollarni tuzgan.

"Qaysi biri ko'p, tiriklarmi yoki o'liklarmi?"

"Tiriklar, chunki o'liklar emas."

"Katta hayvonlarni qaysi biri ko'paytiradi, dengizmi

yoki quruqlikmi?" "Quruqlik, chunki dengiz

quruqlikning faqat bir qismidir."

"Qaysi bu ... eng aqlli ning hayvonlarmi?"

"Inson hali tanish bo'lmagan narsa." (Inson noma'lum narsadan

qo'rqadi.) "Qaysi biri avval mavjud bo'lgan, kunduzmi yoki tunmi?"

"Kun bir kundan keyin birinchi bo'ldi." Bu javob Aleksandrni hayratda qoldirdi; Brahman qo'shimcha qildi: "Mumkin bo'lmagan savollar imkonsiz javoblarni talab qiladi."

"Qanaqasiga eng yaxshi may a erkak yasash o'zi azizim?"

"Agar inson buyuk kuchga ega bo'lsa ham, o'zini qo'rqitmasa, u seviladi." "Qanday qilib inson xudoga aylanishi mumkin?" **41-5**

"Inson qila olmaydigan ishni qilish bilan." "Qaysi biri kuchliroq, hayotmi yoki o'limmi?"

"Hayot, chunki uni ayiqlar shunday ko'p yomonliklar."

Aleksandr Hindistondan haqiqiy yogi o'qituvchisini olib chiqishga muvaffaq bo'ldi. Bu odam Svami Sfines edi, uni yunonlar "Kalanos" deb atashgan, chunki avliyo, Xudoning Kali qiyofasida bo'lgan ixlosmand, barchani uning muborak ismini aytib kutib olgan.

Kalanos Iskandar bilan Forsga hamrohlik qildi. Belgilangan kuni, Forsning Suza shahrida Kalanos butun Makedoniya qo'shinini ko'z oldida dafn marosimiga kirib, o'zining qarigan jasadini topshirdi. Tarixchilar Yogi og'riq yoki o'limdan qo'rqmasligini va olovda yonib ketayotganida hech qachon o'rnidan qo'zg'almasligini kuzatgan askarlarning hayratini yozib oling. Ketishdan oldin Kalanos krematsiya uchun barcha yaqin hamrohlarini quchoqlagan edi, lekin hind donishmand shunchaki shunday degan Aleksandr bilan xayrlashishdan o'zini tiydi:

"Men kerak ko'rish siz qisqa vaqt ichida ichida Bobil.

Aleksandr Forsni tark etdi va bir yildan so'ng Bobilda vafot etdi. Uning hind ustozining so'zlari u hayotda ham, o'limda ham Aleksandr bilan birga bo'lishini aytish usuli edi.

Yunon tarixchilari bizga hind jamiyatining ko'plab yorqin va ilhomlantiruvchi suratlarini qoldirganlar. Arrianning so'zlariga ko'ra, hind qonuni xalqni himoya qiladi va "ulardan hech kim hech qanday sharoitda qul bo'lmasligi kerakligini, faqat o'zlari erkinlikdan bahramand bo'lib, barcha ega bo'lgan teng huquqni hurmat qilishini buyuradi. Chunki, boshqalar ustidan hukmronlik qilishni ham, ularga xiyonat qilishni ham o'rganmaganlar, ko'pchiligining barcha o'zgarishlariga eng mos hayotga ega bo'ladilar", deb o'ylashgan. **41-6**

Boshqa bir matnda shunday deyilgan: "Hindlar na sudxo'rlik uchun pul berishadi, na qarz olishni bilishadi. Hindistonliklarning yomonlik qilishlari yoki azob chekishlari

odatiy odatga ziddir, shuning uchun ular na shartnomalar tuzishadi, na qimmatli qog'ozlarni talab qilishadi." Bizga aytishlaricha, shifo oddiy va tabiiy usullar bilan amalga oshirilgan. "Davolash dorilarni qo'llash orqali emas, balki parhezni tartibga solish orqali amalga oshiriladi. Eng qadrlanadigan davolash usullari malham va plasterlardir. Qolganlari juda zararli deb hisoblanadi." Urushda ishtirok etish faqat Kshatriyalar *yoki* jangchi kastasi bilan cheklangan edi. "Shuningdek, dushman ham o'z yerida ishlayotgan dehqonga hujum qilib, unga hech qanday zarar yetkazmasdi, chunki bu odamlar... "Jamoat xayrixohlari hisoblangan sinf har qanday zarardan himoyalangan. Shunday qilib, yer buzilmagan va mo'l hosil bergan holda, aholiga hayotni zavq bilan o'tkazish uchun zarur bo'lgan narsalarni taqdim etadi." **41-7**

Miloddan avvalgi 305-yilda Aleksandrning qo'mondoni Selevkni mag'lub etgan imperator Chandragupta yetti yilga qaror qildi. yillar keyinroq ga qo'l ustidan ... jilovlar ning Hindistonning hukumat ga uning o'g'il. Sayohat ga Janubiy Hindistonda Chandragupta umrining so'nggi o'n ikki yilini bechora asketchi sifatida o'tkazdi va hozirda Mysore ziyoratgohi sifatida ulug'lanadigan Sravanabelagoladagi qoyali g'orda o'zini anglash yo'lini izladi. Yaqin atrofda Dunyodagi eng katta haykal, milodiy 983-yilda avliyo Komatesvarani sharaflash uchun Jaynlar tomonidan ulkan toshdan o'yilgan.

Maysorning hamma joyda uchraydigan diniy ziyoratgohlari Janubning ko'plab buyuk avliyolarini doimiy ravishda eslatib turadi. Hindiston. Bir ning bular ustalar, Tayumanavar, bor chapga bizni ... ergashish mashaqqatli she'r:

Siz banka nazorat qilish a aqldan ozgan fil;
Siz ayiq va yo'lbarsning og'zini yopishingiz
mumkin; Siz sherga minishingiz mumkin;
Siz banka o'yin bilan ... kobra;
Alkimyo yordamida siz tirikchiligingizni
ta'minlashingiz mumkin; Siz koinotda
yashirincha kezishingiz mumkin; Siz
xudolarning vassallariga aylanishingiz
mumkin;
Siz banka bo'lish har doim yoshlik;
Siz banka sayr qilish yoqilgan suv va jonli ichida olov;
Lekin nazorat qilish ning ... aql bu yaxshiroq va Ko'proq qiyin.

Hindistonning janubiy chekkasida joylashgan, daryolar va kanallar orqali transport qatnovi amalga oshiriladigan go'zal va serhosil Travankor shtatida Maharaja har yili urushlar va uzoq o'tmishda bir nechta mayda shtatlarning Travankorga qo'shilishi natijasida yuzaga kelgan gunohni kechirish uchun merosxo'r majburiyatni o'z zimmasiga oladi. Maharaja har yili ellik olti kun davomida Vedik madhiyalari va tilovatlarini tinglash uchun kuniga uch marta ma'badga tashrif buyuradi; kechirish marosimi lakshadipam *yoki* ma'badni yuz ming chiroq bilan yoritish bilan yakunlanadi.

Buyuk hind qonun chiqaruvchisi Manu **41-8** podshohning vazifalarini bayon qilgan. "U Indra (xudolar xo'jayini) kabi qulayliklarni taqdim etishi; quyosh suvdan bug' olganidek, soliqlarni muloyimlik bilan va sezilmasdan yig'ishi; shamol hamma yoqqa esayotgani kabi, fuqarolarining hayotiga kirishi; o'lim xudosi Yama kabi barchaga adolatni ta'minlashi; Varuna (osmon va shamolning Vedik xudosi) kabi qonunbuzarlarni ilmoqqa bog'lashi; oy kabi barchani rozi qilishi, olov xudosi kabi

yoqib yuborishi va yer ma'budasi kabi barchani qo'llab-quvvatlashi kerak".

"Urushda shoh zaharli yoki olovli qurollar bilan jang qilmasligi, kuchsiz yoki tayyor bo'lmagan yoki qurolsiz dushmanlarni, qo'rquvda bo'lgan yoki himoya so'rab ibodat qilayotgan yoki qochib ketgan odamlarni o'ldirmasligi kerak. Urush faqat oxirgi chora sifatida qo'llanilishi kerak. Urushda natijalar har doim shubhali bo'ladi."

Hindistonning janubi-sharqiy qirg'og'ida joylashgan Madras prezidentlik majmuasi tekis, keng, dengiz bilan o'ralgan Madras shahri va qirollar hukmronlik qilgan Pallava sulolasining poytaxti bo'lgan Oltin shahar Konjeeveramni o'z ichiga oladi.

xristian davrining dastlabki asrlarida. Zamonaviy Madras prezidentligida zo'ravonliksiz Mahatma Gandhi ideallari katta yutuqlarga erishdi; oq rangli "Gandi qalpoqchalari" hamma joyda uchraydi. Janubda, odatda, Mahatma "daxlsizlar" uchun ko'plab muhim ibodatxona islohotlarini, shuningdek, kasta tizimidagi islohotlarni amalga oshirdi.

Buyuk qonun chiqaruvchi Manu tomonidan shakllantirilgan kasta tizimining kelib chiqishi hayratlanarli edi. U odamlar tabiiy evolyutsiya orqali to'rtta katta sinfga bo'linishini aniq ko'rdi: jamiyatga o'z jismoniy mehnati orqali xizmat qila oladiganlar (*Sudralar*); mentalitet, mahorat, qishloq xo'jaligi, savdo, tijorat, umuman biznes hayoti (*Vaisyalar*); iste'dodlari ma'muriy, ijro etuvchi va himoyachi hukmdorlar va jangchilar bo'lganlar (*Kshatriyalar*); tafakkurli, ma'naviy ilhom va ilhom baxsh etuvchi tabiatga ega bo'lganlar (*Brahmanlar*). "Na tug'ilish, na muqaddas marosimlar, na o'qish, na ajdodlar insonning ikki marta tug'ilganligini (ya'ni, *Brahman ekanligini*) hal qila olmaydi", deb ta'kidlaydi *Mahabharata* , "faqat xarakter va xulq-atvor hal qila oladi". **41-9** Manu ko'rsatma berdi Jamiyat o'z a'zolariga donolik, fazilat, yosh, qarindoshlik yoki nihoyat boylikka ega bo'lganliklari uchun hurmat ko'rsatishi kerak edi. Vedik Hindistonida boyliklar to'plangan yoki xayriya maqsadlarida mavjud bo'lmagan taqdirda ular har doim nafratlanar edi. Katta boylikka ega bo'lgan saxiy odamlar jamiyatda past martabaga ega edilar.

Asrlar davomida kasta tizimi irsiy to'siqga aylanib, qattiqlashganda jiddiy yovuzliklar paydo bo'ldi. Gandhi kabi ijtimoiy islohotchilar va bugungi kunda Hindistondagi juda ko'p sonli jamiyatlarning a'zolari faqat tug'ilishga emas, balki tabiiy malakaga asoslangan qadimiy kasta qadriyatlarini tiklashda sekin, ammo ishonchli yutuqlarga erishmoqdalar. Yer yuzidagi har bir millatning o'ziga xos azob-uqubat keltiruvchi karmasi bor; Hindiston ham o'zining ko'p qirrali va yengilmas ruhi bilan kasta islohoti vazifasiga teng ekanligini isbotlaydi.

Janubiy Hindiston shunchalik jozibadorki, janob Rayt va men o'z hayotimizni uzaytirishni xohladik. Ammo vaqt, o'zining azaliy qo'polliigi bilan, bizga xushmuomalalik bilan vaqtni uzaytirmadi. Men tez orada Kalkutta universitetida bo'lib o'tadigan Hindiston falsafiy kongressining yakuniy sessiyasida nutq so'zlashim kerak edi. Maysorga tashrifim oxirida men Hindiston falsafa akademiyasi prezidenti ser CV Raman bilan suhbatdan zavqlandim. Fanlar. Bu ajoyib hind fizigi 1930-yilda yorug'likning tarqalishidagi muhim kashfiyoti - hozirda har bir maktab o'quvchisiga ma'lum bo'lgan "Raman effekti" uchun Nobel mukofotiga sazovor bo'lgan.

Madras talabalari va do'stlari bilan ikkilanib xayrlashib, janob Rayt va men shimolga yo'l oldik. Yo'lda Sadasiva Brahman xotirasiga bag'ishlangan kichik ziyoratgoh oldida to'xtadik, **41-10** uning o'n sakkizinchi asrdagi hayot hikoyasida mo''jizalar zich joylashgan. Pudukkottai Rajasi tomonidan barpo etilgan Nerurdagi kattaroq Sadasiva ziyoratgohi ko'plab ilohiy shifolarga guvoh bo'lgan ziyoratgohdir.

Janubiy Hindiston qishloq aholisi orasida sevimli va to'liq ma'rifatli usta Sadasivaning ko'plab g'alati hikoyalari hali ham dolzarbdir. Bir kuni Kaveri daryosi bo'yida *samadxida cho'milgan* Sadasivani to'satdan suv toshqini olib ketganini ko'rishdi. Bir necha hafta o'tgach, u tuproq uyumining tagida ko'milgan holda topildi. Qishloq aholisining belkuraklari uning jasadiga tegishi bilan avliyo o'rnidan turib, tez yurib ketdi.

Sadasiva hech qachon bir og'iz ham gapirmagan yoki kiyim kiymagan. Bir kuni ertalab yalang'och yogi marosimsiz ravishda musulmon boshlig'ining chodiriga kirdi. Uning xonimlari vahima ichida qichqirishdi; jangchi vahshiylik qildi qilich itarish da Sadasiva, kimning qo'l edi uzilgan. The usta ketdi beparvolik bilan.

Vijdon azobidan xalos bo'lgan Muhammad qo'lini yerdan olib, Sadasivaning orqasidan ergashdi. Yogi qo'lini qonayotgan cho'pga jimgina tiqdi. Jangchi kamtarlik bilan ruhiy yo'l-yo'riq so'raganida, Sadasiva barmog'i bilan qumga yozdi:

"Qil emas qil nima siz istayman, va keyin siz may qil nima siz kabi."

Musulmon yuksak ruhiy holatga ko'tarildi va avliyoning ego ustidan g'alaba qozonish orqali ruh erkinligiga yo'l ko'rsatuvchi paradoksal maslahatini tushundi.

Qishloq bolalari bir marta Sadasivaning huzurida 150 mil uzoqlikdagi Madura diniy festivalini ko'rish istagini bildirishgan. Yogi kichkintoylarga uning tanasiga tegishlari kerakligini ko'rsatdi. Mana, darhol butun guruh Maduraga ko'chirildi. Bolalar minglab ziyoratchilar orasida xursandchilik bilan kezib yurishdi. Bir necha soat ichida yogi o'zining kichik yuklarini oddiygina uyiga olib keldi. transport turi. Hayratda qolgan ota-onalar tasvirlar namoyishi haqidagi yorqin hikoyalarni eshitishdi va bir nechta bolalar Madura shirinliklari solingan xaltalarni ko'tarib yurganini payqashdi.

Ishonmagan yigit avliyoni va hikoyani masxara qildi. Ertasi kuni ertalab u Sadasivaga yaqinlashdi.

— Ustoz, — dedi u istehzo bilan, — nega kecha boshqa bolalar uchun qilganingizdek, meni ham festivalga olib bormaysiz?

Sadasiva rozi bo'ldi; bola darhol o'zini uzoq shahar olomoni orasida topdi. Lekin afsuski! Yigit ketmoqchi bo'lganida avliyo qayerda edi? Charchagan bola uyiga qadimgi va nasriy oyoq harakati usuli bilan yetib keldi.

.....
41-1 : Miss Bletch, qodir emas ga saqlab qolish ... faol tezlik to'plam tomonidan Janob Rayt va o'zim, qoldi baxtli ravishda bilan mening Kalkuttadagi qarindoshlar.

41-2 Bu to'g'on, ulkan gidroelektr inshoot, Mysore shahrini yoritadi va ipak, sovun va sandal yog'i fabrikalariga elektr energiyasi beradi. Mysoredan kelgan sandal yog'ochidan yasalgan suvenirlar vaqt o'tishi bilan tugamaydigan yoqimli hidga ega; ozgina igna sanchish jonlantiradi ... hid. Maysor maqtanadi ba'zi ning ... eng katta kashshof sanoat korxonalar ichida Hindiston, shu jumladan Kolar oltin konlari, Mysore shakar zavodi, Bhadravatidagi ulkan temir va po'lat zavodlari va shtatning 30 000 kvadrat milining ko'p qismini qamrab oluvchi arzon va samarali Mysore shtati temir yo'li.

The Maharaja va Yuvaraja JSSV edilar mening xostlar ichida Maysor ichida 1935-yil ega bo'lish ikkalasi ham yaqinda vafot etdi. The o'g'il ning ... Yuvaraja, hozirgi Maharaja tashabbuskor hukmdor bo'lib, Mysore sanoatiga yirik samolyot zavodini
.qo'shdi

41-3 : Olti jildlar yoqilgan *Qadimgi Hindiston* (Kalkutta, 1879).

Ikkalasi ham Aleksandr na har qanday ning uning generallar har doim kesib o'tgan ... Gang daryosi. Topish :41-5 qat'iy qarshilik ichida shimoli-g'arbiy, ... Makedoniyalik armiya rad etdi ga kirib borish uzoqroq; Aleksandr edi majburan .ga ketish Hindiston va izlash uning Forsdagi fathlari

41-5 : Kimdan bu savol biz may taxmin qilish bu ... "O'g'il ning Zevs" bor edi bir vaqti-vaqti bilan shubha bu u bor edi allaqachon mukammallikka erishdi .

41-6 : Hammasi Yunoncha kuzatuvchilar izoh yoqilgan ... yetishmovchilik ning qullik ichida Hindiston, a xususiyat da to'liq dispersiya bilan ... tuzilish Yunoniston jamiyatining.

41-7 : *Ijodiy Hindiston* tomonidan Professor Benoy Kumar Sarkar beradi a keng qamrovli rasm ning Hindistonning qadimgi va zamonaviy

yutuqlar va o'ziga xos qadriyatlar ichida iqtisodiyot, siyosiy ilm-fan, adabiyot, san'at, va ijtimoiy falsafa. (Lahor: Motilal Banarsi Dass, Publishers, 1937, 714 pp., \$5.00.)

Boshqa tavsiya etilgan ovoz balandligi bu *hind Madaniyat Orqali The Asrlar*, tomonidan S. V. Venateshvara (Yangi York: .Longmans, Yashil va Kompaniyasi, \$5.00)

41-8 : Manu bu ... universal qonun chiqaruvchi; emas yolg'iz uchun Hindu jamiyat, lekin uchun ... dunyo. Hammasi tizimlar ning dono ijtimoiy qoidalar va hatto adolat bor naqshli keyin Manu. Nitsshe bor pullik ... ergashish hurmat: "Men bilish ning yo'q kitob ichida qaysi shunday ko'plab nozik va mehribonlik bilan narsalar bor dedi ga ayol sifatida ichida ... *Qonun kitobi Ning Manu* ; ular eski kulrang soqollilar va avliyolar ega bo'lish a ayollarga nisbatan jasoratli bo'lishning, ehtimol, engib bo'lmaydigan uslubi... beqiyos intellektual va yuksak asar... olijanob qadriyatlarga to'la, u mukammallik hissi, hayotga "ha" degan so'z va o'ziga va hayotga nisbatan farovonlikning g'alabali tuyg'usi bilan to'la; quyosh butun kitobga nur sochadi.

41-9 : "Inklyuzivlik ichida bitta ning bular to'rtta kastalar dastlab bog'liq emas yoqilgan a erkakning tug'ilish lekin yoqilgan uning tabiiy imkoniyatlar ko'rsatilganidek tomonidan ... maqsad ichida hayot u saylangan ga erishish", bir maqola ichida *Sharq-G'arb* uchun Yanvar, 1935-yil, aytib beradi bizni. "Bu gol bo'lishi mumkin bo'lish (1) *kama* , istak, faoliyat ning ... hayot ning ... sezgilar (*Sudra* sahna), (2) *artha* , foyda, qoniqarli lekin nazorat qiluvchi istaklar (*Vaisya* bosqichi), (3) *dharma* , o'zini o'zi tarbiyalash, mas'uliyat va to'g'ri harakatlarga to'la hayot (*Kshatriya* bosqichi), (4) *moksha* , ozodlik, ... hayot ning ma'naviyat va diniy o'qitish (*Brahman* sahna). Bular to'rtta kastalar render xizmat insoniyatga (1) tana, (2) ong, (3) iroda kuchi, (4) ruh orqali.

tabiat, *tamas* , *rajas* va *sattvaning* abadiy *gunalari* yoki *sifatlarida* o'zaro bog'liqlikka ega : to'siq, faoliyat, va kengaytirish; yoki, massa, energiya, va aql. The to'rtta tabiiy kastalar bor belgilangan tomonidan ... *gunas* as (1) *tamas* (johillik), (2) *tamas- rajas* (aralashma ning johillik va faoliyat), (3) *rajas-sattva* (aralashma ning o'ng faoliyat va ma'rifat), (4) *sattva* (ma'rifat). Shunday qilib bor tabiat belgilangan har bir erkak bilan uning kasta, tomonidan ... o'zida bitta *gunaning* ustunligi yoki ikkitasining aralashmasi . Albatta, har bir insonda har xil nisbatda uchta *gunaning barchasi* .
.*navjud* . Guru erkakning kastasini yoki evolyutsion maqomini to'g'ri aniqlay oladi

Kimga a aniq darajada, hammasi poygalar va millatlar kuzatish ichida amaliyot, agar emas ichida nazariya, ..."
Xususiyatlari ning kasta. Qayerda U yerda bu ajoyib litsenziya yoki deb atalmish ozodlik, ayniqsa ichida aralash nikoh orasida ekstremal holatlar ichida ... tabiiy kastalar, ... irq kamayadi yo'q bo'lib ketadi va yo'q bo'lib ketadi. *Purana Samhita* bunday birlashmalarning avlodlarini o'z turini ko'paytira olmaydigan xachir kabi bepust duragaylarga qiyoslaydi. Sun'iy turlar oxir-oqibat yo'q qilinadi. Tarix ko'plab dalillarni taqdim etadi. ning ko'p sonli ajoyib poygalar qaysi yo'q uzoqroq ega bo'lish har qanday yashash vakillari. The kasta tizim ning Hindiston bu kreditlangan u tomonidan eng chuqur mutafakkirlar bilan bo'lish ... chek yoki profilaktika qarshi litsenziya qaysi bor saqlanib qolgan ... poklik ning ...
".irqni ming yillik o'zgarishlardan xavfsiz olib chiqdi, boshqa irqqlar esa unutilib yo'q bo'lib ketdi

41-10 : Uning to'liq unvoni Shri Sadasivendra Sarasvati Svami edi. Rasmiy Shankara chizig'idagi mashhur vorisi, Jagadguru Shri Shankaracharya ning Sringeri Matematika, yozgan bir ilhomlantiruvchi *Qasida* bag'ishlangan ga Sadasiva. *Sharq-G'arb* uchun Iyul, 1942-yilda Sadasivaning hayoti haqida maqola chop etildi.

"Guruji, bugun ertalab sizni yolg'iz ko'rganimdan xursandman." Men Serampore qabristoniga meva va atirgullarning xushbo'y yukini ko'tarib kelgan edim. Shri Yuktesvar menga muloyimlik bilan qaradi.

"Nima bu sizning savol?" Usta qaradi haqida ... xona sifatida garchi u edilar izlash gochish.

"Guruji, men sizning oldingizga o'rta maktab o'quvchisi sifatida kelgan edim; endi men katta odamman, hatto oq sochlarim bo'lsa ham..." ikki. Garchi siz menga birinchi soatdan shu kungacha jimgina mehr ko'rsatgan bo'lsangiz ham, buni tushunyapsizmi? bir marta faqat, yoqilgan ... kun ning uchrashuv, ega bo'lish siz har doim dedi, Men sevgi sizmi?" Men qaradi da uni yolvorib.

Ustoz nigohini tushirdi. "Yogananda, so'zsiz qalb tomonidan eng yaxshi himoyalangan iliq tuyg'ularni sovuq nutq olamiga chiqarishim kerakmi?"

"Guruji, Men bilish siz sevgi men, lekin mening o'lik quloqlar og'riq ga eshitish siz aytmoq shunday."

"Xohlagingizdek bo'lsin. Oilaviy hayotim davomida men ko'pincha o'g'il ko'rishni orzu qilardim, u yogika yo'lida mashq qilardi. Lekin siz mening hayotimga kirganingizda, men mamnun edim; sizda o'g'limni topdim." Ikkita tiniq ko'z yoshlar. Shri Yuktesvarning ko'zlarida turardi. "Yogananda, men seni doim sevaman."

"Sizning javobingiz mening jannatga yo'llanmam." Yuragimdan og'irlik ko'tarilganini his qildim, uning so'zlaridan abadiy yo'q bo'lib ketdim. Ko'pincha uning sukut saqlashiga hayron bo'lardim. Uning hissiyotsiz va o'zini tuta olmasligini anglab yetdim... o'z ichiga olgan bo'lsam ham, ba'zida uni to'liq qondira olmaganimdan qo'rqardim. Uning tabiati g'alati edi, hech qachon to'liq tanib bo'lmaydigan edi; tashqi dunyo uchun tushunarsiz, chuqur va sokin tabiat, uning qadriyatlari u allaqachon oshib ketgan edi.

Bir necha kundan keyin, Kalkuttadagi Albert Xollda katta auditoriya oldida nutq so'zlaganimda, Shri Yuktesvar Santoshlik Maharaja va Kalkutta meri bilan yonimda platformada o'tirishga rozi bo'ldi. Ustoz menga hech qanday izoh bermagan bo'lsada, men nutqim davomida vaqti-vaqti bilan unga qarab qo'ydim va uning ko'zlarida yoqimli chaqnashni sezdim deb o'yladim.

Keyin Serampore kolleji bitiruvchilari oldida nutq so'zlandi. Men eski sinfdoshlarimga va ular o'zlarining "Telba rohib"lariga tikilib turganlarida, quvonch ko'z yoshlari uyalmasdan paydo bo'ldi. Mening kumush tilli falsafa professorim doktor Ghoshal meni kutib olish uchun oldinga chiqdi, o'tmishdagi barcha tushunmovchiliklarimiz alkimyogar Vaqt tomonidan yo'q qilindi.

Dekabr oyi oxirida Serampore ziyoratgohida Qishki Quyosh To'xtash Bayrami nishonlandi. Har doimgidek, Shri Yuktesvarning shogirdlari uzoq va yaqindan to'planishdi. Ibodat *sankirtalari*, Kristo-daning nektar-shirin ovozida yakkaxon ijrolar, yosh shogirdlar tomonidan taqdim etilgan ziyofat, ashramning gavjum hovlisida yulduzlar ostida ustozning chuqur ta'sirli nutqi - xotiralar, xotiralar! Uzoq

o'tmishdagi quvonchli bayramlar! Biroq, bugun kechqurun yangi mavzu bo'lishi kerak edi.

"Yogananda, iltimos, yig'ilganlarga ingliz tilida murojaat qiling." Ustozning ko'zlari chaqnab ketdi, u bu ikki barobar g'ayrioddiy iltimosni bildirdi; u mening ingliz tilidagi birinchi ma'ruzamdand oldin bo'lgan kemaadagi vaziyat haqida o'ylayaptimi? Men bu voqeani birodar shogirdlarimga aytib berdim va guruimizga samimiy hurmat bajo keltirdim.

"Uning hamma joyda yo'l-yo'riq ko'rsatib turishi men bilan yolg'iz okean paroxodida emas, balki Amerikaning ulkan va mehmondo'st yerida o'n besh yil davomida har kuni bo'ldi", deb xulosa qildim men.

Mehmonlar ketganidan so'ng, Shri Yuktesvar meni o'sha yotoqxonaga chaqirdi - faqat bir marta, yoshligimdagi festivaldan so'ng - menga uning yog'och karavotida uxlashga ruxsat berilgan edi. Bugun kechqurun mening ustozim u yerda jimgina o'tirar, oyoqlari ostida yarim doira shaklida shogirdlar turardi. Men tezda xonaga kirganimda u jilmayib qo'ydi.

"Yogananda, hozir Kalkuttaga ketyapsizmi? Iltimos, ertaga bu yerga qaytib keling. Sizga aytadigan ba'zi gaplarim bor."

Ertasi kuni tushdan keyin, bir nechta oddiy duo so'zlari bilan Shri Yuktesvar menga *Paramhansa monastirining qo'shimcha unvonini berdi* . **42-1**

swami unvoningizni almashtiradi ", dedi u men uning oldida tiz cho'kkanimda. Jimgina kulgi bilan men amerikalik talabalarim *Paramhansaji* so'zining talaffuzi ustidan duch keladigan kurash haqida o'yladim . **42-2**

"Mening yer yuzidagi vazifam endi tugadi; siz davom ettirishingiz kerak." Ustoz xotirjam va muloyim ko'zlari bilan gapirdi. Yuragim qo'rquvdan ura boshladi.

"Iltimos, Puridagi ashramimizni boshqarish uchun kimdirni yuboring", deb davom etdi Shri Yuktesvar. "Men hamma narsani sizning qo'lingizga topshiraman. Siz o'z hayotingiz va tashkilotingiz qayig'ini ilohiy qirg'oqlarga muvaffaqiyatli suzib bora olasiz."

Ichkarida ko'z yoshlar, Men edi quchoqlash uning oyoqlar; u atirgul va muborak bo'lgan meni mehr bilan.

Ertasi kuni men Ranchidan Svami Sebananda ismli shogirdni chaqirib, uni Puri shahriga ruhoniyluk vazifalarini bajarish uchun yubordim. **42-3** Keyinchalik ustozim men bilan uning mulkini tartibga solishning huquqiy tafsilotlarini muhokama qildi; u vafotidan keyin qarindoshlari tomonidan uning ikkita merosxo'rliqi va boshqa mulklariga egalik qilish uchun sudga tortilishining oldini olishga intildi, chunki ular faqat o'zi tomonidan tasdiqlanishini istadi. xayriya maqsadlari uchun.

"Yaqinda Masterning Kidderporega tashrif buyurishi uchun kelishuvlar tuzildi, **42-4** "lekin u borolmadi." Bir kuni tushdan keyin birodar shogird Amulaya Babu menga shunday dedi; Men sovuq bir oldindan sezgi to'lqinini his qildim. Mening shoshilinch savollarimga Shri Yuktesvar faqat: "Men endi Kidderporega bormayman", deb javob berdi. Bir zum Ustoz qo'rqib ketgan bola kabi titradi.

("Jismoniy yashash joyiga bog'liqlik, o'z tabiatidan kelib chiqadi [ya'ni, qadimgi ildizlardan, o'limning o'tmishdagi tajribalaridan kelib chiqadi]", deb yozgan Patanjali, **42-5** "hatto buyuk avliyolarda ham ozgina miqdorda mavjud." O'lim haqidagi ba'zi nutqlarida mening ustozim qo'shimcha qilardi: "Xuddi uzun qafasdagi

qush eshik ochilganda o'zining odatiy uyini tark etishga ikkilanganidek.")

"Guruji", Men iltijo qilingan uni bilan a yig'lash, "qilmang aytmoq bu! Hech qachon mutlaqo ular so'zlar ga men!"

Shri Yuktesvarning yuzi xotirjam tabassum bilan yumshatildi. Sakson bir yoshga yaqinlashayotgan bo'lsa-da, u sog'lom va kuchli ko'rinardi.

Ustozimning sevgisi quyoshida kun sayin cho'milib, aytilmagan, ammo o'tkir his-tuyg'ular bilan, uning yaqinlashib kelayotgan o'limi haqidagi turli xil ishoralarini ongimdan chiqarib tashladim.

"Janob, *Kumbha Mela* bu oy Allohobodda yig'iladi." Men ustaga *mela* xurmolarini ko'rsatdim Bengalcha almanax. **42-6**

"Qil siz haqiqatan ham istash ga keting?"

Shri Yuktesvarning meni undan ketishimni istamasligini sezmay, davom etdim: "Bir marta siz Babajining muborak manzarasini Allohobod kumbxasida ko'rgansiz . Balki bu safar men uni ko'rish baxtiga muyassar bo'larman."

"Menimcha, siz u yerda uni uchratmaysiz." Keyin ustozim rejalarimga xalaqit berishni istamay, jim bo'lib qoldi.

Ertasi kuni kichik bir guruh bilan Allohobodga yo'l olganimda, ustoz odatdagidek jimgina menga baraka berdi. Aftidan, men Shri Yuktesvarning munosabatidagi oqibatlarga befarq edim, chunki Xudo meni o'z ustozimning o'limiga guvoh bo'lishga majbur bo'lish tajribasidan qutqarmoqchi edi. Hayotimda har doim shunday bo'lganki, men uchun aziz bo'lganlarning o'limida Xudo meni voqea joyidan uzoqroq tutishni rahm-shafqat bilan tashkil qilgan. **42-7**

Bizning guruhimiz 1936-yil 23-yanvarda *Kumbha Melaga yetib keldi. Deyarli ikki kishilik olomon to'lqinlanib kelayotgan edi.* Millionlab odamlar ta'sirli, hatto hayratlanarli manzara edi. Hind xalqining o'ziga xos dahosi hatto eng oddiy dehqonlarda ham Ruhning qadriga va folbinlik langarini izlash uchun dunyoviy aloqalardan voz kechgan rohiblar va sadhularga bo'lgan ehtiromdir. Yolg'onchilar va ikkiyuzlamachilar haqiqatan ham bor, lekin Hindiston butun yerni ilohiy ne'matlar bilan yoritadigan ozchilik uchun hamma narsani hurmat qiladi. Bu ulkan manzarani tomosha qilayotgan g'arbliklar yerning pulsini, Hindistonning vaqt zarbalaridan oldin so'nmas hayotiyiligini his qilish uchun noyob imkoniyatga ega bo'lishdi.



The ayol yogi, Shankari May Jiew, faqat yashash shogird ning ... ajoyib Trailanga Svami.

Uning yonida o'tirgan sallali qiyofa - Bihardagi o'g'il bolalar uchun Ranchi yoga maktabimiz direktori Swami Benoyananda. Surat 1938-yilda Hardwar *Kumbha Melada olingan* ; avliyo ayol o'sha paytda 112 yoshda edi.



Krishnananda, da ... 1936-yil Allohobod *Kumbha Mela* , bilan uning qo'lqoplangan vegetarian sher urg'ochi.



Shri Yuktesvarning Serampore ibodatxonasining ikkinchi qavatidagi ovqatlanish ayvoni. Men (o'rtada) gurumning oyoqlari ostida o'tiribman.

Birinchi kunni guruhimiz tikilib o'tkazdi. Bu yerda son-sanoqsiz cho'miluvchilar gunohlaridan xalos bo'lish uchun muqaddas daryoda cho'milib yurishardi; u yerda

biz tantanali ibodat marosimlarini ko'rdik; u yerda avliyolarning chang bosgan oyoqlari ostiga sachragan ibodat qurbonliklari; boshimizni burishimiz va fillar, sekin yurgan otlar va Rajputana tuyalari yoki g'alati diniy parad bor edi.

yalang'och sadhus, qo'l silkitish tayoqchalar ning oltin va kumush, yoki bayroqlar va strimerlar ning ipakdek baxmal.

Faqat belbog' kiygan langarchilar jimgina kichik guruhlarda o'tirishardi, tanalari issiq va sovuqdan himoya qiluvchi kul bilan bulg'angan edi. Ma'naviy ko'z ularning peshonalarida sandal yog'ochi pastasining bitta dog'i bilan yorqin ifodalangan edi. Minglab odamlar soqol olgan, boshlari qirqilgan svamilar, oxra kiyim kiygan, bambuk tayoqchalari va tilanchilik kosalarini ko'tarib paydo bo'lishdi. Ularning yuzlari nur sochardi. ... voz kechish tinchlik sifatida ular yurdi haqida yoki ushlab turilgan falsafiy muhokamalar bilan shogirdlar.

U yer-bu yerda daraxtlar ostida, ulkan yonayotgan yog'och uyumlari atrofida **42-8 yoshli go'zal sadhular bor edi.** Sochlari o'rilgan va boshlarining ustiga o'ralgan edi. Ba'zilarining uzunligi bir necha fut bo'lgan soqollari bor edi, ular jingalak va tugun bilan bog'langan edi. Ular jimgina meditatsiya qilishdi yoki qo'llarini duo qilish uchun cho'zishdi. o'tib ketayotgan tilanchilar olomon, fil mingan maharajalar, bilaguzuklari va to'piqlari jiringlayotgan rang-barang *sari kiygan ayollar*, qo'llari g'azab bilan ko'tarilgan ingichka *fakirlar*, *meditatsiya tirsaklari tayanchlarini ko'targan brahmacharilar*, tantanaliligi ichki baxtni yashirgan kamtarin donishmandlar. Shovqin-surondan balandda biz ma'bad qo'ng'iroqlarining tinimsiz chaqiriqlarini eshitdik.

mela kunimizda hamrohlarim bilan turli ashramlar va vaqtinchalik kulbalarga kirib, avliyo shaxslarga *pronamlar taqdim etdik*. Biz Swami ordenining *Giri bo'limi* rahbarining - ozg'in, asketik, ko'zlari jilmayib turgan rohibning duosini oldik. Keyingi tashrifimiz bizni gurusi so'nggi to'qqiz yil davomida sukut saqlash qasamyodiga va qat'iy mevali parhezga rioya qilgan ziyoratgohga olib bordi. Ashram zalidagi markaziy minbarda shastralarda chuqur bilim olgan va barcha mazhablar tomonidan juda hurmatga sazovor bo'lgan ko'r sadhu Pragla Chakshu o'tirardi.

Vedanta haqida hind tilida qisqacha nutq so'zlaganimdan so'ng, guruhimiz tinch ibodatxonadan chiqib, yaqin atrofdagi svami, Krishnananda, pushti yuzlari va ta'sirchan yelkalari bor kelishgan rohibni kutib oldi. Uning yonida qo'pol sher urg'ochi yotardi. Rohibning ma'naviy jozibasiga - ishonchim komilki, uning kuchli tanasiga emas! - ishonib topshirilgan jungli hayvon barcha go'shtlardan voz kechib, guruch va sutni iste'mol qiladi. Svami to'q jigarrang sochli hayvonga chuqur, jozibali g'uvullagan ovozda " *Aum* " *deyishni o'rgatgan - mushuk ixlosmandi!*

Keyingi uchrashuvimiz, bilimdon yosh sadhu bilan bo'lgan suhbatimiz, janob Raytning yorqin sayohat kundaligida yaxshi tasvirlangan.

"Biz Fordda juda past Ganges daryosidan g'ichirlayotgan ponton ko'prigida o'tib, ilonday olomon orasidan va tor, egri-bugri yo'laklardan o'tib, Yoganandaji menga Babaji va Shri Yuktesvarjining uchrashuv joyi sifatida ko'rsatgan daryo bo'yidagi

joydan o'tib ketdik."

Biroz vaqt o'tgach, mashinadan tushib, biz sadhularning gulxanlarining quyuqlashib borayotgan tutuni orasidan va silliq qumlar ustidan bir oz yurib, kichkina, juda oddiy loy va somon kulbalariga yetib keldik. Biz bu ahamiyatsiz vaqtinchalik uylardan birining oldida to'xtadik, uning eshigi ochilmagan, mitti, o'zining ajoyib aql-zakovati bilan mashhur bo'lgan yosh sayohatchi sadhu Kara Patrining boshpanasi edi. U yerda u oyoqlarini somon uyumida chalishtirib o'tirar edi, uning yagona yopinchig'i - va tasodifan uning yagona buyumi - yelkasiga o'ralgan oxra mato edi.

"Biz kulbaga to'rt oyoqlab kirib, bu ma'rifatli qalbning oyoqlari ostida *ism qo'yganimizdan so'ng, kirish eshigidagi kerosin fonar g'alati miltillaganida, haqiqatan ham ilohiy chehra bizga tabassum qildi.*"

Somon devorlarda raqsga tushayotgan soyalar. Uning yuzi, ayniqsa ko'zlari va mukammal tishlari porlab, yaltiroq edi. Hindcha so'zlardan hayratda qolgan bo'lsam ham, uning ifodalari juda ochiq edi; u g'ayrat, sevgi va ma'naviy shon-sharafga to'la edi. Uning buyukligi borasida hech kimni adashtirib bo'lmaydi.

"Moddiy dunyoga bog'lanmagan, kiyim-kechak muammosidan xoli, ovqatga ishtiyoqsiz, hech qachon tilanchilik qilmaydigan, boshqa kunlardan tashqari pishirilgan ovqatga tegmaydigan, hech qachon... odamning baxtli hayotini tasavvur qiling." tilanchilik kosasini ko'tarib yurish; barcha pul bilan bog'liq muammolardan xoli bo'lish, hech qachon pul bilan ishlamaslik, hech qachon narsalarni saqlamaslik, doimo Xudoga ishonish; transport tashvishlaridan xoli bo'lish, hech qachon transportda yurmaslik, balki doimo muqaddas daryolar bo'yida yurish; bog'lanishning oldini olish uchun bir joyda bir haftadan ortiq qolmaslik.

*Vedalar*ni g'ayrioddiy tarzda o'rgangan, Benares universitetining magistr darajasiga va *shastri* (muqaddas yozuvlar ustasi) unvoniga ega. Uning oyoqlari ostiga o'tirganimda, meni ulug'vor bir tuyg'u qamrab oldi; bularning barchasi haqiqiy, qadimgi Hindistonni ko'rish istagimga javob bo'lib tuyuldi, chunki u bu ma'naviy gigantlar yurtining haqiqiy vakili."

Men Kara Patrigan uning sarson-sargardon hayoti haqida so'radim. "Qish uchun qo'shimcha kiyimlaringiz yo'qmi?" "Yo'q, bu yetarli."

"Qil siz olib yurish har qanday kitoblarmi?"

"Yo'q, men meni eshitishni istagan odamlarga yoddan

o'rgataman." "Yana nima qilasiz?"

"Men sayr qilish tomonidan ... Gang daryosi.

Bu jimgina so'zlarni eshitib, uning hayotining soddaligiga bo'lgan intilish meni qamrab oldi. Men Amerikani va yelkamdagi barcha mas'uliyatni esladim.

"Yo'q, Yogananda," deb o'yladim bir zum xafa bo'lib, "bu hayotda Gang daryosi bo'yida sayr qilish sen uchun emas."

Sadhu menga o'zining ruhiy tushunchalari haqida bir nechta so'zlab

berganidan so'ng, men to'satdan savol berdim: "Siz bu ta'riflarni Muqaddas

Kitobdan yoki ichki tajribadan kelib chiqib aytyapsizmi?"

"Yarim dan kitob o'rganish", u javob berdi bilan a sodda tabassum, "va yarim dan tajriba."

Biz bir oz mulohazakor sukutda baxtli o'tirdik. Uning muqaddas huzuridan chiqqanimizdan so'ng, men janob Raytga: "U oltin somon taxtida o'tirgan shoh", dedim.

O'sha oqshom biz yulduzlar ostidagi *mela* maydonchasida, tayoqchalar bilan bir-biriga mixlangan barg likopchalaridan ovqatlandik. Hindistonda idish yuvish minimal darajaga tushirilgan!

Yana ikki kun ajoyib *kumbhada* ; keyin Jumna qirg'oqlari bo'ylab shimoli-g'arbga, Agraga. Yana bir bor Toj Mahalga qaradim; xotiramga Jitendra yonimda turardi, marmardan yasalgan tushdan hayratda edi. Keyin Swami Keshabanandaning Brindaban ashramiga yo'l oldim.

Keshabanandani izlashdan maqsadim shu kitob bilan bog'liq edi. Men Shri Yuktesvarning Lahiri Mahasayaning hayotini yozish haqidagi iltimosini hech qachon unutmagan edim. Hindistonda bo'lgan vaqtim davomida Yogavatarning bevosita shogirdlari va qarindoshlari bilan bog'lanish uchun har bir imkoniyatdan foydalanardim. Ularning suhbatlarini katta hajmli yozuvlarga yozib oldim, faktlar va sanalarni tekshirdim, fotosuratlar, eski xatlar va hujjatlarni to'pladim. Mening Lahiri Mahasaya portfelim to'la boshladi; oldinda mualliflikdagi mashaqqatli mehnatlar borligini umidsizlik bilan angladim. Men ulkan guruning tarjimai holi sifatidagi rolinga teng bo'lishim uchun ibodat qildim. Uning bir nechta shogirdlari yozma bayonotda ustozlari kamsitilishiga yoki noto'g'ri talqin qilinishiga qo'rqishdi.

"Ilohiy mujassamlanish hayotiga sovuq so'zlar bilan adolatli baho berishning iloji yo'q", degan edi menga Panchanon Bhattacharya bir marta.

Boshqa yaqin shogirdlar ham Yogavatarni o'lmas ustoz sifatida qalblarida yashirishdan mamnun edilar. Shunga qaramay, Lahiri Mahasayaning uning tarjimai holi haqidagi bashoratini yodda tutgan holda, men uning tashqi hayoti haqidagi faktlarni tasdiqlash va isbotlash uchun hech qanday kuch sarflamadim.

Svami Keshabananda Brindaban shahrida bizni go'zal bog'da joylashgan ulkan qora ustunlarga ega ulkan g'ishtli bino bo'lgan Katayani Peith Ashramida iliq kutib oldi. U bizni shu yerga boshlab bordi. bir marta Lahiri Mahasayaning kattalashtirilgan rasmi bilan bezatilgan mehmonxonaga kirdi. to'qson yoshga yaqinlashayotgan edi, ammo uning mushakdor tanasi kuch va sog'liqni sochardi. Uzun sochlari, qordek oppoq soqoli, quvonchdan chaqnaib turgan ko'zlari bilan u haqiqiy patriarxal timsoli edi. Men unga Hindiston ustalari haqidagi kitobimda uning ismini tilga olmoqchi ekanligimni aytdim.

"Iltimos, menga avvalgi hayotingiz haqida gapirib bering." Men yolvorib jilmaydim; buyuk yogilar ko'pincha muloqot qilishni yoqtirmaydilar.

Keshabananda kamtarlik imo-ishorasini qildi. "Tashqi lahzalar deyarli yo'q. Deyarli butun hayotim Himolayning yolg'izliklarida o'tdi, bir sokin g'ordan ikkinchisiga piyoda sayohat qildim. Bir muddat men Hardwar tashqarisida, har tomondan baland daraxtlar bilan o'ralgan kichik bir ashramni boqdim. Bu yerda kobralar ko'pligi sababli sayohatchilar kam tashrif buyuradigan tinch joy edi." Keshabananda kulib yubordi. "Keyinchalik Ganges toshqini monastirni ham, kobralarni ham yuvib ketdi. Keyin shogirdlarim menga bu Brindaban ashramini qurishda yordam berishdi."

Guruhimizdan biri svamidan Himolay yo'lbarslaridan o'zini qanday himoya qilganini so'radi. **42- 9**

Keshabananda bosh chayqadi. "Bu yuksak ma'naviy balandliklarda", dedi u, "yovvoyi hayvonlar kamdan-kam hollarda yogilarga tajovuz qilishadi. Bir marta o'rmonda yo'lbars bilan yuzma-yuz uchrashdim. To'satdan eyakulyatsiyam paytida hayvon toshga aylangandek o'zgarib ketdi." Svami yana xotiralariga kulib qo'ydi.

"Ba'zan Men chapga mening yolg'izlik ga tashrif mening guru ichida Benares. U ishlatilgan ga hazil bilan meni ustidan mening

tinimsiz sayohatlar ichida ... Himoloy cho'l.

"Oyog'ingda sayohatga ishtiyoq izi bor", dedi u menga bir marta. "Muqaddas Himolay tog'lari seni o'ziga jalb qiladigan darajada kengligidan xursandman."

"Ko'p marta," davom etdi Keshabananda, "Lahiri Mahasaya vafotidan oldin ham, keyin ham mening oldimda jismonan paydo bo'lgan. Uning uchun Himoloy cho'qqilariga erishib bo'lmaydi!"

Ikki soatdan keyin u bizni ovqatlanish xonasiga olib kirdi. Men jimgina dahshat bilan xo'rsinib qo'ydim. Yana o'n besh taomli taom! Bir yildan kamroq vaqt ichida hind mehmondo'stligida qatnashdim va ellik funtga semirib ketdim! Shunga qaramay, mening sharafiga bag'ishlangan cheksiz ziyofatlar uchun puxta tayyorlangan taomlardan birini rad etish qo'pollikning eng yuqori cho'qqisi deb hisoblanardi. Hindistonda (afsuski, boshqa hech qayerda!) yaxshi qoplangan svami yoqimli manzara hisoblanadi. **42-10**



Janob Rayt, o'zim, Miss Bletch -- ichida Misr



Rabindranat Tagore, ilhomlangan shoir ning Bengal, va Nobel Mukofot sohibi
ichida adabiyot



Janob Rayt va men Brindabandagi ulug'vor ibodatxonada hurmatli Svami
Keshabananda va shogird bilan suratga
tushmoqdamiz.

Keyin kechki ovqat, Keshabananda LED meni ga a tanho burchak.

"Sizning kelish bu emas kutilmagan," u dedi. "Men ega

bo'lish a xabar uchun "Sen." Men hayron bo'ldim;

Keshabanandaga tashrif buyurish rejam haqida hech kim

bilmagan edi.

— O'tgan yili Himolay tog'larining shimoliy qismida, Badrinarayan yaqinida kezib yurganimda, — davom etdi svami, — men yo'limni yo'qotib qo'ydim. Keng g'orda boshpana paydo bo'ldi, u bo'sh edi, garchi toshloq poldagi teshikda olov cho'g'lari yonib tursa ham. Bu yolg'iz boshpanada yashovchi odam haqida o'ylab, men olov yonida o'tirdim, nigohim g'orning quyosh nuri tushgan kirish qismiga qadalgan edi.

"Keshabananda, bu yerda ekanligingizdan xursandman'. Bu so'zlar orqamdan eshitildi. Men o'girilib, hayratda qoldim va Babajini ko'rib hayratda qoldim! Buyuk guru g'orning tubida paydo bo'lgan edi. Uni ko'p yillardan keyin yana ko'rib xursand bo'lib, uning muqaddas oyoqlariga sajda qildim.

— Men seni bu yerga chaqirdim, — davom etdi Babaji. — Shuning uchun ham yo'lingni yo'qotib qo'yding va meni bu g'ordagi vaqtinchalik maskanimga olib borishdi. Oxirgi

uchrashuvimizdan beri ancha vaqt o'tdi; seni yana bir bor kutib olishdan mamnunman.

"O'lmas ustoz menga ma'naviy yordam so'zlari bilan duo qildi va keyin qo'shimcha qildi: "Men sizga Yogananda uchun xabar aytaman. U Hindistonga qaytib kelganida sizga tashrif buyuradi. Uning gurusi va Lahirining omon qolgan shogirdlari bilan bog'liq ko'plab ishlar Yoganandani butunlay band qiladi. Unda unga aytingki, men uni bu safar ko'rmayman, chunki u intiqlik bilan umid qilmoqda; lekin men uni boshqa safar ko'raman."

Men edi chuqur tegdi ga qabul qilish dan Keshabananda's lablar bu tasalli beruvchi va'da dan Babaji. A

Yuragimdagi ba'zi og'riqlar yo'qoldi; Shri Yuktesvar ishora qilganidek, Babaji *Kumbha Melada ko'rinmaganidan endi xafa bo'lmadim.*

Xarajatlar bitta kecha sifatida mehmonlar ning ... ashram, bizning ziyofat to'plam tashqarida ... ergashish tushdan keyin Kalkutta uchun. Jumna daryosi ko'prigi ustidan o'tib ketayotganimizda, biz Brindaban osmonining ajoyib manzarasidan bahramand bo'ldik, xuddi quyosh osmonga olov yoqib yuborgan paytda - pastda sokin suvlarda aks etgan Vulkan rangidagi haqiqiy pechka.

Jumna plyaji bola Shri Krishnaning xotiralari bilan muqaddaslangan. Bu yerda u bilan suhbatlashdi *gopilar (xizmatkorlar)* bilan o'ynaydigan *lilalaridagi (o'yinlaridagi)* begunoh shirinlik , bu esa ilohiy sevgini aks ettiradi. qaysi har doim mavjud orasida a ilohiy mujassamlanish va uning dindorlar. The hayot ning Lord Krishna ko'plab G'arb sharhlovchilari tomonidan noto'g'ri tushunilgan. Muqaddas Kitobdagi allegoriya so'zma-so'z ong uchun hayratlanarli. Tarjimonning kulgili xatosi bu fikrni yorqinroq ko'rsatadi. Hikoya o'rta asr avliyosi, poyabzalchi Ravidas haqida bo'lib, u butun insoniyatda yashiringan ma'naviy shon-sharafni o'z kasbining sodda so'zlari bilan kuylagan:

ostida ... ulkan ombor ning ko'k
Hayotlar ... ilohiylik kiyingan ichida yashirinmoq.

G'arb yozuvchisi Ravidas she'riga bergan piyodalarcha talqinini eshitib, tabassumni yashirish uchun chetga o'girilib qaraydi:

"Keyinchalik u kulba qurdi, ichiga teridan yasagan butni o'rnatdi va o'zini unga sig'inishga bag'ishladi."

Ravidas buyuk Kabirning shogirdi edi. Ravidasning yuksak chelalaridan biri Chitorlik Rani edi. U ustoz sharafiga uyushtirilgan ziyofatga ko'plab brahmanlarni taklif qildi, ammo ular oddiy poyabzalchi bilan ovqatlanishdan bosh tortdilar. Ular o'z taomlarini yeyish uchun hurmat bilan chetga o'tirishdi. ifloslanmagan taom, mana! har bir Brahman o'z yonida Ravidas qiyofasini topdi. Bu ommaviy tasavvur Chitorda keng tarqalgan ma'naviy tiklanishni amalga oshirdi.

Bir necha kundan keyin bizning kichik guruhimiz Kalkuttaga yetib keldi. Shri Yuktesvarni ko'rishni juda istab, uning Seramporeni tark etib, endi janubda uch yuz mil uzoqlikdagi Puri shahrida ekanligini eshitib, hafsalam pir bo'ldi.

"Darhol Puri ashramiga keling." Ushbu telegramma 8-mart kuni Atul Chandraning birodar shogirdi tomonidan yuborilgan. Roy Chowdhri, bitta ning Magistr chelas

ichida Kalkutta. Yangiliklar ning ... xabar yetdi quloqlarim; azob chekkan da uning oqibatlari, Men tushirildi ga mening tizzalar va yolvorib so'ralgan Xudo bu mening guruning hayot saqlanib qolsin. Otamning uyidan poyezdga chiqmoqchi bo'lganimda, ichkaridan ilohiy ovoz eshitildi.

"Qil emas borish ga Puri bugun kechqurun. Sening ibodat qila olmaydi u berilgan.

— Hazrat, — dedim men qayg'uga botgan holda, — Sen men bilan Purida “arqon tortish” musobaqasida qatnashishni istamaysan, u yerda Sen mening Ustozning hayoti uchun tinimsiz ibodatlarimni rad etishingga to'g'ri keladi. Unda u Sening buyrug'ing bilan yuqori vazifalarni bajarish uchun ketishi kerakmi?

Ichki buyruqqa bo'ysunib, o'sha kecha Puri shahriga jo'nab ketmadim. Ertasi kuni kechqurun men poyezdga yo'l oldi; yo'lda, soat yettida, to'satdan osmonni qora astral bulut qopladi. **42- 11** Keyinroq, poyezd Puri tomon g'uvullab ketayotganida, oldimda Shri Yuktesvarning vahiysi paydo bo'ldi. U juda jiddiy yuzli, ikki tomonida chiroq yonib turgan holda o'tirar edi.

"Hammasi tugadimi?" Men yolvorib

qo'llarimni ko'tardim. U bosh irg'adi,

keyin sekin g'oyib bo'ldi.

Ertasi kuni ertalab Puri poyezdi platformasida hali ham umidsizlikka tushib turganimda, noma'lum bir kishi menga yaqinlashdi.

"Ustozingiz ketganini eshitdingizmi?" U meni boshqa so'zsiz qoldirdi; Men uning kimligini ham, meni qaerdan topishni qanday bilganini ham hech qachon bilmagan edim.

Hayratda qolgan holda, men platforma devoriga suyanib, gurumim menga turli yo'llar bilan bu halokatli xabarni yetkazishga harakat qilayotganini angladim. Isyon bilan qaynab turgan qalbim vulqonga o'xshardi. Puri qabristoniga yetib borganimda, men qulashga yaqinlashayotgan edim. Ichki ovoz mehr bilan takrorlardi: "O'zingizni qo'lga oling. Xotirjam bo'ling."

Men ashram xonasiga kirdim, u yerda Ustozning tanasi, tasavvur qilib bo'lmaydigan darajada tirikdek, lotus holatida o'tirardi - sog'liq va go'zallik timsoli. Uning vafotidan sal oldin, mening gurum isitma bilan biroz kasal bo'lib qolgan edi, ammo u Cheksizlikka ko'tarilish kunidan oldin uning tanasi butunlay sog'ayib ketgan edi. Uning aziz qiyofasiga qanchalik tez-tez qarasam ham, uning hayoti tugaganini sezmadim. Uning terisi silliq va yumshoq edi; yuzida xotirjamlikning go'zal ifodasi bor edi. U mistik chaqiruv vaqtida ongli ravishda tanasidan voz kechgan edi.

"The Arslon ning Bengal bu ketdi! Men yig'ladi ichida a hayratda qolish.

Men tantanali marosimlarni 10-mart kuni o'tkazdim. Shri Yuktesvar **42-12 dafn qilindi**. Puri ashramining bog'ida svamilarning qadimgi marosimlari bilan. Keyinchalik uning shogirdlari uzoq va yaqindan bahorgi tengkunlik xotira marosimida o'z gurusini sharaflash uchun kelishdi. Kalkuttaning yetakchi gazetasi bo'lgan *Amrita Bazar Patrika* uning surati va quyidagi xabarni chop etdi:

o'lim *Bhandara* marosimi 21-mart kuni Puri shahrida bo'lib o'tdi. Ko'plab shogirdlar marosimlar uchun Puri shahriga kelishdi.

Bhagavad Gitaning eng buyuk tafsirchilaridan biri Svami Maharaj Benareslik Yogiraj Sri Shyama Charan Lahiri Mahasayaning buyuk shogirdi edi. Svami Maharaj Hindistondagi bir nechta Yogoda Sat-Sanga (O'zini anglash bo'yicha hamkorlik) markazlarining asoschisi bo'lgan va Svami Yogananda tomonidan G'arbga olib chiqilgan yoga harakatining buyuk ilhomi bo'lgan.

asosiy shogird. Svami Yoganandani okeanlarni kesib o'tishga va Hindiston ustalarining xabarini Amerikada tarqatishga ilhomlantirgan narsa Shri Yuktesvarjining bashoratli kuchlari va chuqur anglashi edi.

Uning *Bhagavad Gita* va boshqa muqaddas yozuvlarni talqin qilishi Shri Yuktesvarjining Sharq va G'arb falsafasini chuqur bilishidan dalolat beradi va Sharq va G'arb o'rtasidagi birlik uchun ko'z ochuvchi vosita bo'lib qolmoqda. Shri Yuktesvar Maharaj barcha diniy e'tiqodlarning birligiga ishonganligi sababli, dinda ilmiy ruhni singdirish uchun turli mazhablar va dinlar rahbarlari bilan hamkorlikda *Sadhu Sabha (Avliyolar Jamiyati) ni tashkil etdi. O'limidan so'ng u Svami Yoganandani o'zining vorisi etib Sadhu Sabha prezidenti etib tayinladi .*

Bunday buyuk insonning vafoti tufayli Hindiston bugun chindan ham qashshoqlashdi. Uning yoniga kelgan barcha baxtli bo'lsin, unda mujassam bo'lgan Hindiston madaniyati va *sadhanasining asl ruhini o'zlarida singdira olishsin.*

Men Kalkuttaga qaytdim. Muqaddas xotiralari bilan bezatilgan Serampore qabristoniga borishga hali o'zimga ishonmagan holda, Seramporedagi Shri Yuktesvarning kichik shogirdi Prafullani chaqirdim va uni Ranchi maktabiga kirishga tayyorladim.

bayramiga jo'nab ketgan tongda , — dedi menga Prafulla, — ustoz Davenportga juda ko'p e'tibor qaratdi .

"Yogananda ketdi!" deb qichqirdi u. "Yogananda ketdi!" U sirli tarzda qo'shimcha qildi: "Men unga boshqacha yo'l bilan aytishim kerak". Keyin u soatlab jim o'tirdi.

Kunlarim ma'ruzalar, darslar, suhbatlar va eski do'stlarim bilan uchrashuvlar bilan to'la edi. Bo'sh tabassum va tinimsiz faoliyat ostida, qora fikrlar oqimi ko'p yillar davomida barcha tasavvurlarim qumlari ostida cho'kib kelgan baxt daryosini ifloslantirdi.

"Bu ilohiy donishmand qayerga ketdi?" deb qichqirdim men azob

chekayotgan ruhning tubidan jimgina. Hech qanday javob bo'lmadi.

"Ustozning Kosmik Sevimli bilan birligini yakunlagani eng yaxshisi", deb ishontirdi ongim. "U o'limsizlik hukmronligida abadiy porlayapti."

"Uni endi hech qachon eski Serampor qasrida ko'rmaysan", deb afsuslandi yuragim. "Endi do'stlaringni u bilan uchrashtirishga olib kelma yoki mag'rurlik bilan: "Mana, u yerda Hindistonning *Jnanavatori o'tiribdi !*" dema."

Janob Rayt bizning guruhimiz iyun oyining boshida Bombeydan G'arbga suzib ketishi uchun choralar ko'rdi. May oyida ikki hafta davomida Kalkuttada xayrlashuv

ziyofatlari va nutqlaridan so'ng, Miss Bletch, janob Rayt va men Fordda Bombeyga jo'nadik. Yetib kelganimizda, kema ma'muriyati bizdan yo'limizni bekor qilishni so'radi, chunki Yevropada yana kerak bo'ladigan Ford uchun joy topilmadi.

"Hech qachon aql," Men dedi g'amgin holda ga Janob Rayt. "Men istash ga qaytish bir marta Ko'proq ga Puri." Men jimgina

qo'shildi, "Qo'yib yuboring mening ko'z yoshlar bir marta yana suv ... qabr ning mening guru."

42-1 : To'liq ma'noda, *param* , eng yuqori; *hansa* , oqqush. *Hansa* Muqaddas Kitob rivoyatlarida Oliy Brahmaning vositasi sifatida tasvirlangan. Ruh; sifatida ... belgi ning kamsitish, ... oq *hansa* oqqush bu fikr ning sifatida qodir ga alohida ... rost sut va suv aralashmasidan olingan *soma nektari*. *Ham-sa* (*hong-sau deb talaffuz qilinadi*) - bu kiruvchi va chiquvchi nafas bilan tebranish aloqasiga ega bo'lgan ikkita muqaddas sanskrit qo'shiq so'zlari. *Aham-Sa* tom ma'noda "Men Uman" degan ma'noni anglatadi.

42-2 : Ular ega bo'lish odatda qochib ketgan ... qiyinchilik tomonidan manzillash meni sifatida *janob* .

42-3 : Da ... Puri ashram, Swami Sebananda bu hali ham dirijyorlik a kichik, gullab-yashnayotgan yoga maktab uchun o'g'il bolalar, va kattalar uchun meditatsiya guruhlari. Avliyolar va mutaxassislarning uchrashuvlari vaqti-vaqti bilan u yerda yig'iladi.

42-4 : A bo'lim ning

Kalkutta. 42-5: *Aforizmlar* :

II:9.

42-6 : Diniy *melas* bor tilga olingan ichida ... qadimgi *Mahabharata* . The Xitoycha sayohatchi Hieuen Tsiang bor chappga bir Milodiy 644-yilda Allohobodda bo'lib o'tgan keng *Kumbha Mela* haqida hikoya . Eng katta *mela* har o'n ikkinchi yilda o'tkaziladi; keyingi eng katta (*Ardha* yoki yarim) *Kumbha* har oltinchi yilda bo'lib o'tadi. Kichikroq *melalar* har uchinchi yilda bir marta chaqiriladi va millionga yaqin dindorlarni jalb qiladi. To'rtta muqaddas *mela* shaharlari Allohobod, Hardvar, Nasik va Ujjaindir.

Qadimgi xitoylik sayohatchilar bizga hind jamiyatining ko'plab ajoyib suratlarini qoldirganlar. Xitoylik ruhoniylar Fa-Syan shunday deb yozgan edi. ning uning o'n bir yillar ichida Hindiston davomida ... hukmronlik qilish ning Chandragupta II (erta 4-chi asr). The Xitoycha muallif shunday deydi: "Mamlakat bo'ylab hech kim tirik jonzo'tni o'ldirmaydi va sharob ;Ular cho'chqa yoki parranda boqmaydilar..... ichmaydi.

muomalalar ichida qoramol, yo'q qassoblar do'konlar yoki spirtli ichimliklar zavodlari. Xonalar bilan yotoqlar va matraslar, oziq-ovqat va kiyimlar, bor taqdim etilgan doimiy va ko'chib yuruvchi ruhoniylar uchun, albatta, va bu hamma joyda bir xil. Ruhoniylar o'zlarini xayrixohlik bilan band qiladilar vazirliklar va bilan qo'shiq aytish liturgiylar; yoki ular o'tirish ichida meditatsiya." Fa-Hsien aytib beradi bizni ... hind odamlar baxtli va halol edilar; o'lim jazosi .noma'lum edi

42-7 : Men edi emas hozirgi da ... o'limlar ning mening ona, katta yoshli aka Ananta, eng kattasi opa-singil Rim, Ustoz, Ota, yoki bir nechta yaqin shogirdlaridan.

(.Ota o'tdi yoqilgan da Kalkutta ichida 1942-yil, da ... yosh ning sakson to'qqiz)

42-8 Yuz minglab hind sadhulari yetti rahbardan iborat ijroiya qo'mitasi tomonidan boshqariladi, ular quyidagilarni ifodalaydi yetti katta bo'limlar ning Hindiston. The hozirgi *mahamandaleswar* yoki prezident bu Joyendra Puri. Bu avliyo Inson juda vazmin, ko'pincha nutqini uchta so'z bilan cheklaydi - Haqiqat, Sevgi va Ish. Yetarli suhbat!

42-9 Yo'lbarsni aldashingning ko'plab usullari mavjud ko'rinadi. Avstraliyalik tadqiqotchi Frensis Birtlz hind o'rmonlarini "turli xil, chiroyli va xavfsiz" deb topganini aytib berdi. Uning xavfsizlik jozibasini pashsha qog'ozi edi. "Har kecha men ma'lum miqdorda sepaman..." ning varaqlar atrofida mening lager va edi hech qachon bezovta bo'ldi," u tushuntirdi. "The sabab bu psixologik. The yo'lbars bu U ongli ravishda obro'li hayvon. U atrofda kezib yuradi va odamga qarshi chiqadi, toki u pashsha qog'oziga yetib borguncha; keyin u qochib ketadi. Hech bir obro'li yo'lbars yopishqoq pashsha qog'oziga cho'kkalab o'tirgandan keyin odamga yuzlanishga jur'at eta olmaydi!

42-10 : Keyin Men qaytib keldi ga Amerika Men oldi o'chirilgan oltmish besh funt.

42-11 : Shri Yuktesvar o'tdi da bu soat 7:00 dan PM, Mart 9, 1936-yil.

42-12 Hindistondagi dafn marosimlari uy egalari uchun krematsiya qilishni talab qiladi; svamilar va boshqa

ordenlarning rohiblari krematsiya qilinmaydi, lekin dafn etilgan. (U yerda bor vaqti-vaqti bilan istisnolar.) The tanalar ning rohiblar bor ramziy ma'noda ko'rib chiqilgan ga monastir qasamyodini qabul qilish paytida donolik olovida krematsiya qilingan.

BOB: 43

The Tirilish Ning Shri Yuktesvar

"Hazrat Krishna!" Bombeydagi Regent mehmonxonasidagi xonamda o'tirganimda, avatarning ulug'vor qiyofasi yaltiroq alangada paydo bo'ldi. Ko'channing narigi tomonidagi baland binoning tomidan porlab turgan, uchinchi qavatdagi uzun ochiq derazamdan tashqariga qaraganimda, ta'riflab bo'lmaydigan manzara to'satdan ko'zimga tushdi .

Ilohiy shaxs menga qo'l silkitib, jilmayib va bosh iring'ab salom berdi. Men Krishna Xudoning aniq xabarini tushuna olmaganimda, u duo qilib chiqib ketdi. Ajablanarli darajada ko'tarinki kayfiyatda, qandaydir ruhiy voqea oldindan aytib berilgandek his qildim.

Hozircha mening G'arbga sayohatim bekor qilingan edi. Bengalga qayta tashrif buyurishdan oldin Bombeyda bir nechta ommaviy nutqlar aytishim kerak edi.

1936-yil 19-iyun kuni tushdan keyin soat uchda Bombay mehmonxonasida karavotimda o'tirganimda — Krishnaning vahiysidan bir hafta o'tgach — men meditatsiyamdan muborak nur bilan uyg'ondim. Ochilishdan oldin va hayratlangan ko'zlar bilan butun xona g'alati dunyoga aylandi, quyosh nuri g'aroyib ulug'vorlikka aylandi.

Shri Yuktesvarning go'sht va qon shaklini ko'rib, hayajon to'lqinlari meni

qamrab oldi! "O'g'lim!" dedi Ustoz muloyimlik bilan, yuzida farishtalarni

sehrleydigan tabassum.

Hayotimda birinchi marta uning oyoqlari oldida tiz cho'kib salomlashmadim, balki darhol uni ochko'zlik bilan bag'rimga bosdim. Lahzalar lahzasi! O'tgan oylardagi azob-uqubatlarni endi yog'ayotgan shiddatli baxtga qarshi vaznsiz deb hisoblardim.

"Mening xo'jayinim, yuragimning suyuklisi, nega meni tashlab ketding?" Men haddan tashqari quvonchdan tushunarsiz edim. "Nega qildi siz ruxsat berish meni borish ga ... *Kumbha Mela* ? Qanaqasiga achchiq-achchiq ega bo'lish Men ayblangan o'zim uchun ketish sen!"



"by B. K. Mitra ichida "Kalyana- Kalpatur-

KRISHNA, QADIMGI Payg'ambar OF HINDISTON

Zamonaviy rassomning *Bhagavad Gitadagi ma'naviy maslahatlari* hind Injiliga aylangan ilohiy ustoz haqidagi tasavvuri. Krishna hind san'atida sochlarida tovuş pati (Xudoning *lilasi* , *o'yini yoki ijodiy sportining ramzi*) va *nay ko'tarib tasvirlangan, uning maftunkor notalari dindorlarni maya yoki kosmik xayol uyqusidan birma-bir uyg'otadi* .

"Men sizning birinchi marta ziyoratgohni ko'rishdan xursand bo'lishingizga xalaqit berishni xohlamadim..." Men Babaji bilan uchrashdim. Men seni faqat qisqa vaqtga tark etdim; men yana sen bilan emasmanmi?

"Lekin bu *sizmisiz* , Ustoz, o'sha Xudoning Arsloni? Siz ham shafqatsiz Puri qumlari ostiga ko'mgan tanamga o'xshab tana kiyib olganmisiz?"

"Ha, bolam, men ham shundayman. Bu go'sht va qondan iborat tana. Men uni havodek ko'rsam ham, sizning nazaringizda u jismoniy. Kosmik atomlardan men butunlay yangi tana yaratdim, xuddi siz tush dunyongizda Purida tush qumlari ostiga qo'ygan kosmik tush jismoniy tanangizga o'xshaydi. Men haqiqatan ham tirilganman - yerda emas, balki astral sayyorada. Uning aholisi mening yuksak me'yorlarimga javob berishga yerdagi insoniyatdan ko'ra yaxshiroq qodir. U yerda siz va sizning yuksak yaqinlaringiz bir kun kelib men bilan birga bo'lasizlar."

"O'limsiz guru, aytib berish meni Ko'proq!"

Usta tez va xushchaqchaq jilmaydi. — Iltimos, azizim, — dedi u, — qo'llaringizni biroz bo'shashtirib yubormaysizmi ?

"Faqat ozgina!" Men uni ahtapotdek mahkam quchoqlab olgan edim. Ilgari uning tanasiga xos bo'lgan o'sha zaif, xushbo'y, tabiiy hidni sezdim. Uning hayajonli teginishi

O'sha shonli soatlarni eslaganimda, qo'llarimning ichki tomonlarida va kaftlarimda ilohiy tana hali ham saqlanib qoladi.

"Payg'ambarlar yer yuziga odamlarga jismoniy karmalarini ishlab chiqishda yordam berish uchun yuborilganidek, menga ham shunday yo'l-yo'riq ko'rsatilgan..." Xudo ga xizmat qilish yoqilgan bir astral sayyora sifatida a qutqaruvchi," Shri Yuktesvar tushuntirdi. "Bu bu *Hiranyaloka* yoki "*Nurlangan Astral Sayyora*" deb ataladi . U yerda men ilg'or mavjudotlarga astral karmadan xalos bo'lishga va shu tariqa astral qayta tug'ilishdan ozod bo'lishga yordam beraman. Hiranyalokada yashovchilar ruhiy jihatdan yuqori darajada rivojlangan; ularning barchasi oxirgi yer yuzidagi mujassamlanishida o'lim paytida jismoniy tanalarini ongli ravishda tark etishning meditatsiya orqali berilgan kuchiga ega bo'lishgan. Hech kim yer yuzida *sabikalpa samadhi holatidan* yuqori *nirbikalpa samadhi holatiga o'tmagan bo'lsa*, *Hiranyalokaga kira olmaydi* . **43-1**

"Hiranyaloka aholisi allaqachon oddiy astral sferalardan o'tib ketishgan, bu yerda yer yuzidagi deyarli barcha mavjudotlar o'limdan keyin ketishi kerak; u yerda ular astral olamlardagi o'tmishdagi harakatlarining ko'plab urug'larini ishlab chiqishgan. Faqat ilg'or mavjudotlar astral olamlarda bunday najot ishini samarali bajara oladilar. Keyin, o'z ruhlarini astral tanalarida joylashgan karmik izlar pillasidan to'liqroq ozod qilish uchun, bu yuqori mavjudotlar kosmik qonun tomonidan Hiranyalokada, astral quyoshda yoki osmonda yangi astral jismlar bilan qayta tug'ilish uchun jalb qilingan, u yerda men ularga yordam berish uchun tirilganman. Hiranyalokada yuqori, nozikroq, sababchi dunyodan kelgan yuqori rivojlangan mavjudotlar ham bor."

Mening ongim endi gurum bilan shu qadar mukammal uyg'unlashgan ediki, u menga o'zining so'zma-so'z majoziy ma'nolarini qisman nutq orqali, qisman fikrlarni uzatish orqali yetkazardi. Shunday qilib, men uning g'oya-tabloidlarini tezda qabul qila boshladim.

— Siz muqaddas yozuvlarda o'qigansiz, — deb davom etdi ustoz, — Xudo inson ruhini ketma-ket uchta tanaga — g'oya yoki sabab-oqibat tanasiga; nozik astral tanani, insonning aqliy va ruhiy markazini — o'rab olgan. hissiy tabiat; va qo'pol jismoniy tana. Yer yuzida inson o'zining jismoniy sezgilari bilan jihozlangan. Astral mavjudot o'zining ongi va his-tuyg'ulari bilan ishlaydi va hayot tronlaridan tashkil topgan tanaga ega.

43-2 Sabab-jismoniy mavjudot g'oyalar baxtli olamida qoladi. Mening ishim sabab-oqibat olamiga kirishga tayyorgarlik ko'rayotgan astral mavjudotlar bilan.

"Aziz Ustoz, iltimos, menga astral kosmos haqida ko'proq ma'lumot bering." Shri Yuktesvarning iltimosiga binoan quchoqlarimni biroz bo'shatgan bo'lsam ham, qo'llarim hali ham uni o'rab olgan edi. Hamma narsadan ustun xazina. xazinalar, menga yetib borish uchun o'limga kulgan ustozim!

— Ko'plab astral sayyoralar bor, ular astral mavjudotlar bilan to'lib-toshgan, — deb boshladi Ustoz. — Aholi bir sayyoradan ikkinchisiga elektr va radioaktiv energiyalardan tezroq sayohat qilish uchun astral tekisliklardan yoki yorug'lik massalaridan foydalanadilar.

"Yorug'lik va rangning turli nozik tebranishlaridan tashkil topgan astral olam moddiy kosmosdan yuzlab marta kattaroqdir. Butun jismoniy mavjudot astral sferaning ulkan yorqin shari ostida kichik bir qattiq savat kabi osilgan. Kosmosda ko'plab jismoniy quyoshlar va yulduzlar aylanib yurgani kabi, son-sanoqsiz astral quyosh va yulduz tizimlari ham mavjud. Ularning sayyoralarida jismoniylardan ham go'zalroq astral quyoshlar va oylar mavjud. Astral yoritgichlar qutbga o'xshaydi."

borealis — quyoshli astral qutb yorug'ligi mayin nurli oy qutbiga qaraganda ko'zni qamashtiruvchiroq. Astral kunduz va tun Yernikidan uzunroq.

"Astral dunyo cheksiz go'zal, toza, sof va tartibli. O'lik sayyoralar yoki bepoyon yerlar yo'q. Yer yuzidagi dog'lar - begona o'tlar, bakteriyalar, hasharotlar, ilonlar yo'q. Yerning o'zgaruvchan iqlimi va fasllaridan farqli o'laroq, astral sayyoralar abadiy bahorning bir tekis haroratini saqlab turadi, vaqti-vaqti bilan yorqin oq qor va rang-barang chiroqlar yog'adi. Astral sayyoralar opal ko'llari, yorqin dengizlar va kamalak daryolarida ko'p."

"Oddiy astral olam - Hiranyalokaning nozikroq astral osmoni emas - odamlar bilan to'la." Yaqinda Yerdan kelgan millionlab astral mavjudotlar, shuningdek, son-sanoqsiz parilar, suv parilari, baliqlar, hayvonlar, goblinlar, gnomlar, yarim xudolar va ruhlar bilan birga, ularning barchasi karmik xususiyatlarga muvofiq turli astral sayyoralarda yashaydi. Yaxshi va yovuz ruhlar uchun turli xil sharsimon qasrlar yoki tebranish mintaqalari mavjud. Yaxshi ruhlar erkin sayohat qilishlari mumkin, ammo yovuz ruhlar cheklangan zonalar bilan cheklangan. Odamlar yer yuzida, qurtlar tuproqda, baliqlar suvda va qushlar havoda yashagani kabi, turli darajadagi astral mavjudotlar ham mos tebranish joylariga birlashtirilgan.

"Boshqa olamlardan quvib chiqarilgan qulagan qorong'u farishtalar orasida ishqalanish va urush hayot bombalari yoki aqliy *mantrik* **43-3 bilan sodir bo'ladi.**" tebranish nurlari. Bu mavjudotlar pastki astral kosmosning qorong'ulik bilan qoplangan mintaqalarida yashaydilar va o'zlarining yovuz karmalarini ishlab chiqadilar.

"Qorong'u astral qamoqxona ustidagi ulkan olamlarda hamma narsa porloq va go'zal. Astral kosmos Yerdan ko'ra ilohiy iroda va mukammallik rejasiga tabiiy ravishda moslashgan. Har bir astral obyekt asosan Xudoning irodasi va qisman astral mavjudotlarning irodasi bilan namoyon bo'ladi. Ular allaqachon yaratilgan har qanday narsaning inoyati va shaklini o'zgartirish yoki kuchaytirish kuchiga ega." Rabbimiz. U O'zining astral farzandlariga astral kosmosni o'zgartirish yoki yaxshilash erkinligi va imtiyozini bergan. Yer yuzida qattiq jism tabiiy yoki kimyoviy jarayonlar orqali suyuq yoki boshqa shaklga aylanishi kerak, ammo astral qattiq jismlar faqat va bir zumda aholining xohishi bilan astral suyuqliklarga, gazlarga yoki energiyaga aylanadi.

— Yer dengizda, quruqlikda va havoda urushlar va qotilliklardan qorong'u, — davom etdi mening ustozim, — lekin astral... olamlar bilish a baxtli uyg'unlik va tenglik. Astral mavjudotlar materializmdan chiqarish yoki o'z shakllarini xohlagancha moddiylashtiradi. Gullar, baliqlar yoki hayvonlar bir muddat o'zlarini o'zgartirishi mumkin astral odamlar. Barcha astral mavjudotlar har qanday shaklni olishda erkin va osongina bir-biri bilan muloqot qilishlari mumkin. Ularni hech qanday qat'iy, aniq, tabiiy qonun o'rab turmaydi - masalan, har qanday astral daraxt muvaffaqiyatli

bo'lishi mumkin astral mango yoki boshqa kerakli meva, gul yoki boshqa biron bir buyumni ishlab chiqarishni so'radi.

Muayyan karmik cheklovlar mavjud, ammo astral dunyoda turli shakllarning istalganligi borasida hech qanday farq yo'q. Hamma narsa Xudoning ijodiy nuri bilan porlaydi.

"Hech kim ayoldan tug'ilmaydi; avlodlar astral mavjudotlar tomonidan kosmik irodasi yordamida maxsus naqshli, astral jihatdan qisqartirilgan shakllarga aylanadi. Yaqinda jismonan tanasiz mavjudot taklifnoma orqali astral oilaga keladi, bu taklifnoma shunga o'xshash aqliy va ma'naviy moyilliklar tomonidan jalb qilinadi."

"Astral tana sovuqqa, issiqlikka yoki boshqa tabiiy sharoitlarga duchor emas. Anatomiya astral miyani yoki ming bargli yorug'lik lotusini va oltita uyg'ongan markazni o'z ichiga oladi." *sushumna* yoki astral miya-orqa miya o'qi. Yurak astral miyadan kosmik energiyani hamda yorug'likni tortadi va uni astral nervlar va tana hujayralariga yoki lifetronlarga pompalaydi. Astral mavjudotlar o'z tanalariga lifetronik kuch yoki *mantrik* tebranishlar orqali ta'sir qilishi mumkin.

"Astral tana oxirgi jismoniy shaklning aniq analogidir. Astral mavjudotlar avvalgi yer yuzidagi sayohatlarida yoshligida ega bo'lgan qiyofasini saqlab qoladi; ba'zan astral mavjudot, men kabi, o'zining qarilik qiyofasini saqlab qolishni tanlaydi." Yoshlikning asl mohiyatini ifodalovchi usta xursand bo'lib kuldi.

"Faqat beshta sezgi orqali idrok etiladigan fazoviy, uch o'lchovli jismoniy dunyodan farqli o'laroq, astral sferalar hamma narsani qamrab oluvchi oltinchi sezgi - sezgi orqali ko'rinadi", deb davom etdi Shri Yuktesvar. "Sof sezgi orqali barcha astral mavjudotlar ko'radi, eshitadi, hidlaydi, ta'mlaydi va teginadi. Ularning uchta ko'zi bor, ulardan ikkitasi qisman yopiq. Peshonaga vertikal ravishda joylashtirilgan uchinchi va asosiy astral ko'z... ochiq. Astral mavjudotlar barcha tashqi sezgi organlariga ega - quloqlar, ko'zlar, burun, til va teri - lekin ular tananing istalgan qismi orqali sezgilarni boshdan kechirish uchun sezgi tuyg'usidan foydalanadilar; ular quloq, burun yoki teri orqali ko'rishlari mumkin. Ular ko'zlar yoki til orqali eshita oladilar va quloqlar yoki teri orqali ta'mni seza oladilar va hokazo. **43-4**

"Insonning jismoniy tanasi son-sanoqsiz xavf-xatarlarga duchor bo'ladi va osongina jarohatlanadi yoki mayib bo'ladi; efir astral tanasi vaqti-vaqti bilan kesilishi yoki ko'karishi mumkin, ammo shunchaki xohish bilan darhol davolanadi."

"Gurudeva, bor hammasi astral shaxslar go'zalmi?"

"Astral dunyodagi go'zallik tashqi ko'rinish emas, balki ma'naviy sifat ekanligi ma'lum", deb javob berdi Shri Yuktesvar. "Shuning uchun astral mavjudotlar yuz xususiyatlariga unchalik ahamiyat bermaydilar. Biroq, ular o'zlarini xohlagancha yangi, rang-barang, astral jihatdan moddiylashtirilgan tanalar bilan kiyintirish imtiyoziga ega. Dunyoviy odamlar tantanali tadbirlar uchun yangi kiyim kiyganidek, astral mavjudotlar ham o'zlarini maxsus ishlab chiqilgan shakllarda bezash uchun imkoniyat topadilar."

"Hiranyaloka kabi yuqori astral sayyoralarda quvonchli astral bayramlar, mavjudot ruhiy rivojlanish orqali astral dunyodan ozod bo'lganda va shuning uchun sabab dunyosining jannatiga kirishga tayyor bo'lganda sodir bo'ladi. Bunday paytlarda Ko'rinmas Samoviy Ota va Unda birlashgan azizlar o'zlarini tanlagan tanalariga aylantiradilar va astral bayramga qo'shiladilar. Sevimli bandasini rozi qilish uchun Rabbiiy istalgan shaklni oladi. Agar sadoqat orqali sig'inadigan ixlosmand Xudoni

Ilohiy Ona sifatida ko'radi. Iso uchun Cheksiz Zotning Ota jihati boshqa tushunchalardan tashqari jozibali edi. Yaratguvchi O'zining har bir yaratgan narsasiga bergan individuallik har bir narsani tasavvur qilib bo'ladigan va tasavvur qilib bo'lmaydigan qiladi. "Rabbimizning ko'p qirrali bo'lishini talab qiling!" Guru bilan men birga xursand bo'lib kuldik.

"Boshqa hayotlarning do'stlari astral dunyoda bir-birlarini osongina taniydilar", deb davom etdi Shri Yuktesvar o'zining chiroyli, naysimon ovozida. "Do'stlikning o'lmasligidan xursand bo'lib, ular sevgining buzilmasligini anglaydilar, bu esa ko'pincha yer yuzidagi hayotning qayg'uli, aldamchi ajralishlari paytida shubha ostiga qo'yiladi.

"The sezgi ning astral mavjudotlar teshib o'tadi orqali ... parda va kuzatadi inson faoliyatlar yoqilgan Yer, lekin inson oltinchi sezgisi biroz rivojlanmagan bo'lsa, astral dunyoni ko'ra olmaydi. Minglab Yer aholisi bir zumda astral mavjudot yoki astral dunyoni ko'rishgan.

"Hiranyalokadagi ilg'or mavjudotlar uzoq astral kunduz va tun davomida ekstazda asosan uyg'oq bo'lib, kosmik boshqaruvning murakkab muammolarini va isrofgar o'g'illarning, yerga bog'langan ruhlarning najotini hal qilishga yordam beradi. Hiranyaloka mavjudotlari uxlayotganlarida, ular vaqti-vaqti bilan tushga o'xshash astral vahiy larni ko'rishadi. Ularning onglari odatda eng yuqori *nirbikalpa* saodatining ongli holatiga g'arq bo'ladi."

"Astral olamlarning barcha qismlarida yashovchilar hali ham ruhiy azoblarga duchor bo'lishadi. Hiranyaloka kabi sayyoralardagi yuqori mavjudotlarning sezgir onglari xatti-harakatlarda yoki haqiqatni idrok etishda biron bir xatoga yo'l qo'yilsa, qattiq og'riqni his qilishadi. Bu rivojlangan mavjudotlar o'zlarining har bir harakati va fikrini ruhiy qonunning mukammalligiga moslashtirishga harakat qilishadi."

"Astral aholisi o'rtaidagi aloqa butunlay astral telepatiya va televizor orqali amalga oshiriladi; yozma va og'zaki so'zlarning chalkashligi va tushunmovchiligi yer yuzida yashovchilar duch kelishi kerak bo'lgan narsa emas. Kino ekranidagi odamlar bir qator yorug'lik tasvirlari orqali harakatlanayotgandek va harakat qilayotgandek ko'rinib, aslida nafas olmagan kabi, astral mavjudotlar ham kisloroddan energiya olish zaruratisiz yorug'likning aqlli boshqariladigan va muvofiqlashtirilgan tasvirlari sifatida yuradi va ishlaydi. Inson tirikchilik uchun qattiq moddalar, suyuqliklar, gazlar va energiyaga bog'liq; astral mavjudotlar o'zlarini asosan kosmik yorug'lik bilan ta'minlaydilar."

"Xo'jayinim, astral mavjudotlar biror narsa yeydimi?" Men uning ajoyib tushuntirishlarini barcha qobiliyatlarim - ongim, qalbim, ruhimning qabul qilish qobiliyati bilan ichib o'tirardim. Haqiqatning o'ta ongli idroklari doimiy ravishda haqiqiy va o'zgarmasdir, vaqtinchalik hissiy tajribalar va taassurotlar esa hech qachon vaqtinchalik yoki nisbatan haqiqatdan ortiq bo'lmaydi va tez orada barcha yorqinligini yo'qotadi. Mening ustozimning so'zlari mening borligim pergamentiga shunchalik chuqur muhrlanganki, istalgan vaqtda ongimni o'ta ongli holatga o'tkazish orqali men ilohiy tajribani aniq qayta boshdan kechira olaman.

"Yorqin nursimon sabzavotlar mo'l-ko'l ichida ... astral tuproqlar," u javob berdi. "The astral mavjudotlar sabzavotlarni iste'mol qiladilar va ulug'vor yorug'lik favvoralaridan, astral soylar va daryolardan oqib chiqadigan nektarni ichishadi. Xuddi yer yuzidagi odamlarning ko'rinmas tasvirlari efirdan qazib olinib, televizor apparati yordamida ko'rinadigan qilib, keyinchalik yana kosmosga yuborilishi mumkin bo'lganidek, efirda suzib yurgan sabzavotlar va o'simliklarning Xudo tomonidan yaratilgan, ko'rinmas astral chizmalari ham astral sayyorada paydo bo'ladi. tomonidan ... vasiyatnoma ning uning aholisi. Ichkarida ... bir xil yo'l, dan

... eng yovvoyi xayoliy ning bular mavjudotlar, xushbo'y gullarning butun bog'lari moddiylashadi, keyinchalik efir ko'rinmasligiga qaytadilar.

Hiranyaloka kabi samoviy sayyoralarda yashovchilar deyarli ovqatlanish zaruratidan ozod bo'lishsa-da, sabab-oqibat dunyosida deyarli to'liq ozod bo'lgan ruhlarning shartsiz mavjudligi yanada yuqoriroqdir, ular faqat saodat mannasidan boshqa hech narsa yemaydilar.

"Yerdan ozod bo'lgan astral mavjudot yer yuzidagi turli xil mujassamlanishlar davomida orttirilgan ko'plab qarindoshlar, otalar, onalar, xotinlar, erlar va do'stlar bilan uchrashadi, 43-5 chunki ular vaqti-vaqti bilan astral olamlarning turli qismlarida paydo bo'ladi. Shuning uchun u kimni ayniqsa sevishni tushunolmaydi; u shu tarzda barchaga, bolalar va ... sifatida ilohiy va teng sevgi berishni o'rganadi.

Xudoning individual ifodalari. Yaqinlarning tashqi ko'rinishi, har qanday ma'lum bir ruhning so'nggi hayotida yangi fazilatlarining rivojlanishiga qarab, ozmi-ko'pmi o'zgargan bo'lishi mumkin bo'lsa-da, astral mavjudot o'zining xatosiz sezgisidan foydalanib, ilgari unga aziz bo'lgan barcha mavjudotlarni boshqa mavjudot tekisliklarida tanib oladi va ularni yangi astral uylariga kutib oladi. Chunki yaratilishdagi har bir atom o'chmas ravishda individuallik bilan bezatilgan, **43-6** Astral do'st qanday kostyum kiyganidan qat'i nazar tan olinadi, xuddi yer yuzida aktyorning kimligini har qanday niqobga qaramay, diqqat bilan kuzatish orqali aniqlash mumkin bo'lganidek.

"Astral dunyoda hayot davomiyligi Yerdagiga qaraganda ancha uzunroq. Oddiy rivojlangan astral Mavjudotning o'rtacha umr ko'rish muddati besh yuz yildan bir ming yilgacha bo'lib, bu yerdagi vaqt me'yorlariga muvofiq o'lchanadi. Ba'zi sekvoja daraxtlari ko'pchilik daraxtlardan ming yillarga ko'proq umr ko'rganidek yoki ba'zi yogilar bir necha yuz yil umr ko'rganidek, aksariyat erkaklar oltmish yoshga to'lmasdan oldin vafot etganidek, ba'zi astral mavjudotlar odatdagi astral hayot davomiyligidan ancha uzoq umr ko'rishadi. Astral dunyoga tashrif buyuruvchilar u yerda o'zlarining jismoniy karmalarining og'irligiga qarab uzoqroq yoki qisqaroq vaqt yashaydilar, bu ularni ma'lum bir vaqt ichida yerga qaytaradi.

"Astral mavjudot o'zining yorqin tanasini yo'qotish paytida o'lim bilan azobli kurashishi shart emas. Shunga qaramay, bu mavjudotlarning aksariyati o'zlarining astral shakllaridan voz kechib, nozikroq sababchi shaklga o'tish haqida o'ylashdan biroz asabiylashadi. Astral dunyo istalmagan o'lim, kasallik va qarilikdan xoli. Bu uchta qo'rquv yerning la'nati bo'lib, unda inson o'z ongiga yo'l qo'ygan." ga aniqlash o'zi deyarli butunlay bilan a zaif jismoniy tana talab qiluvchi doimiy yordam dan havo, umuman mavjud bo'lish uchun ovqat va uyqu.

"Jismoniy o'lim nafasning yo'qolishi va go'shtli hujayralarning parchalanishi bilan birga keladi. Astral o'lim astral mavjudotlar hayotini tashkil etuvchi energiyaning o'sha namoyon bo'ladigan birliklari bo'lgan hayottronlarining tarqalishidan iborat. Jismoniy o'limda mavjudot go'sht haqidagi ongini yo'qotadi va astral dunyodagi nozik tanasidan xabardor bo'ladi. O'z vaqtida astral o'limni boshdan kechirish, a Shunday qilib, mavjudlik astral tug'ilish va o'lim ongidan jismoniy tug'ilish va o'lim ongiga o'tadi. Astral va jismoniy o'ralishning bu takrorlanuvchi sikllari barcha ma'rifatsiz mavjudotlarning muqarrar taqdiridir. Jannat va do'zaxning Muqaddas Kitobdagi ta'riflari ba'zan insonning ong osti ongidan chuqurroqqa o'tib ketishiga sabab bo'ladi. xotiralar ning uning uzoq seriya ning tajribalar ichida ... xushchaqchaq astral va umidsizlikka uchratadigan yer usti dunyolari.

"Aziz ustoz," deb so'radim men, "iltimos, yer yuzida qayta tug'ilish bilan astral va sababiy sohalarda qayta tug'ilish o'rtasidagi farqni batafsilroq tasvirlab bera olasizmi?"

"Inson individual ruh sifatida asosan sababiy-jismoniydir", deb tushuntirdi mening gurum. "Bu tana matritsadir." ning ... o'ttiz besh *g'oyalar* talab qilinadi tomonidan Xudo sifatida ... asosiy yoki sababchi fikr kuchlar dan Keyinchalik u o'n to'qqiz elementdan iborat nozik astral tanani va o'n olti elementdan iborat yalpi jismoniy tanani yaratdi.

"Astral tananing o'n to'qqizta elementi aqliy, hissiy va hayotni o'z ichiga oladi. O'n to'qqizta komponent: aql; ego; his; ong (sezgi ong); beshta *bilim vositasi*, ko'rish, eshitish, hidlash, ta'm bilish, teginish sezgilarining nozik analoglari; beshta *harakat vositasi*, nasl berish, ajratish uchun ijro qobiliyatlari uchun aqliy moslik."

gapirish, yurish va qo'l mahoratini mashq qilish; va tananing kristallanish, assimilyatsiya, yo'q qilish, metabolizm va qon aylanishi funktsiyalarini bajarishga qodir bo'lgan beshta *hayot kuchi asbobi* . O'n to'qqiz elementdan iborat bu nozik astral qobiq o'n oltita yalpi metall va metall bo'lmagan elementlardan tashkil topgan jismoniy tananing o'limidan keyin ham saqlanib qoladi.

"Xudo O'zida turli g'oyalarni o'ylab topdi va ularni tushlarga aylantirdi. Shunday qilib, Kosmik Tush Xonimi o'zining ulkan cheksiz nisbiylik bezaklari bilan bezatilgan holda paydo bo'ldi.

"Sababiyat tanasining o'ttiz beshta fikr toifasida Xudo insonning o'n to'qqiztasining barcha murakkabliklarini batafsil bayon qildi." astral va o'n olti jismoniy hamkasblar. Muallif: kondensatsiya ning tebranuvchi kuchlar, avval nozik, keyin qo'pol, U insonning astral tanasini va nihoyat uning jismoniy shaklini yaratdi. Boshlang'ich Soddalik hayratlanarli ko'p qirrali narsaga aylangan nisbiylik qonuniga ko'ra, sabab kosmos va sabab kosmos tanasi astral kosmos va astral tanadan farq qiladi; jismoniy kosmos va jismoniy tana ham boshqa yaratilish shakllari bilan xarakterli ravishda farq qiladi.

"Tana Yaratuvchining sobit, obyektivlashtirilgan orzularidan iborat. Yer yuzida ikkilanishlar doimo mavjud: kasallik va sog'liq, og'riq va zavq, yo'qotish va yutuq. Insonlar uch o'lchovli materiyada cheklov va qarshilik topadilar. Insonning yashash istagi kasallik yoki boshqa sabablar tufayli qattiq silkinganda, o'lim keladi; tananing og'ir qoplami vaqtincha to'kiladi. Biroq, ruh astral va sababchi tanalarda qoladi. **43-7** Uchala tanani birlashtiruvchi yopishqoq kuch - bu istak. Amalga oshmagan istaklarning kuchi barcha inson qulligining ildizidir.

"Jismoniy istaklar xudbinlik va hissiy zavqlarga asoslangan. Sezgi tajribasining majburlashi yoki vasvasasi astral bog'liqliklar yoki sababiy idrok bilan bog'liq istak kuchidan kuchliroqdir."

"Astral istaklar tebranish nuqtai nazaridan zavqlanish atrofida markazlashadi. Astral mavjudotlar sharlarning efir musiqasidan zavqlanadilar va barcha mavjudotlarni o'zgaruvchan yorug'likning cheksiz ifodasi sifatida ko'rishdan hayratda qoladilar. Astral mavjudotlar shuningdek, yorug'likni hidlaydi, ta'mlaydi va teginadi. Shunday qilib, astral istaklar astral mavjudotning barcha narsalar va tajribalarni yorug'lik shakllari yoki zich fikrlar yoki tushlar sifatida yuzaga keltirish kuchi bilan bog'liq."

"Sabab-oqibat istaklar bor bajarilgan tomonidan idrok faqat. The deyarli bepul mavjudotlar JSSV bor o'ralgan faqat sababchi tanada butun koinotni Xudoning orzu g'oyalarining amalga oshishi sifatida ko'rishadi; ular har qanday narsani sof fikrda moddiylashtirishlari mumkin. Shuning uchun sababchi mavjudotlar jismoniy hislar yoki astral zavqlardan zavqlanishni jirkanch va ruhning nozik sezgirliklarini bo'g'uvchi deb bilishadi. Sababchi mavjudotlar o'z istaklarini darhol moddiylashtirish

orgali amalga oshiradilar. **43-8** O'zlarini faqat sababchi tananing nozik pardasi bilan qoplangan deb bilganlar, Yaratguvchi sifatida ham olamlarni namoyon qila oladilar. Barcha yaratilish kosmik tush tuzilishidan yaratilganligi sababli, sababchi bilan yupqa qoplangan ruh ulkan kuchga ega.

"Tabiatan ko'rinmas bo'lgan ruhni faqat uning tanasi yoki tanalarining mavjudligi bilan ajratish mumkin." shunchaki mavjudlik ning a tana anglatadi bu uning mavjudlik bu qilingan mumkin tomonidan bajarilmagan istaklar. **43-**

"Insonning ruhi bir, ikki yoki uchta tana idishida qamalib, johillik va istaklar mantarlari bilan mahkam yopilgan ekan, u Ruh dengiziga qo'shila olmaydi. Qachonki jirkanch..." jismoniy idish o'lim bolg'asi tomonidan vayron qilinadi, qolgan ikkita qoplama - astral va sabab-oqibat - ruhning ongli ravishda Hamma joyda mavjud bo'lgan Hayotga qo'shilishining oldini olish uchun hali ham qoladi. Donolik orqali istaksizlikka erishilganda, uning kuchi qolgan ikkita tomirni parchalaydi. Kichkina inson ruhi nihoyat erkin holda paydo bo'ladi; u O'lchovsiz Amplituda bilan birdir.

Men so'radi mening ilohiy guru ga omborxona bundan keyin yorug'lik yoqilgan ... yuqori va sirli sababchi dunyo.

"Sabab-oqibat dunyosi ta'riflab bo'lmaydigan darajada nozik", deb javob berdi u. "Uni tushunish uchun odam ... kerak bo'ladi." U shunday ulkan diqqatni jamlash qobiliyatiga ega bo'lishi kerakki, u ko'zlarini yumib, astral kosmosni va jismoniy kosmosni butun kengligida - qattiq savatli yorqin sharni - faqat g'oyalarda mavjud deb tasavvur qila olardi. Agar bu g'ayritabiiy diqqatni jamlash orqali odam o'zgartirishga yoki hal qilish ... ikki kosmoslar bilan hammasi ularning murakkabliklar ichiga aniq g'oyalar, u bo'lardi keyin sabab-oqibat olamiga yetib boring va ong va materiya o'rtasidagi birlashish chegarasida turing. U yerda inson barcha yaratilgan narsalarni - qattiq moddalar, suyuqliklar, gazlar, elektr energiyasi, energiya, barcha mavjudotlar, xudolar, odamlar, hayvonlar, o'simliklar, bakteriyalarni ong shakllari sifatida qabul qiladi, xuddi inson ko'zlarini yumib, o'zining mavjudligini anglashi mumkin bo'lganidek, garchi uning tanasi jismoniy ko'zlari uchun ko'rinmasa va faqat g'oya sifatida mavjud bo'lsa ham.

"Inson xayolda nima qila olsa, sababiy mavjudot ham haqiqatda qila oladi. Eng ulkan tasavvurga ega inson aqli faqat ongda fikrning bir chegarasidan ikkinchisiga o'tishga, aqliy jihatdan sayyoradan sayyoraga sakrashga yoki abadiylik chuquriga cheksiz qulashga, galaktik soyabonga raketa kabi ko'tarilishga yoki sutli yo'llar va yulduzli fazolar ustida proyektor kabi porlashga qodir. Ammo sababiy dunyodagi mavjudotlar ancha katta erkinlikka ega va hech qanday moddiy yoki astral to'siqlarsiz yoki karmik cheklovlersiz o'z fikrlarini osongina obyektivlikka aylantirishlari mumkin. "

"Sababkor mavjudotlar jismoniy kosmos asosan elektronlardan iborat emasligini va undan ham iborat emasligini tushunishadi." Asosan hayottronlaridan tashkil topgan astral kosmos - ikkalasi ham aslida Xudo fikrining eng mayda zarralaridan yaratilgan, maydalangan va bo'lingan , nisbiylik qonuni Noumenonni Uning hodisalaridan ajratish uchun aralashadigan *Maya tomonidan*.

"Natijaviy dunyodagi ruhlar bir-birlarini quvonchli Ruhning individual nuqtalari sifatida taniydilar; ularning fikrlash narsalari ularni o'rab turgan yagona

ob'ektlardir. Sabab mavjudotlari o'z tanalari va fikrlari o'rtasidagi farqni shunchaki g'oyalar deb biladi. Inson ko'zlarini yumib, ko'zni qamashtiruvchi oq yorug'likni yoki xira ko'k tumanni tasavvur qila olgani kabi, sababchi mavjudotlar ham faqat fikr orqali ko'rish, eshitish, his qilish, ta'm bilish va teginish imkoniyatiga ega; ular kosmik ong kuchi bilan har qanday narsani yaratadilar yoki uni yo'q qiladilar."

"Sabab olamida o'lim ham, qayta tug'ilish ham fikrda. Sababga asoslangan mavjudotlar faqat shu bilan ziyofat qilishadi..." Abadiy yangi bilimlarning ambroziyasi. Ular tinchlik buloqlaridan ichadilar, idroklarning izsiz tuprog'ida kezaadilar, cheksiz baxt okeanida suzishadi. Mana, ularning yorqin fikr tanalari Ruh tomonidan yaratilgan trillionlab sayyoralar, olamlarning yangi pufakchalari, donolik yulduzlari, oltin tumanliklarning spektral orzulari, Cheksizlikning osmon moviy bag'ri bo'ylab uchib o'tayotganini ko'radilar!

"Ko'plab mavjudotlar ming yillar davomida sabab kosmosda qoladi. Chuqurroq ekstazlar orqali ozod bo'lgan ruh o'zini kichik sabab kosmosdan ajratib, sabab kosmosning kengligiga kiradi. Barcha alohida g'oyalar to'liqlari, kuch, sevgi, iroda, quvonch, tinchlik, sezgi, xotirjamlik, o'zini tuta bilish va diqqatni jamlashning o'ziga xos to'liqlari doimo quvonchli Baxt dengiziga erib ketadi. Endi ruh o'z quvonchini ongning individual to'liqini sifatida boshdan kechirishi shart emas, balki barcha to'liqlari - abadiy kulgi, hayajon, urg'u bilan Yagona Kosmik Okeanda birlashadi."

"Biror ruh uch tananing qobig'idan chiqqanida, u nisbiylik qonunidan abadiy qochadi va so'z bilan ifodalab bo'lmaydigan Abadiy Borlikka aylanadi. **43-10** Qanotlari yulduzlar, oylar va quyoshlar bilan bezatilgan Hamma joyda mavjud bo'lgan kapalakka qarang! Ruhga aylangan ruh yorug'liksiz yorug'lik, qorong'uliksiz zulmat, o'ylamasdan fikrlash sohasida yolg'iz qoladi, Xudoning kosmik yaratilish haqidagi orzusidagi quvonch ekstazi bilan mast bo'ladi.

"A bepul jon! Men eyakulyatsiya qilingan ichida hayrat.

"Nihoyat, ruh uchta tanaviy xayolot idishidan chiqqanda," deb davom etdi Ustoz, "u hech qanday individuallikni yo'qotmasdan Cheksiz bilan birlashadi. Masih bu oxirgi erkinlikni Iso bo'lib tug'ilishidan oldin ham qo'lga kiritgan edi. Uning o'tmishdagi uch bosqichida, yerdagi hayotida o'lim va tirilishning uch kuni sifatida ramziy ma'noda, u Ruhda to'liq paydo bo'lish kuchiga erishdi.

"Rivojlanmagan inson o'zining uchta tanasidan chiqish uchun son-sanoqsiz yer yuzidagi, astral va sababiy mujassamlanishlardan o'tishi kerak. Bu oxirgi erkinlikka erishgan ustoz boshqa odamlarni Xudoga qaytarish uchun payg'ambar sifatida yerga qaytishni tanlashi mumkin yoki men kabi u astral kosmosda yashashni tanlashi mumkin. U yerda najotkor aholining karma yukining bir qismini o'z zimmasiga oladi **43-11** va shu tariqa ularga astral kosmosdagi reenkarnatsiya siklini tugatishga va sabab sohalariga doimiy ravishda o'tishga yordam beradi. Yoki ozod bo'lgan ruh o'z mavjudotlariga sabab tanasidagi vaqtini qisqartirishga va shu tariqa Mutlaq Ozodlikka erishishga yordam berish uchun sabab dunyosiga kirishi mumkin.

"Tirilgan Zot, men ruhlarni uch olamga qaytishga majbur qiladigan karma haqida ko'proq bilmoqchiman." Men hamma narsani biluvchi Ustozimni abadiy tinglashim mumkin, deb o'yladim. Uning yer yuzidagi hayotida hech qachon uning donoligidan bunchalik ko'p narsani o'zlashtira olmagan edim. Endi men birinchi marta hayot va o'lim shashka taxtasidagi sirli fazolar haqida aniq, aniq tushunchaga ega bo'ldim.

"Insonning jismoniy karmasi yoki istaklari uning astral olamlarda doimiy qolishi mumkin bo'lishidan oldin to'liq ishlab chiqilishi kerak", dedi mening gurumim hayajonli ovozida. "Ikki xil mavjudot yashaydi. ichida ... astral sharlar. Ular JSSV hali ham ega bo'lish dunyoviy karma ga yo'q qilish ning va JSSV shuning uchun karmik qarzlarini to'lash uchun qo'pol jismoniy tanaga qayta joylashishi kerak

bo'lganlar, jismoniy o'limdan keyin doimiy yashovchilar emas, balki astral dunyoga vaqtinchalik tashrif buyuruvchilar sifatida tasniflanishi mumkin.

"Qutqarilmagan yer yuzidagi karmaga ega bo'lgan mavjudotlar astral o'limdan keyin kosmik g'oyalarning yuqori sababiy sohasiga o'tishga ruxsat etilmaydi, balki faqat jismoniy va astral olamlardan ketma-ket o'n oltita yalpi elementdan iborat jismoniy tanasini va o'n to'qqizta nozik elementdan iborat astral tanasini anglagan holda o'tishlari kerak. Biroq, jismoniy tanasining har bir yo'qolishidan so'ng, rivojlanmagan..."

Yerdan bo'lgan odam asosan o'lim uyqusining chuqur uyqusida qoladi va go'zal astral sferani deyarli anglamaydi. Astral dam olishdan so'ng, bunday odam keyingi saboqlar uchun moddiy tekislikka qaytadi va asta-sekin takroriy sayohatlar orqali o'zini o'rganadi. nozik astral teksturali dunyolar.

"Aksincha, astral olamning oddiy yoki uzoq vaqtdan beri mavjud bo'lgan aholisi, barcha moddiy istaklardan abadiy ozod bo'lgan va endi Yerning qo'pol tebranishlariga qaytishga hojat qolmaydiganlardir." Bunday mavjudotlar faqat astral va sababiy karma bilan ishlaydi. Astral o'limda bu mavjudotlar o'tadi cheksiz nozikroq va nozikroq sababchi dunyo. Kosmik qonun bilan belgilangan ma'lum bir vaqt oralig'i oxirida sababchi tananing fikrlash shaklidan voz kechib, bu rivojlangan mavjudotlar Hiranyaloka yoki shunga o'xshash yuqori astral sayyoraga qaytib, o'zlarining qutqarilmagan astral karmalarini ishlab chiqish uchun yangi astral tanada qayta tug'ilishadi.

"O'g'lim, endi mening ilohiy taqdir bilan tirilganimni to'liqroq tushunishing mumkin", deb davom etdi Shri Yuktesvar, "ayniqsa, yerdan ko'tarilayotgan astral mavjudotlarning emas, balki sabab-oqibat sohasidan qaytgan astral qayta tug'ilgan ruhlarning qutqaruvchisi sifatida. Yerdan kelganlar, agar ular hali ham moddiy karma izlarini saqlab qolishsa, Hiranyaloka kabi juda yuqori astral sayyoralarga ko'tarilmaydilar."

"Yer yuzidagi ko'pchilik odamlar meditatsiya orqali o'rganmaganlari kabi - qadrlash uchun ko'rish qobiliyatiga ega bo'lishgan" ustun quvonchlar va afzalliklar ning astral hayot va shunday qilib, keyin o'lim, istak ga qaytish ga Yer yuzidagi cheklangan, nomukammal zavqlar tufayli, astral tanalarining normal parchalanishi paytida ko'plab astral mavjudotlar sabab dunyosidagi ruhiy quvonchning rivojlangan holatini tasavvur qila olmaydilar va yanada qo'pol va bema'ni astral baxt haqidagi fikrlarga berilib, astral jannatga qaytishni orzu qiladilar. Bunday mavjudotlar keyinchalik erishishdan oldin og'ir astral karmani qaytarib olishlari kerak. astral o'lim - bu Yaratuvchidan juda nozik ajratilgan sabab-oqibat fikrlash dunyosida doimiy qolish.

"Faqatgina biror mavjudot ko'zni quvontiradigan astral kosmosda tajribaga bo'lgan boshqa istaklarini yo'qotganda va u yerga qaytishga vasvasaga tusha olmaganida, u sabab-oqibat dunyosida qoladi. U yerda barcha sabab-oqibat karmasini yoki o'tmishdagi istaklarning urug'larini qutqarish ishini yakunlab, cheklangan ruh johillikning uchta po'chog'ining oxirgisini chiqarib tashlaydi va sabab-oqibat tanasining oxirgi idishidan chiqib, Abadiy bilan birlashadi."

"Hozir qil siz tushundingizmi?" Usta jilmayib qo'ydi shunday sehrli tarzda!

"Ha, orqali sizning inoyat. Men ertalab so'zsiz bilan quvonch va minnatdorchilik."

Men hech qachon qo'shiqdan yoki hikoyadan bunday ilhomlantiruvchi bilim

olmaganman. Hindu yozuvlarida sabab va astral olamlar hamda insonning uchta tanasi haqida so'z boradi, ammo bu sahifalar tirilgan Ustozimning samimiy haqiqiyliги bilan solishtirganda qanchalik uzoq va ma'nosiz! Chunki u haqiqatan ham "tug'ilgan sayohatchisi qaytib kelmaydigan" birorta ham kashf etilmagan mamlakat yo'q edi!

"Insonning uchta tanasining o'zaro ta'siri uning uch tomonlama tabiati orqali ko'p jihatdan ifodalanadi." mening ajoyib guru ketdi yoqilgan. "Ichkarida ... hushyor davlat yoqilgan yer a inson bo'lish bu ongli U uchta vositasining ko'p yoki kamroq qismidan ta'm bilish, hidlash, teginish, tinglash kabi hissiy jihatdan niyat qilganda,

yoki ko'rish orqali, u asosan jismoniy tanasi orqali ishlaydi. Tasavvur qilish yoki xohish bilan, u asosan astral tanasi orqali ishlaydi. Uning sababiy muhiti inson o'ylayotganda yoki introspektsiya yoki meditatsiyaga chuqur sho'ng'iganda ifodasini topadi; dahoning kosmik fikrlari uning sababiy tanasi bilan muntazam ravishda aloqada bo'lgan odamga keladi. Shu ma'noda, shaxsni keng miqyosda "moddiy odam", "baquvvat odam" yoki "intellektual odam" deb tasniflash mumkin.

"Inson o'zini kuniga o'n olti soat davomida jismoniy vositasi bilan aniqlaydi. Keyin u uxlaydi; agar u tush ko'rsa, u astral tanasida qoladi va astral mavjudotlar singari har qanday ob'ektni osongina yaratadi. Agar insonning uyquasi chuqur va tushsiz bo'lsa, u bir necha soat davomida o'z ongini yoki "Men" tuyg'usini sababchi tanaga o'tkaza oladi; bunday uyqu jonlantiradi. Tush ko'ruvchi o'zining sababchi tanasi bilan emas, balki astral tanasi bilan aloqa qiladi; uning uyquasi to'liq tetiklashtirmaydi."

Men bor edi bo'lgan mehr bilan kuzatish Shri Yuktesvar shu bilan birga u berdi uning ajoyib ekspozitsiya.

— Farishtalar gurus, — dedim men, — tanangiz Puri ashramida oxirgi marta yig'laganimdagidek ko'rinib turibdi .

"Ha, mening yangi tanam eskisining mukammal nusxasi. Men bu shaklni istalgan vaqtda, yer yuzida bo'lganimdan ko'ra tez-tez moddiylashtiraman yoki dematerializatsiya qilaman. Tez dematerializatsiya orqali men endi yorug'lik ekspressiyasi orqali bir sayyoradan ikkinchi sayyora yoki, haqiqatan ham, astraldan sababiyga yoki jismoniy kosmosga bir zumda sayohat qilaman." Mening ilohiy ustozim jilmaydi. "Siz shu kunlarda juda tez harakatlansangiz ham, sizni Bombeyda topishda hech qanday qiyinchilikka duch kelmadim!"

"O Ustoz, Men edi qayg'u chekayotgan shunday chuqur haqida sizning o'lim!"

"Voy, men qayerda o'ldim? Biror qarama-qarshilik yo'qmi?" Shri Yuktesvarning ko'zlari sevgi va hazildan chaqnab ketdi.

— Sen yer yuzida faqat tush ko'rgan eding; o'sha yerda mening tush tanamni ko'rding, — davom etdi u. — Keyinroq siz o'sha tush tasvirini ko'mib qo'ydingiz. Endi mening nozikroq tanam - siz ko'rib turgan va hozir ham juda yaqindan quchoqlayotgan! - Xudoning yana bir nozikroq tush sayyorasida tirildi. Bir kuni o'sha Nozikroq tush tanasi va nozikroq tush sayyorasi yo'q bo'lib ketadi; ular ham abadiy emas. Barcha tush pufakchalari oxir-oqibat uyg'oqlikdagi oxirgi teginishda yorilib ketishi kerak. O'g'lim Yogananda, tushlar va haqiqat o'rtasidagi farqni bil!

Vedantik **43-12** ning bu g'oyasi tirilish meni hayratda qoldirdi. Puri shahrida ustozning jonsiz tanasini ko'rganimda unga achinganimdan uyaldim. Nihoyat, gurum har doim Xudoda to'liq uyg'oq bo'lganini, o'z hayotini va yer yuzida o'lishini hamda uning hozirgi tirilishini kosmik tushdagi ilohiy g'oyalarning nisbiyligidan

boshqa narsa emasligini anglaganini angladim.

"Endi men sizga, Yogananda, hayotim, o'limim va tirilishim haqidagi haqiqatlarni aytib berdim. Men uchun qayg'urmang; aksincha, Xudo orzu qilgan insonlar dunyosidan Xudo orzu qilgan boshqa sayyoraga, astral kiyim kiygan ruhlarga tirilganim haqidagi hikoyani hamma joyga tarqating! Dunyoning azob-uqubatlarga to'la, o'limdan qo'rqqadigan xayolparastlarining qalblariga yangi umid singib ketadi."

"Ha, Ustoz! Qanaqasiga ixtiyoriy ravishda bo'lardi Men ulashish bilan boshqalar mening quvonch da uning tirilish!

"Yer yuzida mening me'yorlarim noqulay darajada yuqori edi, ko'pchilik odamlarning tabiatiga mos kelmasdi. Ko'pincha seni kerak bo'lgandan ham koyidim. Sen mening sinovimdan o'tding; sevging barcha tanbehlar bulutlari orasidan porladi." U muloyimlik bilan qo'shimcha qildi: "Men bugun ham senga aytish uchun keldim: endi hech qachon qattiq tanbeh nigohini ko'tarmayman. Men seni boshqa koyimayman."

Buyuk ustozimning jazolarini qanchalik sog'ingan edim! Ularning har biri himoya farishtasi edi.

"Eng aziz Ustoz! Tanbeh berish meni a million vaqt-do tanbeh berish meni hozir!

"Men seni endi koyimayman." Uning ilohiy ovozi jiddiy edi, ammo kulgisi xira edi. "Sen va men birga tabassum qilamiz, agar bizning ikki shaklimiz Xudoning *maya* orzusida turlicha ko'rinsa. Nihoyat biz Kosmik Sevimlida birlashamiz; bizning tabassumlarimiz Uning tabassumi, Xudo tomonidan sozlangan qalblarga etkazilishi uchun abadiyat davomida tebranadigan yagona quvonch qo'shig'imiz bo'ladi!"

Shri Yuktesvar menga bu yerda oshkor qila olmaydigan ba'zi masalalarni yoritib berdi. Bombay mehmonxonasida men bilan o'tkazgan ikki soat davomida u mening barcha savollarimga javob berdi. 1936-yil iyun oyida u tomonidan aytilgan bir qator dunyo bashoratlari allaqachon amalga oshdi.

"Endi seni tark etaman, azizim!" Bu so'zlarni eshitib, Ustozning quchoqlarim orasida erib ketayotganini his qildim .

"Bolam," uning ovozi mening qalbimga titrab, jarangladi, "qachonki sen *nirbikalpa samadhi eshigidan kirsang* va meni chaqirsang, men bugun bo'lgani kabi, sening oldingga qon va tanang bilan kelaman."

Bu samoviy va'da bilan Shri Yuktesvar ko'z o'ngimdan g'oyib bo'ldi. Bulut ovozi musiqiy momaqaldiroqda takrorlandi: "Hammaga ayting! *Nirbikalpa orqali* sizning yeringiz Xudoning orzusi ekanligini anglagan har bir kishi tushda yaratilgan Hiranyaloka sayyorasiga kelishi mumkin va u yerda meni xuddi yerdagi tanamga o'xshash tanada tirilgan holda topishi mumkin. Yogananda, hammaga ayting!"

Ayriliq qayg'usi yo'qoldi. Uning o'limiga bo'lgan achinish va qayg'u, mening tinchligimni uzoq vaqtdan beri o'g'irlab kelayotgan, endi qattiq uyat bilan qochib ketdi. Baxt cheksiz, yangi ochilgan qalb teshiklaridan favvora kabi oqib tushdi. Qadimgi paytlarda ishlatilmay qolgan bu teshiklar endi ekstaz oqimida poklikda kengaydi.

O'tmishdagi mujassamlanishlarimning ong osti fikrlari va his-tuyg'ulari o'zlarining

karmik dog'larini yo'qotdilar, Shri Yuktesvarning ilohiy tashrifi bilan yorqin tarzda yangilandilar.

Avtobiografiyamning ushbu bobida men o'z ustozimning buyrug'iga bo'ysundim va xushxabarni tarqatdim, garchi bu yana bir bor qiziquvchan avlodni chalkashtirib yuborsa ham. Inson o'zini yaxshi biladi; umidsizlik kamdan-kam hollarda begona; ammo bular buzuqliklar, insonning asl taqdiriga kirmaydi. U xohlagan kuni ozodlik yo'liga tushadi. U yengilmas qalbga beparvo bo'lgan "chang-sen" maslahatchilarining xira pessimizmiga juda uzoq vaqt quloq soldi.

Men edi emas ... faqat bitta imtiyozli ga qarang ... Tirilgan Guru.

Shri Yuktesvarning chelalaridan biri mehr bilan *Ma* (Ona) nomi bilan tanilgan kekxa ayol edi, uning uyi Puri qabristoniga yaqin edi. Ustoz ertalabki sayr paytida u bilan suhbatlashish uchun tez-tez to'xtab turardi. 1936-yil 16-mart kuni kechqurun Ma ashramga yetib keldi va o'z gurusini ko'rishni so'radi .

"Nima bo'ldi, Ustoz bir hafta oldin vafot etdi!" Endi Puri qabristoniga mas'ul bo'lgan Svami Sebananda unga g'amgin qaradi.

— Bu mumkin emas! — U ozgina jilmaydi. — Balki siz shunchaki guruni qat'iyatli mehmonlardan himoya qilishga harakat qilyapsizmi?

— Yo'q, — dedi Sebananda dafn marosimi tafsilotlarini so'zlab berdi. — Yuring, — dedi u, — men sizni Shri Yuktesvarji qabri oldidagi bog'ga olib boraman.

Onam bosh chayqadi. "Unga qabr yo'q! Bugun ertalab soat o'nda u odatdagidek yo'lakdan eshigim oldidan o'tib ketdi! Men u bilan yorug' ochiq havoda bir necha daqiqa suhbatlashdim.

"Keling bu kechqurun ga ... ashram, u dedi.

"Men shu yerdaman! Bu kekxa kulrang boshga baraka bo'lsin! O'lmas guru bugun ertalab menga qanday ajoyib tanada tashrif buyurganini tushunishimni xohladi!"

The hayratda qolgan Sebananda tiz cho'kdi oldin uni.

"Oyijon," u dedi, "nima a vazn ning qayg'u siz lift dan mening yurak! U bu tirildi!

.....
43-1 : Ichkarida *sabikalpa samadhi* ... dindor bor ma'naviy jihatdan rivojlandi ga a davlat ning ichkariga ilohiy kasaba uyushmasi, lekin qila olmaydi uni saqlab qolish kosmik ong bundan mustasno ichida ... harakatsiz trans holati. Muallif: uzluksiz meditatsiya, u yetib boradi ... ustun davlat *nirbikalpa samadhida* , u dunyoda erkin harakatlanadi va tashqi vazifalarini Xudoni anglashda hech qanday yo'qotishsiz bajaradi.

43-2 : Shri Yuktesvar ishlatilgan ... so'z *prana* ; Men ega bo'lish tarjima qilingan uni sifatida hayottronlari. The Hindu Muqaddas Kitoblar murojaat qilish emas faqat ga ... *anu* , "atom", va ga ... *paramanu* , "undan tashqarida ... atom," nozikroq elektron energiyalar; lekin shuningdek ga *prana* , "ijodiy lifetronic kuch." Atomlar va elektronlar bor ko'r kuchlar; *prana* bu tabiiy ravishda aqlli. The pranik hayottronlari ichida ... spermatozoidlar va tuxumdon, masalan, karmik dizaynga muvofiq embrional rivojlanishni boshqaring.

43-3 *Mantraning* sifati , diqqatni jamlashning aqliy quroli tomonidan chiqarilgan urg'u urug'i tovushlari. *Puranalar* (qadimgi *shastralalar*) yoki risolalar) tasvirlab bering bular *mantrik* urushlar orasida *devalar* va *asuralar* (xudolar va jinlar). An *asura* bir marta sinab ko'rdi kuchli qo'shiq bilan *devani* o'ldirish . Lekin noto'g'ri talaffuz tufayli aqliy bomba bumerang vazifasini bajardi va jinni o'ldirdi.

43-4 : Misollar ning shunday vakolatlar bor emas istak hatto yoqilgan yer, sifatida ichida ... ish ning Helen Keller va boshqa noyob mavjudotlar.

43-5 : Lord Budda edi bir marta so'radi nima uchun a erkak kerak sevgi hammasi shaxslar teng ravishda. "Chunki" ... ajoyib o'qituvchi javob berdi, "ichida juda ko'p sonli va turli xil umr ko'rish davomiyligi ning har biri odam, har bir boshqa bo'lish bor da bitta vaqt yoki boshqa bo'lgan azizim ga uni."

43-6 : The sakkiz elementar fazilatlar qaysi kirish ichiga hammasi yaratilgan hayot, dan atom ga odam, bor yer, suv, olov, havo, efir, harakat, ong va individuallik. (*Bhagavad Gita* : VII: 4.)

43-7 : Kuzov anglatadi har qanday ruhni qamash, yoki yo'qmi yalpi yoki nozik. The uch tanalar bor qafaslar uchun ... Qush ning Jannat.

43-8 : Hatto sifatida Babaji yordam berdi Lahiri Mahasaya ga qutulish o'zi ning a ong osti istak dan ba'zi o'tmish hayot uchun a saroy, 34-bobda tasvirlanganidek .

43-9 : "Iso ularga dedi: — Jasad qayerda bo'lsa, burgutlar ham o'sha yerda to'planadi." - *Luqo* 17:37. Qayerda bo'lmasin ... jon bu o'ralgan ichida ... jismoniy tana yoki ichida ... astral tana yoki ichida ... sababchi tana, U yerda ... burgutlar ning Insonning hissiy zaifliklariga yoki astral va sababiy bog'liqliklarga asoslangan istaklar ham ruhni asirda saqlash uchun to'planadi.

43-10 "G'olibni Men Xudoyimning ma'badida ustun qilaman va u endi boshqa chiqmaydi (ya'ni, qayta tug'iladi)" yo'q ko'proq).ga uni bu yengib o'tish vasiyatnoma Men grant ga o'tirish bilan meni ichida mening taxt, hatto sifatida Men shuningdek yengib o'tgan, va

.ertalab to'plam pastga bilan mening Ota ichida uning taxt." - *Vahiy* 3:12, 21

43-11 Shri Yuktesvar, yer yuzidagi mujassamlashuvida bo'lgani kabi, vaqti-vaqti bilan kasallikning og'irligini o'z zimmasiga olganini anglatardi. ga yengillashtirish uning shogirdlarning karma, shunday ichida ... astral dunyo uning missiya sifatida a qutqaruvchi yoqilgan uni ga olish yoqilgan aniq Hiranyaloka aholisining astral karmasini qo'llab-quvvatlaydi va shu tariqa ularning yuqori sababchi dunyoga evolyutsiyasini tezlashtiradi.

43-12 : Hayot va o'lim sifatida nisbiylik nazariyalari ning fikr faqat. *Vedanta* ballar tashqarida bu Xudo bu ... faqat Haqiqat; hammasi ijod yoki alohida mavjudlik bu *mayya* yoki illyuziya. Bu falsafa ning monizm qabul qilindi uning eng yuqori ifoda ichida ... Shankaraning *Upanishad sharhlari*.

BOB: 44

Bilan Mahatma Gandi Da Wardha

xaddar (uyda yigirilgan paxta) gulchambarlari bilan kutib oldi . Bizning kichik guruhimiz avgust oyining erta tongida Vardxa stansiyasida poyezdning chang va issiqligidan xursand bo'lib tushdi. Yuklarimizni ho'kiz aravasiga topshirib, janob Desai va uning hamrohlari Babasaheb Deshmux va doktor Pingale bilan ochiq motorli vagonga chiqdik. Loyqa qishloq yo'llari bo'ylab qisqa yo'l bosib, bizni Hindistonning siyosiy avliyosining ashrami *Maganvadiga olib keldi*.

Janob Desai bizni darhol yozuv xonasiga boshlab bordi, u yerda oyoqlarini chalishtirib, Mahatma Gandi o'tirar edi. Bir qo'lida ruchka, ikkinchi qo'lida qog'oz parchasi, yuzida keng, g'alaba qozonuvchi, iliq tabassum bor edi!

"Xush kelibsiz!" u chizilgan ichida Hind tili; uni edi a Dushanba, uning haftalik kun ning sukunat.

Bu bizning birinchi uchrashuvimiz bo'lsa-da, biz bir-birimizga mehr bilan kulib yubordik. 1925-yilda Mahatma Gandi Ranchi maktabiga tashrif buyurib, uning

mehmonlar kitobiga samimiy hurmat bajo keltirgan edi.

100 funtlik kichkina avliyo jismoniy, ruhiy va ma'naviy salomatlik bilan nur sochardi. Uning mayin jigarrang ko'zlari aql-zakovat, samimiylik va farqlash bilan porlab turardi; bu davlat arbobi aql-zakovatga moslashdi va minglab huquqiy, ijtimoiy va siyosiy janglarda g'olib chiqdi. Dunyodagi boshqa hech bir rahbar o'z xalqi qalbida Gandi Hindiston uchun egallagan ishonchli o'rinni egallamagan. millionlab savodsiz odamlar. Ularning o'z-o'zidan paydo bo'lgan hurmati uning mashhur unvoni - *Mahatma* , "buyuk qalb"dir. **44-1** Faqat ular uchun Gandi o'z kiyimlarini keng multfilmli belbog' bilan cheklaydi, bu uning bundan ortiq narsaga qodir bo'lmagan ezilgan omma bilan birligining ramzi.



Mahatma Gandi

Men 1935-yil avgust oyida Vardhadagi Hindiston siyosiy avliyosi bilan uning qabristonida tinchgina tushlik qilyapman .

"Ashram aholisi to'liq sizning ixtiyoringizda; iltimos, har qanday xizmat uchun ularga qo'ng'iroq qiling." Janob Desai bizning guruhimizni yozuv xonasidan mehmonxonaga boshlab borayotganida, Mahatma menga o'ziga xos xushmuomalalik bilan shoshilinch yozilgan ushbu xatni uzatdi.

Yo'lboshchimiz bizni bog'lar va gulli dalalardan o'tib, panjarali derazalari bo'lgan plitkali tomli binoga olib bordi. Janob Desaining aytishicha, hovlidagi yigirma besh fut kenglikdagi quduq chorva mollarini sug'orish uchun ishlatilgan; yaqin atrofda guruchni maydalash uchun aylanuvchi tsement g'ildiragi bor edi. Bizning har bir kichik yotoqxonamizda faqat kamaytirib bo'lmaydigan minimal narsa - arqondan yasalgan karavot borligi isbotlandi. Oqlangan oshxona Bir burchagida jo'mrak,

boshqasida ovqat pishirish uchun o'choq borligi bilan maqtanardi. Quloqlarimizga oddiy Arkadiya tovushlari yetib borardi - qarg'alar va chumchuqlarning qichqirig'i, mollarning miyovlashi va toshlarni maydalash uchun ishlatiladigan chisellarning taqillashi.

Kuzatuv Janob Raytning sayohat kundalik, Janob Desai ochildi a sahifa va yozgan yoqilgan uni a ro'yxat ning *Satyagraha*

"Zo'ravonlik qilmaslik; Haqiqat; O'g'irlik qilmaslik; Nikohsiz qolish; Mulkka egalik qilmaslik; Tana mehnati; Tanglayni boshqarish; Qo'rqmaslik; Barcha dinlarga teng hurmat; *Svadeshi* (mahalliy ishlab chiqarishdan foydalanish); Daxlsizlikdan ozodlik. Bu o'n bir kishi kamtarlik ruhida qasamyod sifatida bajarilishi kerak."

(Gandi o'zi imzolangan bu sahifa yoqilgan ... ergashish kun, berish ... sana shuningdek, avgust 27, 1935-yil.)

Kelganimizdan ikki soat o'tgach, hamrohlarim bilan meni tushlikka chaqirishdi. Mahatma allaqachon ashram ayvonining arkadasi ostida, o'z kabinetining ro'parasida o'tirgan edi. Taxminan yigirma beshta yalangoyoq *satyagrahi* mis stakanlar va likopchalar oldida cho'kkalab o'tirishardi. Jamoatchilik ibodati; keyin *sariyog' sepilgan chapatis* (butun bug'doydan tayyorlangan xamirturushsiz non) , *talsari* (qaynatilgan va maydalangan sabzavotlar) va limon murabbosi solingan katta mis idishlarda dasturxonga tortilgan taom.

Mahatma *chapati* , qaynatilgan lavlagi, bir nechta xom sabzavotlar va apelsin yedi. Uning likopchasining yon tomonida qonni tozalovchi juda achchiq *neem* barglarining katta bo'lagi bor edi. U qoshig'i bilan bir bo'lakni ajratib, idishimga qo'ydi. Men uni suv bilan to'ldirib, onam meni yoqimsiz dozani yutishga majbur qilgan bolalik kunlarini esladim. Biroq, Gandi asta-sekin *neem* pastasini xuddi mazali shirinlik bo'lgandek zavq bilan yeb qo'ydi.

Bu arzimas voqeada men Mahatmaning o'z ongini his-tuyg'ulardan istalgan vaqtda ajratish qobiliyatini payqadim. Bir necha yil oldin unga qilingan mashhur appendektomiyani esladim. Anestezikadan bosh tortgan avliyo operatsiya davomida shogirdlari bilan xushchaqchaq suhbatlashdi, uning yuqumli tabassumi og'riqni bilmasligini ko'rsatib turardi.

Kunduzi Gandining taniqli shogirdi, ingliz admirali, hozirda Mirabay deb nomlangan Miss Madeleine Sladening qizi bilan suhbatlashish imkoniyati tug'ildi. 44-3 U menga kundalik ishlari haqida benuqson hind tilida gapirib berar ekan, uning kuchli, xotirjam yuzi g'ayrat bilan yorishib ketdi.

"Qishloqni qayta tiklash ishlari foydali! Har kuni ertalab soat beshda bir guruhimiz yaqin atrofdagi qishloq aholisiga xizmat ko'rsatish va ularga oddiy gigiena qoidalarini o'rgatish uchun boramiz. Biz ularning hojatxonalari va loy bilan qoplangan kulbalarini tozalashga odatlanganmiz. Qishloq aholisi savodsiz; ularni faqat o'rnak bilan o'rgatish mumkin!" U xursand bo'lib kuldi.

Men bu aslzoda ingliz ayoliga hayrat bilan qaradim, uning chinakam nasroniy kamtarligi odatda faqat "daxlsizlar" bajaradigan axlat yig'ish ishlarini bajarishga

imkon beradi.

"Men Hindistonga 1925-yilda kelganman", dedi u menga. "Bu yurtida men o'zimni "uyga qaytgandek" his qilyapman. Endi men hech qachon eski hayotim va eski qiziqishlarimga qaytishni istamayman."

Biz Amerika haqida bir oz suhbatlashdik. "Men har doim xursandman va hayratda qolaman", dedi u, "Hindistonga tashrif buyuradigan ko'plab amerikaliklarning ma'naviy mavzularga chuqur qiziqishini ko'rishdan xursandman va hayratda qolaman". **44-4**

Mirabayning qo'llari tez orada barcha ashram xonalarida va, albatta, Mahatma tufayli butun qishloq Hindiston bo'ylab hamma joyda mavjud bo'lgan *charka* (*aylanuvchi g'ildirak*) bilan band bo'ldi.

Gandining yozgi uylarni qayta tiklashni rag'batlantirish uchun jiddiy iqtisodiy va madaniy sabablari bor sanoat, lekin u barcha zamonaviy taraqqiyotni fanatik ravishda rad etishni maslahat bermaydi. Mashinalar, poyezdlar, avtomobillar, telegraf uning ulkan hayotida muhim rol o'ynagan! Qamoqda va tashqarida ellik yillik davlat xizmati, har kuni amaliy tafsilotlar va siyosiy dunyodagi qattiq voqeliklar bilan kurashish, uning muvozanatini, ochiq fikrliligini, aql-idrokini va g'alati insoniy tomoshaga bo'lgan hazil-mutoyibasini oshirdi.

Uchovimiz Babasaheb Deshmux mehmoni sifatida soat oltida kechki ovqatdan bahramand bo'ldik. Soat 19:00 da o'qilgan ibodat. Bir soatdan keyin biz *Maganvadi ashramida o'ttizta satyagrahi* to'plangan tomga chiqdik ichida a yarim doira atrofida Gandi. U edi cho'kkalab o'tirish yoqilgan a somon gilamcha, bir qadimgi cho'ntak soati uning oldida turardi. So'nib borayotgan quyosh palma va banyan daraxtlari ustidan so'nggi nurini sochdi; tunning gumburlashi va chigirtkalar boshlandi. Atmosfera osoyishta edi; men juda hayratda edim.

Janob Desai boshchiligidagi tantanali qo'shiq, guruhning javoblari; keyin *Gita* o'qishi. Mahatma menga yakuniy ibodatni o'qishni ishora qildi. Fikr va intilishning shunday ilohiy uyg'unligi! Abadiy xotira: ilk yulduzlar ostidagi Wardha tomidagi meditatsiya.

Soat sakkizda Gandi sukut saqlashga chek qo'ydi. Hayotining mashaqqatli mehnati undan vaqtini aniq taqsimlashni talab qiladi.

"Xush kelibsiz, Svamiji!" Bu safar Mahatmaning salomi qog'oz orqali emas edi. Biz hozirgina tomdan uning yozuv xonasiga tushdik, shunchaki kvadrat gilamchalar (stullarsiz), kitoblar solingan past stol bilan jihozlangan edik, qog'ozlar, va a bir nechta oddiy ruchkalar (emas favvora ruchkalar); a noaniq soat belgi qo'yilgan ichida burchak. Tinchlik va sadoqatning keng tarqalgan aurasi. Gandi o'zining jozibali, g'orga o'xshash, deyarli tishsiz tabassumlaridan birini bag'ishlayotgan edi.

"Yillar oldin," deb tushuntirdi u, "men yozishmalarimni ko'rib chiqish uchun vaqt ajratish vositasi sifatida haftalik sukut kunini nishonlashni boshlagan edim. Ammo endi bu yigirma to'rt soat hayotiy ma'naviy ehtiyojga aylandi. Vaqti-vaqti bilan chiqadigan sukut farmoni azob emas, balki ne'matdir."

Men chin dildan rozi bo'ldim. **44-5** Mahatma mendan Amerika va Yevropa haqida so'radi; biz Hindiston va dunyo sharoitlarini muhokama qildik.

— Mahadev, — dedi Gandi janob Desai xonaga kirganda, — iltimos, Svamiji ertaga kechqurun yoga haqida nutq so'zlashi uchun shahar hokimiyatida tadbir o'tkazing.

ahimsa haqida hech narsa bilishmaydi, **44-6** "Swamiji!" dedi u kulib.

Ertasi kuni ertalab bizning kichik guruhimiz mazali bug'doy bo'tqasi bilan, pekmez

va sut bilan erta nonushta qildi. Soat o'n yarimda bizni Gandi va satyagrahilar bilan tushlikka ashram ayvoniga taklif qilishdi . Bugun menyuda jigarrang guruch, yangi sabzavotlar va kardamon urug'lari bor edi.

Peshinda meni ashram atrofida, bir nechta tinchlanmaydigan sigirlarning yaylovida sayr qilayotganimda topdi. Gandi sigirlarni himoya qilishga juda qiziqdi.

"Men uchun sigir butun insoniy bo'lmagan dunyoni anglatadi, insonning hamdardligini o'z turidan tashqariga yoyadi", deb tushuntirgan Mahatma. "Inson sigir orqali o'z kimligini anglash uchun mo'ljallangan." Qadimgi rishilar nima uchun sigirni apotheoz uchun tanlaganliklari menga ayon. Hindistondagi sigir eng yaxshi taqqoslash edi; u mo'l-ko'pchilik bergan. U nafaqat sut bergan, balki dehqonchilikni ham mumkin qilgan. Sigir - bu rahm-shafqat she'ri; muloyim hayvonda rahm-shafqatni o'qiydi. U millionlab insoniyatning ikkinchi onasi. Sigirni himoya qilish Xudoning butun soqov yaratilishini himoya qilishni anglatadi. Yaratilishning quyi darajasining jozibasi yanada kuchliroq, chunki u so'zsizdir.

Pravoslav hindularga uchta kundalik marosim buyuriladi. Ulardan biri *Bhuta Yajna bo'lib*, u yerda imonlilarga taom sifatida taqdim etiladi. hayvon qirollik. Bu marosim ramziy ma'noga ega erkakning amalga oshirish ning uning majburiyatlar ga Insonni ham yemiradigan tana identifikatsiyasi bilan instinktiv ravishda bog'langan kamroq rivojlangan yaratilish shakllari hayot, lekin insoniyatga xos bo'lgan ozod qiluvchi aql xususiyatidan mahrum. *Bhuta Yajna* shu tariqa insonning zaiflarga yordam berishga tayyorligini kuchaytiradi, chunki u o'z navbatida yuqori ko'rinmas mavjudotlarning son-sanoqsiz g'amxo'rliklaridan tasalli topadi. Inson shuningdek, yerda, dengizda va osmonda isrofgar bo'lgan tabiat in'omlarini yoshartirish uchun bog'langan. Tabiat, hayvonlar, inson va astral farishtalar o'rtasidagi aloqasizlikning evolyutsion to'sig'i jim sevgi xizmatlari orqali yengib o'tiladi.

Qolgan ikkita kundalik *yajnalari Pitri* va *Nri*. *Pitri Yajna* ajdodlarga qurbonlik qilishdir, insonning o'tmishga bo'lgan qarzini tan olishining ramzi sifatida, uning donoligi mohiyati bugungi insoniyatni yoritadi. *Nri Yajna* - bu notanishlarga yoki kambag'allarga oziq-ovqat qurbonligi, insonning hozirgi mas'uliyati va zamondoshlari oldidagi burchlarining ramzi.

Kunduzi erta tongda men Gandining kichkina qizlar uchun ashramiga tashrif buyurib, qo'shnichilik *Nri Yajna ibodatini bajardim. Janob Rayt menga o'n daqiqalik yo'lda hamrohlik qildi. Uzun poyali rang-barang sarilar ustida kichkina gulsimon yuzlar!* Hind tilida qisqa suhbat oxirida ⁴⁴⁻⁷ Men ochiq havoda gapirayotgan edim, osmon to'satdan yomg'ir yog'di. Janob Rayt va men kulib mashinaga chiqdik va kumushrang tuslar orasida *Maganvadi tomon yugurdik. Naqadar tropik shiddat va chaqnash!*

Mehmonxonaga qayta kirganimda, hamma joyda mavjud bo'lgan soddalik va fidoyilik alomatlari meni yana bir bor hayratga soldi. Gandining mulkka egalik qilmaslik haqidagi qasamyodi uning turmush qurgan hayotining boshida paydo bo'lgan. Mahatma unga yillik daromadi 20 000 dollardan ortiq bo'lgan keng qamrovli yuridik

amaliyotidan voz kechib, barcha boyligini kambag'allarga tarqatib yubordi.

Shri Yuktesvar ishlatilgan ga tiqib qo'yish muloyim qiziqarli da ... odatda yetarli emas tushunchalar ning voz kechish.

"Tilanchi boylikdan voz kecha olmaydi", derdi ustoz. "Agar bir kishi: "Mening biznesim..." deb nolisa. muvaffaqiyatsizlikka uchradi; xotinim meni tashlab ketdi; men hamma narsadan voz kechaman va monastirga boraman', u qaysi dunyoviy qurbonlikni nazarda tutmoqda? U boylik va muhabbatdan voz kechmadi; ular undan voz kechishdi!

Boshqa tomondan, Gandi kabi avliyolar nafaqat moddiy qurbonliklar qilishdi, balki xudbinlik niyatlari va shaxsiy maqsadlaridan voz kechishning yanada qiyin yo'lini ham qo'yishdi, bu esa o'zlarining ichki borliqlarini birlashtirdi.

... oqim ning insoniyat sifatida a butun.

Mahatmaning ajoyib rafiqasi Kasturabai, u o'zi va farzandlari uchun boyligining bir qismini ajratmaganida, e'tiroz bildirmadi. Yoshligida turmushga chiqqan Gandi va uning rafiqasi bir nechta o'g'il tug'ilgandan keyin turmush qurmaslik qasamyodini qabul qilishdi. **44-8** Kuchli vaziyatda xotirjam qahramon ularning birgalikdagi hayotidagi drama bo'ldi, Kasturabai erining orqasidan qamoqqa ketdi va uch haftalik hayoti bilan o'rtoqlashdi. ro'zalar, va to'liq tug'ma uni ulashish ning uning cheksiz majburiyatlar. U bor pullik Gandiga quyidagi hurmat bajo keltirildi:

Sizga umrbod hamrohingiz va yordamchingiz bo'lish sharafiga muyassar bo'lganingiz uchun tashakkur. Jinsiy aloqaga emas, balki *brahmacharya* (o'zini tuta bilish)ga asoslangan dunyodagi eng mukammal nikohingiz uchun tashakkur. Hindiston uchun hayotingizda meni tengdoshingiz deb bilganingiz uchun tashakkur. Vaqtini qimor o'yinlariga, poygalarga, ayollarga, sharobga va qo'shiqlarga sarflaydigan, kichkina bola bolalik o'yinchoqlaridan tezda charchaganidek, xotinlari va bolalaridan charchaydigan erlardan biri bo'lmaganingiz uchun tashakkur. Siz boshqalarning mehnatidan foydalanib boyib ketishga vaqt ajratgan erlardan biri bo'lmaganingiz uchun qanchalik minnatdorman.

Xudoni va Vatanni poradan ustun qo'yganingiz, e'tiqodingiz jasorati va Xudoga to'liq va yashirin ishonchingiz borligidan qanchalik minnatdorman. Xudoni va Vatanini mendan ustun qo'ygan er uchun qanchalik minnatdorman. Hayot tarzimizni juda ko'pdan juda kichikga o'zgartirganingizga qarshi noliganimda va isyon ko'targanimda, menga va yoshlikdagi kamchiliklarimga nisbatan bag'rikengligingiz uchun sizga minnatdorman.

Yoshligimda ota-onangizning uyida yashardim; onangiz ajoyib va mehribon ayol edi; u meni tarbiyaladi, jasur va jasur xotin bo'lishni va bo'lajak erim bo'lgan o'g'lining sevgisi va hurmatini qanday saqlashni o'rgatdi. Yillar o'tib, siz Hindistonning eng sevimli rahbariga aylanganingiz sari, men... hech biri ning ... qo'rquvlar bu qamal qilingan ... xotin JSSV may bo'lish aktyorlar tarkibi chetga qachon uni er bor Boshqa mamlakatlarda tez-tez sodir bo'ladiganidek, muvaffaqiyat narvonidan ko'tarildim. O'lim baribir bizni er va xotin topishini bilardim.

Kasturabai yillar davomida butparast Mahatma millionlab odamlarni jalb qila oladigan davlat mablag'larining xazinachisi vazifasini bajargan. Hindiston uylarida ko'plab kulgili hikoyalar mavjud. erlarning xotinlarining Gandi uchrashuviga biron bir taqinchoq taqib kelishidan xavotirda bo'lishlari; Mahatmaning sehrli tili, ezilganlar uchun yolvorib, boylarning qo'llari va bo'yinlaridan oltin bilaguzuklar va olmos marjonlarni yig'ish savatiga solib qo'yadi!

Bir kuni davlat xazinachisi Kasturabai to'rt rupiy miqdoridagi mablag'ni hisoblay olmadi. Gandi tegishli ravishda auditorlik xulosasini e'lon qildi, unda u xotinining to'rt rupiylik farqini muqarrar ravishda ko'rsatib berdi.

Men bu voqeani amerikalik talabalarimning darslaridan oldin tez-tez aytib berardim. Bir kuni kechqurun zaldagi bir ayol g'azab bilan xo'rsinib qo'ydi.

"Mahatma bo'ladimi yoki yo'qmi, Mahatma", deb qichqirdi u, "agar u mening erim bo'lganida, men unga bunday keraksiz jamoatchilik haqorati uchun ko'z qisib qo'ygan bo'lardim!"

Amerikalik xotinlar va hindu xotinlari haqida xushmuomalalik bilan hazillashganimizdan so'ng, men batafsilroq tushuntirishga o'tdim.

"Gandini xonim Mahatmani eri emas, balki o'zining gurus, huquqiga ega bo'lgan shaxs deb biladi." "Uni hatto ahamiyatsiz xatolari uchun ham jazolash uchun", deb ta'kidlagan edim men. "Kasturabay omma oldida tanbeh berilganidan bir muncha vaqt o'tgach, Gandi siyosiy ayblov bilan qamoq jazosiga hukm qilindi. U xotirjamlik bilan xotini bilan xayrlashayotganda, Gandi uning oyoqlariga yiqildi. "Ustoz," dedi u kamtarlik bilan, "agar men sizni xafa qilgan bo'lsam, iltimos, meni kechiring." **44-9**

O'sha kuni tushdan keyin soat uchda, Wardhada, oldindan kelishib olganim bois, o'z xotinidan qat'iyatli shogird tayyorlashga muvaffaq bo'lgan avliyoning yozuv xonasiga bordim - bu noyob mo'jiza! Gandi unutilmas tabassum bilan boshini ko'tardi.

— Mahatmaji, — dedim men uning yoniga, yumshoq gilamchaga cho'kkalab, — iltimos, ahimsaning ta'rifini *ayting* .

"The qochish ning zarar ga har qanday yashash mavjudot ichida fikr yoki hujjat."

"Go'zal ideal! Lekin dunyo doim so'raydi: Bolani yoki o'zini himoya qilish uchun kobrani o'ldirmaslik kerakmi ?"

"Men ikkita qasamimni - qo'rqmaslik va o'ldirmaslikni buzmasdan kobrani o'ldira olmasdim. Men ilonni sevgi tebranishlari bilan tinchlantirishga ichimdan harakat qilishni afzal ko'raman. Men o'z sharoitlarimga mos ravishda o'z me'yorlarimni hech qachon pasaytira olmayman." Gandi o'zining ajoyib samimiyligi bilan qo'shimcha qildi: "Tan olishim kerakki, agar kobraga duch kelsam, bu suhbatni davom ettira olmagan bo'lardim!"

Men ta'kidladi yoqilgan bir nechta juda yaqinda G'arbiy kitoblar yoqilgan parhez qaysi yotish yoqilgan uning stol.

Satyagrahi harakatida parhez muhim ahamiyatga ega - boshqa hamma joyda bo'lgani kabi", dedi u xirillagancha. "Men *satyagrahilar uchun to'liq itoatkorlikni qo'llab-quvvatlaganim uchun* , men har doim nikohsizlar uchun eng yaxshi parhezni topishga harakat qilaman. Reproduktiv instinktning boshqarishdan oldin, odam tanglayni zabt etishi kerak. Yarim ochlik yoki muvozanatsiz parhezlar yechim emas. Ovqatga bo'lgan ichki *ochko'zlikni yenggandan so'ng*, *satyagrahi* barcha zarur vitaminlar, minerallar, kaloriyalar va boshqalar bilan oqilona vegetarian parheziga rioya qilishda davom etishi kerak. Ovqatlanish borasida ichki va tashqi donolik orqali SATYAGRAHIning jinsiy suyuqligi osongina butun tana uchun hayotiy energiyaga aylanadi."

Mahatma bilan men yaxshi go'sht o'rnini bosuvchi mahsulotlar haqidagi bilimlarimizni taqqosladik. "Avakado juda zo'r", dedim men. "Kaliforniyadagi markazim yaqinida ko'plab avakado bog'lari bor."

Gandining yuzi qiziqishdan yorishib ketdi. "Qiziq, ular Vardxada o'sadimi? Satyagraxilar *yangi* ovqatni qadrlashadi."

"Men Los-Anjelesdan Wardhaga avokado o'simliklarini yuborishga aminman." **44-10**
Men qo'shimcha qildim: "Tuxum oqsilga boy oziq-ovqat; ularni *satyagrahi qilish taqiqlanganmi*?"

— Urug'lanmagan tuxum emas, — deb kuldi Mahatma. — Yillar davomida men ularning ishlatilishiga qarshi emas edim; hatto hozir ham shaxsan men ularni yemayman. Kelinlarimdan biri bir paytlar to'yib ovqatlanmaslikdan o'layotgan edi; shifokori tuxum iste'mol qilishni talab qildi. Men rozi bo'lmadim va unga bir oz berishni maslahat berdim. tuxum o'rnini bosuvchi.

"Gandiji' ... shifokor dedi, urug'lanmagan tuxum o'z ichiga olish yo'q hayot sperma; yo'q o'ldirish bu ishtirok etgan.

"Keyin men kelinimga tuxum yeyishga mamnuniyat bilan ruxsat berdim; u tez orada sog'ayib ketdi ."

Avvalgi kecha Gandhi Lahiri Mahasayaning *Kriya Yogasini olish istagini bildirgan edi* . Men Mahatmaning ochiq fikrliligi va izlanish ruhidan ta'sirlandim. U o'zining ilohiy izlanishlarida bolalarcha bo'lib, Iso bolalarda maqtagan sof qabul qilishni ochib beradi: "... Osmon Shohligi shundaylarnikidir".

Va'da qilingan ko'rsatma vaqti keldi; endi xonaga bir nechta *satyagrahilar kirishdi - janob Desai, doktor Pingale va Kriya texnikasini istagan boshqa bir nechta odamlar.*

Men avval kichik sinfga jismoniy *Yogoda* mashqlarini o'rgatdim. Tana yigirma qismga bo'lingan holda tasavvur qilinadi; iroda energiyani har bir qismga yo'naltiradi. Ko'p o'tmay, hamma mening oldimda inson motori kabi tebrana boshladi. Gandining yigirma tanasining to'liq ta'sirini har doim to'liq ko'zga ko'rinadigan holda kuzatish oson edi! Juda ozg'in bo'lsa-da, u yoqimsiz emas; tanasining terisi silliq va ajinsiz.

Keyinroq Men boshlangan ... guruh ichiga ... ozod qiluvchi texnika ning *Kriya Yoga* .

Mahatma barcha dunyo dinlarini hurmat bilan o'rgangan. Jayn yozuvlari, Muqaddas Kitobdagi Yangi Ahd va Tolstoyning sotsiologik yozuvlari **44-11** Gandining zo'ravonliksiz e'tiqodlarining uchta asosiy manbai. U o'z e'tiqodini quyidagicha bayon qilgan:

Qur'onga va *Zend-Avestaga* ishonaman **44-12** *Vedalar* kabi ilohiy ilhomga ega bo'lish . Men Guru institutiga ishonaman, lekin bu asrda millionlab odamlar Gurusiz qolishlari kerak, chunki bu kamdan-kam uchraydigan holat. narsa ga topish a kombinatsiya ning mukammal poklik va mukammal o'rganish. Lekin bitta ehtiyoj emas o'z dinining haqiqatini hech qachon bilishdan umidsizlikka tushish, chunki har bir dinda bo'lgani kabi hinduizm asoslari ham buyuk dinlar o'zgarmas va oson tushuniladi.

Men ishonish kabi har bir Hindu ichida Xudo va Uning birlik, ichida qayta tug'ilish va najot. Men banka yo'q Ko'proq

Hinduizmga bo'lgan his-tuyg'ularimni o'z xotinimga bo'lgan his-tuyg'ularimdan ko'ra

tasvirlab bering. U meni dunyodagi boshqa hech bir ayol kabi ta'sirlantira olmaydi. Uning kamchiliklari yo'qligidan emas; men o'zim ko'rganimdan ko'ra ko'proq narsalarga ega deb ayta olaman. Lekin uzluksiz rishtalar tuyg'usi bor. Shunga qaramay, men hinduizmga barcha kamchiliklari va cheklovlari bilan qarayman. Hech narsa meni Gita musiqasi *yoki* Tulsidasning *Ramayana asari kabi zavqlantirmaydi* . Men oxirgi nafasimni olayotgandek tuyulganimda, *Gita* mening taskinim edi.

Hinduizm faqat bitta din emas. Unda dunyoning barcha payg'ambarlariga sig'inish uchun joy bor. **44-13** Bu atamaning oddiy ma'nosida missionerlik dini emas. Unda shubha yo'q.

ko'plab qabilalarni o'z ichiga olgan, ammo bu singdirish evolyutsion, sezilmaydigan xususiyatga ega bo'lgan. Hinduizm har bir kishiga Xudoga o'z e'tiqodi yoki *dharmasiga muvofiq sig'inishni buyuradi* , **44-14** va shuning uchun u barcha dinlar bilan tinch-totuv yashaydi.

Gandi Masih haqida shunday deb yozgan edi: "Ishonchim komilki, agar U hozir odamlar orasida yashaganida, Uning ismini hech qachon eshitmagan ko'p odamlarning hayotini duo qilar edi... xuddi yozilganidek: "Menga: "Hazrat, Hazrat" degan har bir kishi emas... balki Otamning irodasini bajargan kishidir". **44-15** Iso o'z hayotining saboqlarida insoniyatga ulug'vor maqsad va barchamiz intilishimiz kerak bo'lgan yagona maqsadni berdi. Men U nafaqat nasroniylikka, balki butun dunyoga, barcha yerlarga va irq'larga tegishli ekanligiga ishonaman.

Wardhadagi so'nggi oqshomimda men janob Desai tomonidan shahar hokimiyatida chaqirilgan yig'ilishda nutq so'zladim. Yoga haqidagi nutqni tinglash uchun xona deraza tokchalarigacha gavjum edi, taxminan 400 kishi yig'ilgan edi. Men avval hind tilida, keyin ingliz tilida gapirdim. Bizning kichik guruhimiz tinchlik va yozishmalar bilan o'ralgan holda, Gandini xayrli tun ko'rish uchun ashramga qaytishdi.

Men soat 5:00 da uyg'onganimda hali tun qotgan edi. Qishloq hayoti allaqachon qizib ketgan edi; avval ashram darvozalari yonida ho'kiz aravasi, keyin esa boshiga katta yukini qo'ygan dehqon. Nonushtadan keyin uchalamiz xayrlashuv *so'zlari uchun Gandini qidirdilar* . Avliyo ertalabki ibodat uchun soat to'rtida turdi.

"Mahatmaji, xayr! Men tiz cho'kdi ga teginish uning oyoqlar. "Hindiston bu xavfsiz ichida sizning saqlash!"

Wardha idilidan beri yillar o'tdi; yer, okeanlar va osmon urush ichidagi dunyo bilan qorong'ilashdi. Buyuk rahbarlar orasida yolg'iz qolgan Gandi qurolli kuchga amaliy zo'ravonliksiz alternativa taklif qildi. Shikoyatlarni bartaraf etish va adolatsizliklarni bartaraf etish uchun Mahatma ... dan foydalandi. zo'ravonliksiz vositalar o'zining samaradorligini qayta-qayta isbotladi. U o'z ta'limotini quyidagi so'zlar bilan bayon qiladi:

Men hayot vayronagarchilik o'rtasida davom etishini aniqladim. Shuning uchun vayronagarchilikdan yuqori qonun bo'lishi kerak. Faqat shu qonunga muvofiq, tartibli jamiyat tushunarli bo'ladi va hayot yashashga arziydi.

Agar bu hayot qonuni bo'lsa, biz uni kundalik hayotda ishlab chiqishimiz kerak. Qaerda urush bo'lmasin, qayerda raqibga duch kelsak ham, sevgi bilan yenging. Men sevgining aniq qonunini aniqladim o'z hayotimda halokat qonuni hech qachon bunday qilmagandek javob berdi.

Hindistonda biz ushbu qonunning iloji boricha keng miqyosda amal qilishini ko'z bilan ko'rdik. Men zo'ravonliksiz harakat Hindistondagi 360 000 000 kishiga singib

ketgan deb da'vo qilmayman, lekin men uning nihoyatda qisqa vaqt ichida boshqa har qanday ta'limotga qaraganda chuqurroq kirib borganini da'vo qilaman.

Zo'ravonliksiz ruhiy holatga erishish uchun ancha mashaqqatli mashg'ulotlar talab etiladi. Bu askar hayoti kabi intizomli hayotdir. Mukammal holatga faqat ong, tana va nutq to'g'ri muvofiqlashtirilganda erishiladi. Agar biz haqiqat qonuni va zo'ravonliksiz hayot qonunini yaratishga qaror qilsak, har qanday muammo o'z yechimini topadi.

Xuddi olim tabiat qonunlarini turli xil qo'llash orqali mo''jizalar yaratganidek, sevgi qonunlarini ilmiy aniqlik bilan qo'llaydigan odam ham bundan ham katta mo''jizalar yaratishi mumkin. Zo'ravonliksiz harakat masalan, elektr kabi tabiat kuchlaridan cheksiz darajada ajoyib va nozikroq. Sevgi qonuni har qanday zamonaviy fandan ancha buyukroq fandır.

Tarixga murojaat qilsak, insoniyat muammolari qo'pol kuch ishlatish bilan hal qilinmaganligini oqilona ta'kidlash mumkin. Birinchi jahon urushi Ikkinchi jahon urushiga aylanib ketgan urush karmasining dunyoni larzaga solgan to'pini keltirib chiqardi. Faqat birodarlikning ilqligi hozirgi ulkan urush karmasini eritishi mumkin, aks holda u uchinchi jahon urushiga aylanishi mumkin. Bu muqaddas uchlik atom bombalarining yakuniy natijasi bilan To'rtinchi jahon urushi ehtimolini abadiy yo'q qiladi. Nizolarni hal qilishda inson aqli o'rniga o'rmon mantig'idan foydalanish yerni o'rmonga qaytaradi. Agar hayotda birodarlar bo'lmasa, zo'ravon o'limda birodarlar.

Urush va jinoyatchilik hech qachon o'z samarasini bermaydi. Portlovchi yo'qlik tutuniga aylanib ketgan milliardlab dollarlar deyarli kasalliklardan va qashshoqlikdan butunlay xoli bo'lgan yangi dunyoni yaratish uchun yetarli bo'lar edi. Qo'rquv, betartiblik, ocharchilik, o'lat, dahshatli *raqslar yurti emas*, balki tinchlik, farovonlik va kengayib borayotgan bilim yurti.

Gandining zo'ravonliksiz ovozi insonning eng oliy vijdoniga murojaat qiladi. Millatlar endi o'lim bilan emas, balki hayot bilan; vayronagarchilik bilan emas, balki qurilish bilan; yo'q qiluvchi bilan emas, balki Yaratguvchi bilan ittifoq tuzsinlar.

"Har qanday xafagarchilik bo'lsa ham kechirish kerak", deyilgan Mahabharatada . "Turlarning davom etishi insonning kechirimlilik bilan bog'liq, deyilgan. Kechirim - bu muqaddaslik; kechirim orqali koinot birlashadi. Kechirim - bu qudratlilarning qudrati; kechirim - bu qurbonlik; kechirim - bu xotirjamlik. Kechirimlilik va muloyimlik - bu o'zini tuta biladiganlarning fazilatları." Ular vakillik qilish abadiy fazilat."

Zo'ravonliksiz hayot kechirish kechirim va sevgi qonunining tabiiy natijasidir. Gandi ta'kidlaganidek, "agar solih jangda hayotdan mahrum bo'lish zarur bo'lib qolsa, Iso singari boshqalarning emas, balki o'zining qonini to'kishga tayyor bo'lish kerak. Oxir-oqibat dunyoda to'kilgan qon kamroq bo'ladi."

Nafratga muhabbat bilan, zo'ravonlikka zo'ravonliksiz qarshilik ko'rsatgan, qasos olish o'rniga shafqatsizlarcha qirg'in qilinishiga yo'l qo'ygan hind *satyagrahları* haqida dostonlar qachondir yoziladi . yoqilgan aniq tarixiy holatlar edi bu ... qurollangan raqiblar tashladi pastga ularning qurollar va qochib ketdi, uyatli, titragan ga ularning chuqurliklar tomonidan ... ko'rish ning erkaklar JSSV qadrli ... hayot ning boshqa o'zlaridan yuqori.

"Agar kerak bo'lsa, men uzoq vaqt kutardim", deydi Gandi, "qonli yo'llar bilan mamlakatim ozodligini izlashdan ko'ra." Mahatma hech qachon ulug'vor ogohlantirishni unutmaydi: "Qilich ko'targanlarning hammasi qilichdan halok bo'ladi." **44-16** Gandi shunday deb yozgan:

Men o'zimni millatchi deb atayman, lekin mening millatchiligim olam kabi kengdir. U o'z ichiga hamma narsani qamrab oladi ... millatlar ning ... yer. **44-17** Mening millatchilik o'z ichiga oladi ... farovonlik ning ... butun dunyo. Men qil

Hindistonim boshqa xalqlar ustidan kuydirilishini istamayman. Men Hindistonning birorta ham insonni ekspluatatsiya qilishini istamayman. Men Hindistonning kuchli bo'lishini va o'z kuchi bilan boshqa xalqlarni ham yuqtirishini istayman. Bugungi kunda Yevropadagi birorta ham xalq bilan bunday emas; ular boshqalarga kuch bermaydilar.

Prezident Uilson o'zining o'n to'rtta go'zal fikrini tilga oldi, ammo shunday dedi: "Axir, agar tinchlikka erishishga bo'lgan bu urinishimiz muvaffaqiyatsizlikka uchrasa, bizda qurol-yarog'imizga tayanishimiz kerak." Men bu pozitsiyani o'zgartirmoqchiman va aytaman: "Bizning qurol-yarog'imiz allaqachon muvaffaqiyatsizlikka uchradi. Keling, endi yangi narsani qidiraylik; sevgi va haqiqat bo'lgan Xudoning kuchini sinab ko'raylik." Bunga erishganimizda, biz boshqa hech narsani xohlamaymiz.

Mahatma tomonidan minglab haqiqiy *satyagrahilarni* (ushbu bobning birinchi qismida eslatib o'tilgan o'n bitta qat'iy qasamyod qilganlar) o'qitish orqali, ular o'z navbatida xabarni tarqatish orqali; sabr-toqat bilan hind xalqini ma'naviy va oxir-oqibat moddiy narsalarni tushunishga o'rgatish orqali. zo'ravonliksiz qurollar bilan xalqini qurollantirish orqali - adolatsizlikka qarshi hamkorlik qilmaslik, qurolga murojaat qilish o'rniga xo'rliklarga, qamoqqa, o'limga chidashga tayyorlik; *satyagrahilar orasida qahramonona shahidlikning son-sanogsiz misollari orqali dunyo hamdardligini jalb qilish orqali* Gandi zo'ravonliksiz kuchning amaliy mohiyatini, uning nizolarni urushsiz hal qilishdagi tantanali kuchini ajoyib tarzda tasvirlab berdi.

Gandi o'z yeri uchun zo'ravonliksiz yo'llar bilan allaqachon o'qlar orqali emas, balki boshqa biron bir mamlakat rahbari tomonidan qo'lga kiritilganidan ko'ra ko'proq siyosiy imtiyozlarga erishdi. Barcha yomonliklar va yovuzliklarni yo'q qilishning zo'ravonliksiz usullari nafaqat ... da ajoyib tarzda qo'llanilgan. siyosiy maydonda, ammo Hindiston ijtimoiy islohotlarining nozik va murakkab sohasida. Gandi va uning izdoshlari hindular va musulmonlar o'rtasidagi ko'plab uzoq yillik adovatlariga barham berishdi; yuz minglab musulmonlar Mahatmani o'zlarining yetakchisi sifatida ko'rishadi. Daxlsizlar topdilar uni ularning qo'rqmas va g'alaba qozongan chempioni deb atashdi. "Agar men uchun qayta tug'ilish bo'lsa", deb yozgan Gandi, "men tilak ga bo'lish tug'ilgan a pariah ichida ... o'rtada ning pariahlar, chunki shu bilan Men bo'lardi bo'lish qodir ga ularga yanada samarali xizmat ko'rsatish."

Mahatma haqiqatan ham "buyuk qalb"dir, ammo bu unvonni berishga aql-idrokka ega bo'lganlar millionlab savodsizlar edi. Bu muloyim payg'ambar o'z yurtida ulug'lanadi. Oddiy dehqon Gandining yuksak chaqirig'iga dosh bera oldi. Mahatma insonning tug'ma olijanobligiga chin dildan ishonadi. Muqarrar muvaffaqiyatsizliklar uni hech qachon hafsalasini pir qilmagan. "Hatto raqib uni o'ynatsa ham." "Yigirma marta yolg'on gapirsa," deb yozadi u, " *satyagrahi* unga

yigirma birinchi marta ishonishga tayyor, chunki inson tabiatiga yashirin ishonch e'tiqodning asl mohiyatidir." **44-18**

"Mahatmaji, siz ajoyib insonsiz. Dunyo siz kabi harakat qilishini kutmasligingiz kerak." Bir marta tanqidchi shunday degan edi.

"Biz o'zimizni qanday aldayotganimiz, tanani yaxshilash mumkin deb o'ylashimiz, lekin ruhning yashirin kuchlarini uyg'otishning iloji yo'qligi qiziq", deb javob berdi Gandi. "Men agar menda bu kuchlardan birortasi bo'lsa, men ham xuddi biz kabi zaif odam ekanligimni va hech qachon o'zimda g'ayrioddiy narsa bo'lmaganini va hozir ham yo'qligini ko'rsatishga harakat qilyapman. Men boshqa har qanday odam kabi xato qilishga moyil oddiy odamman. Biroq, men xatolarimni tan olish va orqaga qaytish uchun yetarlicha kamtarlikka ega ekanligimni bilaman. Men Xudoga va Uning yaxshiligiga sobit ishonchim borligini bilaman va..."

haqiqat va sevgiga bo'lgan cheksiz ehtiros. Lekin bu har bir insonda yashiringan narsa emasmi? Agar biz taraqqiyotga erishmoqchi bo'lsak, tarixni takrorlamasligimiz, balki yangi tarix yaratishimiz kerak. Biz ajdodlarimiz qoldirgan merosga qo'shimchalar kiritishimiz kerak. Agar biz ajoyib dunyoda yangi kashfiyotlar va ixtirolar qila olsak, ma'naviy sohada bankrotligimizni e'lon qilishimiz kerakmi? Istisnolarni qoidaga aylantirish uchun ularni ko'paytirishning iloji yo'qmi? Inson har doim avval qo'pol, agar umuman bo'lsa, keyin bo'lishi kerakmi? **44-19**

Amerikaliklar Uilyam Pennning 17-asrda Pensilvaniyada o'zining koloniyasiga asos solgan muvaffaqiyatli zo'ravonliksiz tajribasini faxr bilan eshlari mumkin. U yerda "qal'alar ham, askarlar ham, militsiya ham, hatto qurol ham yo'q edi". Yangi ko'chmanchilar va qizil hindular o'rtasida davom etayotgan vahshiy chegara urushlari va qirg'inlar orasida faqat Pensilvaniya kvakerlarigina tinch qolishdi. "Boshqalar o'ldirildi; boshqalari qirg'in qilindi; lekin ular xavfsiz edi. Birorta ham kvaker ayol hujumga uchramadi; yo'q "Kvaker bolasi o'ldirildi, birorta ham kvaker odami qiynoqqa solinmadi." Kvakerlar nihoyat shtat boshqaruvidan voz kechishga majbur bo'lganlarida, "urush boshlandi va ba'zi Pensilvaniyaliklar o'ldirildi. Ammo atigi uchta kvaker o'ldirildi, ulardan uchta o'z dinlaridan voz kechib, mudofaa qurollarini ko'tarib yurishgan edi ."

"Birinchi jahon urushida (I) kuch ishlatish tinchlik keltirmadi", deb ta'kidlagan Franklin D. Ruzvelt. "G'alaba ham, mag'lubiyat ham behuda edi. Dunyo bu saboqni olishi kerak edi."

"Zo'ravonlik qurollari qancha ko'p bo'lsa, insoniyatga shuncha ko'p azob-uqubatlar tug'iladi", deb o'rgatgan Lao-tsi. "Zo'ravonlikning g'alabasi motam bayrami bilan tugaydi".

Satyagraha asosida muvaffaqiyatga erishsa , bu vatanparvarlikka va agar men buni to'liq kamtarlik bilan aytishim mumkin bo'lsa, hayotning o'ziga yangi ma'no beradi."

G'arb Gandining dasturini amaliy bo'lmagan xayolparastlarning biri sifatida rad etishdan oldin, avval Galiley ustozining *Satyagraha ta'rifi haqida o'ylab ko'ring*:

"Sizlar: "Ko'z evaziga ko'z, tish evaziga tish", deyilganini eshitgansizlar. Lekin Men sizga aytaman: yomonlikka qarshi turmanglar. **44-20** Lekin kim seni o'ng yuzingga ursa, unga ikkinchi yuzingni ham o'gir.

Gandi davri kosmik vaqtni aniq belgilashning go'zalligi bilan ikki jahon urushi tomonidan allaqachon vayron bo'lgan va vayron bo'lgan asrga cho'zildi. Uning hayotining granit devorida ilohiy qo'lyozma paydo bo'ldi: birodarlar orasida qon to'kilishining oldini olish uchun ogohlantirish.

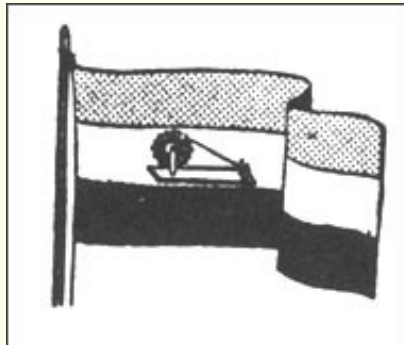
MAHATMA Gandining QO'L YOZISHI IN HINDI

इस संस्था की मेरी स्मृति का (मेरी स्मृति का) है इस संस्था
 का मेरे मन पर अच्छा पड़ा है. चारों ओर की प्रकृति में मैं आता हूँ।
 मैं और आत्मा की आशा रखता हूँ।
 भा. ग. २० मोहनदासजी

Mahatma Gandhi mening Ranchidagi yoga mashg'ulotlari bilan shug'ullanadigan o'rta maktabimga tashrif buyurdi. U yuqoridagi satrlarni Ranchi mehmonlar kitobiga xushmuomalalik bilan yozib qo'ydi. Tarjimasi: "Bu muassasa mening ongimda chuqur taassurot qoldirdi. Men bu maktab aylanma g'ildirakdan amaliy foydalanishni rag'batlantirishiga katta umid qilaman."

MOHANDALAR GANDI (*Imzo*)

Sentyabr 17, 1925-yil



Hindistonning milliy bayrog'i 1921-yilda Gandhi tomonidan ishlab chiqilgan. Chiziqlar za'faron, oq va yashil rangda; markazdagi *charka* (*aylanuvchi g'ildirak*) *to'q ko'k rangda*. " *Charka* energiyani anglatadi", deb yozgan u, "va eslatadi bizni bu davomida ... o'tmish davrlar ning farovonlik ichida Hindistonning tarix, qo'l yigirish va boshqa uy hunarmandchiligi mashhur edi.

44-1 : Uning oila ism bu Mohandas Karamchand Gandhi. U hech qachon havola qiladi ga o'zi sifatida "Mahatma."

44-2 : The so'zma-so'z tarjima dan Sanskritcha bu "ushlab turish ga haqiqat." *Satyagraha* bu ... mashhur zo'ravonliksiz harakat LED Gandhi tomonidan .

44-3 : Soxta va afsuski! zararli hisobotlar edilar yaqinda muomalada bo'lgan bu Miss Slade bor uzilgan hammasi uni duranglar bilan Gandhi va qasamlaridan voz kechdi. Yigirma yil davomida Mahatmaning *Satyagraha shogirdi bo'lgan Miss Slade Birlashgan Millatlar Tashkilotiga* imzolangan bayonot berdi. *Matbuot* , sanalangan Dekabr 29, 1945-yil, ichida qaysi u tushuntirildi bu a seriya ning asossiz mish-mishlar paydo bo'ldi keyin u bor edi Gandining duosi bilan Hindistonning shimoli-sharqidagi Himolay tog'lari yaqinidagi kichik bir joyga, u yerda hozir gullab-yashnayotgan markazini barpo etish maqsadida jo'nab ketdi. *Kisan Ashram* (markazda uchun tibbiy va qishloq xo'jaligi yordam ga dehqon fermerlar). Mahatma Gandhi rejalar ga 1946-yilda yangi ashramga tashrif buyuring.

44-4 : Miss Slade eslatildi meni ning boshqa ajralib turadigan G'arbiy ayol, Miss Margaret Vudrou Uilson, eng kattasi qizi Amerikaning ajoyib prezident. Men uchrashdi uni ichida Yangi York; u edi shiddatli ravishda qiziqqan ichida Hindiston. Keyinroq u ketdi ga U umrining so'nggi besh yilini Shri Aurobindo Ghoshning izidan intizom yo'lidan baxtiyorlik bilan o'tkazgan Pondicherryda o'tkazdi.

.Bu adaçayı hech qachon gapiradi; u jimgina salomlashadi uning shogirdlar yoqilgan uch yillik holatlar faqat

44-5 : Uchun yillar ichida Amerika Men bor edi bo'lgan kuzatish davrlar ning sukunat, ga ... vahima ning qo'ng'iroq qiluvchilar va kotiblar.

44-6 : Zararsizlik; zo'ravonliksiz; ... poydevor tosh ning Gandining e'tiqod. U edi tug'ilgan ichiga a oila ning qat'iy Jaynlar, *ahimsani* asosiy fazilat deb e'zozlaydiganlar . Hinduizmning bir mazhabi bo'lgan jaynizm miloddan avvalgi VI asrda Mahavira tomonidan asos solingan.

zamonaviy ning Budda. Mahavira degani "buyuk qahramon"; may u qarash pastga ... asrlar yoqilgan uning qahramonona
!o'g'il Gandi

44-7 : Hind tili bu ... til franka uchun ... butun ning Hindiston. An Hind- Aryan til asoslangan asosan yoqilgan Sanskritcha ildizlar, Hind tili Shimoliy Hindistonning asosiy lahjasi. G'arbiy hind tilining asosiy lahjasi Hindustani bo'lib, u ham *Devanagari* (Sanskrit) alifbosida, ham arab alifbosida yoziladi. Uning urdu lahjasi musulmonlar tomonidan so'zlashadi.

44-8 : Gandi bor tasvirlangan uning hayot bilan a halokatli ochiqko'ngillik ichida *The Hikoya Ning Mening Tajribalar Bilan Haqiqat* (Ahmadabad: Navajivan Matbuot, 1927-yil 29, 2 jild.) Bu avtobiografiya bor bo'lgan umumlashtirildi ichida *Mahatma Gandi, Uning O'z Hikoya* , CF Andrews tomonidan tahrirlangan, kirish so'zi John Haynes Holmes tomonidan yozilgan (Nyu-York: Macmillan Co., 1930).

Ko'p avtobiografiyalar to'la bilan mashhur ismlar va rangli tadbirlar bor deyarli butunlay jim yoqilgan har qanday faza ning ichki tahlil yoki rivojlanish. Bir yotadi pastga har biri ning bular kitoblar bilan a aniq norozilik, sifatida garchi deyish:
"Bu yerga bu "Ko'plab taniqli shaxslarni bilgan, lekin o'zini hech qachon bilmagan odam." Gandining avtobiografiyasi bilan bu reaksiya imkonsiz; u o'zining kamchiliklari va hiyla-nayranglarini har qanday davrda kam uchraydigan .haqiqatga nisbatan shaxssiz sadoqat bilan fosh qiladi

44-9 Kasturabai Gandi 1944-yil 22-fevralda Puna qamoqxonasida vafot etdi. Odatda hissiyotsiz Gandi jimgina yig'ladi. Tez orada keyin uni muxlislar bor edi tavsiya etilgan a Xotira Jamg'arma ichida uni sharaf, 125 laklar ning rupiy (deyarli to'rtta million dollar) quydi ichida dan hammasi ustidan Hindiston. Gandi bor tartibga solingan bu ... fond bo'lish ishlatilgan uchun qishloq farovonlik ish orasida ayollar va bolalar. U o'zining faoliyati haqida ingliz tilidagi haftalik "*Harijan*" gazetasida xabar beradi .

44-10 : Men yuborildi a jo'natish ga Wardha, tez orada keyin mening qaytish ga Amerika. The o'simliklar, afsuski! vafot etdi yoqilgan ... yo'l, qodir emas uzoq okean transportining qiyinchiliklariga bardosh berish uchun.

44-11 : Toro, Ruskin, va Mazzini bor uch boshqa G'arbiy yozuvchilar kimning sotsiologik ko'rishlar Gandi bor diqqat bilan o'rganildi .

44-12 : The muqaddas Muqaddas Kitob berilgan ga Fors haqida 1000 Miloddan avvalgi tomonidan Zardusht.

44-13 : The noyob xususiyat ning Hinduizm orasida ... dunyo dinlar bu bu uni kelib chiqadi emas dan a yolg'iz ajoyib asoschi lekin dan ... shaxssiz Vedik Muqaddas Yozuvlar. Hinduizm shunday qilib beradi ko'lam uchun ibodat qiluvchi qo'shilish ichiga uning buklash ning payg'ambarlar barchasidan asrlar va hammasi yerlar. The Vedik Muqaddas Kitoblar tartibga solish emas faqat ibodat amaliyotlar lekin hammasi muhim ijtimoiy urf-odatlar, ichida insonning har bir harakatini ilohiy qonunga muvofiqlashtirishga qaratilgan sa'y-harakatlar.

44-14 Qonun uchun keng qamrovli sanskritcha so'z; qonunga muvofiqlik yoki tabiiy solihlik; vaziyatga xos bo'lgan burch ichida qaysi a erkak topilmalar o'zi da har qanday berilgan vaqt. The Muqaddas Kitoblar aniqlang *dharm*a sifatida "bu tabiiy insonga o'zini tanazzul va azob-uqubatlardan qutqarishga imkon beradigan universal qonunlar."

44-15 : *Matto* 7:21.

44-16 : *Matto* 26:52.

44-17 : "Qo'yib yuboring emas a erkak shon-sharaf ichida bu, bu u sevgi uning mamlakat; Ruxsat bering uni aksincha shon-sharaf ichida bu, bu u sevgi uning mehribon." - *Fors maqoli*.

44-18 Shunda Butrus Uning oldiga kelib: «Hazrat, akam menga qarshi gunoh qilsa, uni necha marta kechirishim kerak? Yetti martagacha?» — dedi. Iso deydi ga uni, Men aytmoq emas ga sen, Qadar yetti marta: lekin, Qadar yetmish marta yetti." - *Matto* 18:21-22 .

44-19 Buyuk elektrotexnika muhandisi Charlz P. Shtaynmetsdan janob Rojer V. Babson bir marta shunday deb so'ragan edi: "Keyingi ellik yil ichida qaysi tadqiqot yo'nalishi eng katta rivojlanishni ko'radi?" "Menimcha, eng katta kashfiyot shu bilan birga amalga oshiriladi..." ma'naviy chiziqlar," Shtaynmetz javob berdi. "Bu yerga bu a kuch qaysi tarix aniq o'rgatadi bor bo'lgan ... eng zo'r kuch ichida erkaklarning rivojlanishi. Shunga qaramay, biz shunchaki u bilan o'ynab kelmoqdamiz va hech qachon jiddiy o'rganmaganmiz, chunki bizda jismoniy narsalar bor. kuchlar. Bir kuni odamlar vasiyatnoma o'rganish bu material narsalar qil emas olib kelmoq baxt va bor ning kichik foydalanish ichida yasash erkaklar va ayollar ijodiy va qudratli. Shunda dunyo olimlari o'z laboratoriyalarini Xudo, ibodat va hali deyarli chizib tashlanmagan ruhiy kuchlarni o'rganishga topshiradilar. Bu kun kelganda, dunyo bir avlodda so'nggi to'rt yilda

ko'rganidan ko'ra ko'proq taraqqiyotni ko'radi.

44-20 : Bu bu, qarshilik ko'rsatish emas yovuzlik bilan yovuzlik. (*Matto* 5:38-39)

BOB: 45

The Bengal tili "Quvonchga to'la" Ona

"Janob, iltimos, Hindistonni Nirmala Devini ko'rmasdan tark etmang. Uning muqaddasligi juda ulug'vor; u uzoq va keng Ananda Moyi Ma (Quvonchli ona) nomi bilan tanilgan." Jiyanim Amiyo Bose menga jiddiy tikilib qoldi.

"Albatta! Men avliyo ayolni ko'rishni juda xohlayman." Men qo'shimcha qildim: "Men uning Xudoni anglashning ilg'or holati haqida o'qiganman. U haqida bir necha yil oldin " *East-West "da kichik bir maqola chop etilgan edi ."*

— Men u bilan uchrashdim, — davom etdi Amiyo. — U yaqinda mening kichik Jamshedpur shahrimga tashrif buyurdi. Ananda Moyi Ma shogirdining iltimosi bilan o'layotgan odamning uyiga bordi. U uning yotog'i yonida turdi; qo'li peshonasiga tegishi bilan uning o'lim haqidagi ovozi to'xtadi. Kasallik darhol yo'qoldi; odamning hayratiga sabab, u sog'lom edi.

Bir necha kundan keyin men Baxtli Ona Kalkuttaning Bhowanipur qismida bir shogirdning uyida yashayotganini eshitdim. Janob Rayt va men darhol otamning Kalkuttadagi uyidan yo'lga chiqdik. Ford Bhowanipur uyiga yaqinlashganda, hamrohim bilan men g'ayrioddiy ko'cha manzarasini ko'rdik.

Ananda Moyi Ma ochiq tomli mashinada turib, yuzga yaqin shogirdlarga duo olayotgan edi. U, aftidan, jo'nab ketayotgan edi. Janob Rayt Fordni biroz uzoqroqqa qo'ydi va meni piyoda tinch yig'in tomon kuzatib bordi. Avliyo ayol biz tomonga qaradi; u mashinasidan tushib, biz tomon yurdi.

"Ota, keldingiz!" Bu iliq so'zlar bilan u qo'lini bo'ynimga, boshini esa yelkamga qo'ydi. Men hozirgina avliyoni bilmasligimni aytgan janob Rayt... bu g'ayrioddiy kutib olish namoyishidan juda zavqlanayotgan edilar. Yuzta chelaning ko'zlari ham mehrli manzaraga hayrat bilan tikilib qoldi.

samadxi kayfiyatida ekanligini darhol angladim . Uning ayol sifatidagi tashqi qiyofasiga mutlaqo befarq bo'lgan holda, u o'zini o'zgarmas ruh deb bilardi; shu darajadan u Xudoning yana bir muxlisini xursandchilik bilan kutib olayotgan edi. U meni qo'lidan ushlab mashinasiga olib kirdi.

"Ananda Moyi Onajon, Men ertalab kechiktirish sizning sayohat!" Men norozilik bildirdi.

"Ota, men siz bilan bu hayotda, asrlar o'tib birinchi marta uchrashyapman!" dedi u.
"Iltimos, hali ketmang ."

Biz mashinaning orqa o'rindiqlarida birga o'tirdik. Baxtli Ona tez orada harakatsiz va ekstatik holatga kirdi. Uning go'zal ko'zlari osmonga qaradi va yarim ochilib, jim bo'lib, yaqin-uzoq ichki Eliziumga tikilib qoldi. Shogirdlar muloyimlik bilan: "Ona Ilohiyga g'alaba!" deb kuylashdi.

Men Hindistonda Xudoni anglagan ko'plab erkaklarni topgan edim, lekin ilgari hech qachon bunday ulug'vor ayol avliyoni uchratmagan edim. Uning muloyim yuzi unga Baxtli Ona nomini bergan so'z bilan ifodalab bo'lmaydigan quvonch bilan yorishgan edi. Uzun qora sochlari ochilmagan boshi orqasida erkin yotardi. Peshonasidagi sandal daraxti pastasining qizil nuqtasi uning ichida doimo ochiq bo'lgan ruhiy ko'zni ramziy qildi. Kichkina yuz, kichkina qo'llar, kichkina oyoqlar - uning ma'naviy ulug'vorligidan farq qiladi!

Men qo'yish ba'zi savollar ga a yaqin atrofda ayol chela shu bilan birga Ananda Moyi Ma qoldi maftun bo'lgan.

"Baxtli Ona Hindiston bo'ylab keng sayohat qiladi; uning ko'p joylarida yuzlab shogirdlari bor", dedi menga chela. "Uning jasur sa'y-harakatlari ko'plab kerakli ijtimoiy islohotlarga olib keldi.

Brahman bo'lishiga qaramay, avliyo kasta farqlarini tan olmaydi. **45-1** Bizning bir guruhimiz doimo u bilan birga sayohat qilib, uning qulayliklari haqida qayg'uradi. Biz uni onalikda saqlashimiz kerak; u tanasiga ahamiyat bermaydi. Agar unga hech kim ovqat bermasa, u ovqat yemaydi yoki hech narsa so'ramaydi. Hatto uning oldiga ovqat qo'yilganda ham, u ularga tegmaydi. Uning bu dunyodan yo'q bo'lib ketishining oldini olish uchun biz shogirdlar uni o'z qo'llarimiz bilan ovqatlantiramiz. Birgalikda kunlar davomida u ko'pincha ilohiy transda qoladi, zo'rg'a nafas oladi, ko'zlari qisiladi. Uning asosiy shogirdlaridan biri uning eri. Ko'p yillar oldin, ularning turmush qurishidan ko'p o'tmay, u sukut saqlashga qasamyod qildi.

Chela keng yelkali, ingichka yuzli, uzun sochli va oq soqolli odamga ishora qildi. U yig'ilganlarning o'rtasida jimgina turar, qo'llarini shogirdlik ehtirom bilan birlashtirgan edi .

Cheksizlikka sho'ng'ishdan tetiklashgan Ananda Moyi Ma endi ongini moddiy olamga qaratayotgan edi.

— Ota, iltimos, qayerda qolishingizni ayting. — Uning ovozi aniq

va ohangdor edi. — Hozir Kalkutta yoki Ranchida; lekin tez orada

men Amerikaga qaytaman. — Amerika?

"Ha. U yerda ruhiy izlovchilar hind avliyo ayolini chin dildan qadrlashadi. Siz borishni xohlaysizmi?"

"Agar Ota banka olish men, Men vasiyatnoma ket."

Bu javob sabab bo'lgan uni yaqin atrofda shogirdlar ga boshlash ichida signal.

"Yigirma yoki undan ko'pimiz doim Baxtli Ona bilan birga sayohat qilamiz", dedi ulardan biri menga qat'iy ohangda. "Biz usiz yashay olmaymiz. U qayerga borsa, biz ham borishimiz kerak".

Men rejadan istamay voz kechdim, chunki u o'z-o'zidan kengayishning amaliy bo'lmagan xususiyatiga ega edi!

— Iltimos, hech bo'lmaganda shogirdlaringiz bilan Ranchiga keling, — dedim avliyo bilan xayrlashib. — O'zingiz ham ilohiy farzand sifatida, mening maktabimdagi kichkintoylardan zavqlanasiz.

"Qachon bo'lsa ham Ota oladi men, Men vasiyatnoma mamnuniyat bilan ket."

Qisqa vaqtdan so'ng, Ranchi *Vidyalaya* avliyoning va'da qilingan tashrifi uchun tantanali marosimda edi. Yoshlar har qanday bayram kunini - darslarsiz, soatlab musiqa va avj nuqtasi uchun ziyofatni intiqlik bilan kutishardi!

"G'alaba! Ananda Moyi Ma, ki jai!" Maktab darvozasidan kiraverishda avliyolar guruhini o'nlab g'ayratli bolalarning bu takroriy qo'shig'i kutib oldi. Qizilgullarning yomg'iri, zillarning jiringlashi, chig'anoqlarning shahvatli puflanishi va mridanga barabanining urilishi ! Baxtli Ona quyoshli *Vidyalaya hududida jilmayib kezib yurdi* , doimo ko'chma jannatni o'zida olib yurar edi.

"Bu yer juda go'zal", dedi Ananda Moyi Ma uni asosiy binoga olib kirganimda xushmuomalalik bilan. U bolalarcha tabassum bilan yonimga o'tirdi. Eng yaqin do'stlarimdan biri bo'lgan u odamga o'zini uzoqlik aurasi - hamma joyda mavjudlikning paradoksal yakkalanishini his qildi.

"Iltimos aytib berish meni biror narsa ning sizning hayot."

"Otam bu haqda hamma narsani biladi; nega buni takrorlaysiz?" U, aftidan, bitta qisqa mujassamlanishning haqiqiy tarixi e'tiborga olinmaganini his qildi.

Men kuldi, muloyimlik bilan takrorlanayotgan mening savol.

— Ota, aytadigan gapim kam. — U nafis qo'llarini nafrat bilan yoydi. — Mening ongim hech qachon bu vaqtinchalik tana bilan bog'lanmagan. Bu yerga kelishimdan oldin, Ota, 'Men ham shunday edim'. Kichkina qizligimda 'Men ham shunday edim'. Men ayollikka ulg'ayganman, lekin baribir 'Men ham shunday edim'. Men tug'ilgan oila bu tanani turmushga berish uchun kelishuvga erishganida, 'Men ham shunday edim', — dedi. Ehtirosga berilib ketgan erim yonimga kelib, mehrli so'zlarni pichirlab, tanamga yengil tegib ketganida, u chaqmoq urgandek kuchli zarba oldi, chunki o'shanda ham 'Men ham shunday edim'.

"Mening er tiz cho'kdi oldin men, buklangan uning qo'llar, va yolvorib so'ralgan mening kechiring.

— Onajon, — dedi u, — chunki men sizning tanangizdagi ibodatxonani shahvat bilan ushlab orqali bulgʻadim — unda xotinim emas, balki Ilohiy Ona yashayotganini bilmasdim — men tantanali qasamyod qilaman: men sizning shogirdingiz, nikohsiz izdoshingiz boʻlaman, sizga xizmatkordek jimgina gʻamxoʻrlik qilaman, umrim davomida hech kim bilan gaplashmayman. Bugun qilgan gunohimni shu yoʻl bilan kechirsam maylimi?

qarshi sen, mening guru.

"Hatto erimning bu taklifini jimgina qabul qilganimda ham, 'Men ham xuddi shunday edim'. Va, ota, ichkarida hozir sizning oldingizda, "Men ham o'shaman." Keyin esa, abadiyat zalida atrofimdagi yaratilish raqsi o'zgarsa ham, "Men ham o'sha bo'laman."

Ananda Moyi Ma chuqur meditatsiya holatiga tushib qoldi. Uning qiyofasi haykalday qotib qolgan edi; u doimo chaqirib turadigan shohligiga qochib ketgan edi. Ko'zlarining qorong'u hovuzlari jonsiz va shishadek ko'rinardi. Bu ifoda ko'pincha avliyolar o'z onglarini jismoniy tanadan olib tashlaganlarida mavjud bo'ladi, keyin esa bu tanadan. ruhsiz loydan boshqa narsa emas edi. Biz bir soat davomida birga ekstatik transda o'tirdik. U bu dunyoga quvnoq kulgi bilan qaytdi.

"Iltimos, Ananda Moyi Ma," dedim men, "men bilan bog'ga boring. Janob Rayt suratga tushadi ."

"Albatta, Ota. Sizning xohishingiz mening xohishim." U ko'plab suratga tushar ekan, uning ulug'vor ko'zlari o'zgarmas ilohiy yorqinlikni saqlab qoldi.

Ziyofat vaqti keldi! Ananda Moyi Ma adyol ustiga cho'kkalab o'tirdi, shogirdi esa uni ovqatlantirish uchun tirsagiga qo'ydi. Avliyo go'dakday itoatkorlik bilan ovqatni chela lablariga keltirgandan keyin yutib yubordi. Baxtli Ona karri va shirinliklar o'rtasidagi farqni bilmasligi aniq edi !

Qorong'i tushishi bilan avliyo o'z guruhi bilan atirgul barglari orasida chiqib ketdi, qo'llarini ko'tarib, kichkina bolalarni duo qildi. Ularning yuzlari u bermalol uyg'otgan mehr bilan porlab turardi.

"Egang Xudovandni butun qalbing bilan, butun joning bilan, butun onging bilan va butun kuching bilan sev", deb e'lon qildi Masih, "bu birinchi amrdir". **45-2**

Ananda Moyi Ma har qanday past darajadagi bog'liqlikni chetga surib, o'zining yagona sadoqatini Xudoga bag'ishlaydi. Olimlarning sochni yorib yuboradigan farqlari bilan emas, balki imonning aniq mantig'i bilan bolalik avliyosi inson hayotidagi yagona muammoni - Xudo bilan birlikni o'rnatishni hal qildi. Inson bu qat'iy soddalikni unutdi, endi millionlab muammolar bilan chalkashib ketgan. Xudoga monoteistik sevgidan voz kechib, xalqlar o'zlarining xiyonatlarini tashqi xayriya ziyoratgohlari oldida ehtiyotkorlik bilan yashirishadi. Bular gumanitar imo-ishoralar bor fazilatli, chunki uchun a lahza ular yo'naltirish erkakning o'zidan e'tiborni tortadi, lekin ular uni Iso birinchi amr sifatida tilga olgan hayotdagi yagona mas'uliyatidan ozod qilmaydi. Xudoni sevishning yuksak burchi insonning yagona Xayriya qiluvchisi tomonidan tekinga berilgan birinchi nafasi bilan qabul qilinadi.

Ranchiga tashrifidan keyin yana bir safar men Ananda Moyi Ma ni ko'rish imkoniga ega bo'ldim. Bir necha oy o'tgach, u Serampore stansiyasi platformasida shogirdlari orasida poyezdni kutib turardi.

"Ota, men Himolay tog'lariga ketyapman", dedi u menga. "Saxiy shogirdlar menga Dehra Dunda bir ziyoratgoh qurishdi."

U poyezdga chiqayotganida, olomon orasida bo'ladimi, poyezdda bo'ladimi, ziyofatda bo'ladimi yoki jimgina o'tiradimi, uning ko'zlari hech qachon Xudodan uzoqlashmaganini ko'rib hayratda qoldim. Ichimda hali ham uning ovozi, cheksiz shirinlik aks-sadosi eshitiladi:

"Mana, hozir va har doim bitta bilan ... Abadiy, Men ertalab har doim ... xuddi shunday.

.....
45-1 Men Ananda Moyi Ma hayotining *Sharq-G'arbda bosilgan ba'zi boshqa dalillarini topdim* . Avliyo 1893-yilda markaziy Dakkada tug'ilgan. Bengal. Savodsiz, u bor hali hayratda qolgan ... ziyolilar tomonidan uni donolik. Uning oyatlar ichida Sanskritcha ega bo'lish to'ldirilgan U shunchaki mavjudligi bilan qayg'u chekayotganlarga tasalli berdi va mo''jizaviy ravishda shifo berdi .

45-2 : *Mark* 12:30.

BOB: 46

The Ayol Yogi JSSV Hech qachon Yeydi

"Janob, bugun ertalab qayerga ketyapmiz?" Janob Rayt Fordni boshqarayotgan edi; u ko'zlarini yo'ldan uzoqlashtirib, menga savol nigohi bilan tikilib qoldi. Kun sayin u Bengalning qaysi qismini kashf etishini kamdan-kam hollarda bilardi.

— Xudo xohlasa, — deb javob berdim men itoatkorlik bilan, — biz dunyoning sakkizinchi mo'jizasini — havo bilan oziqlanadigan avliyo ayolni ko'rish uchun yo'lga chiqmoqdamiz!

"Mo'jizalarning takrorlanishi - Tereza Neymandan keyin." Lekin janob Rayt baribir ishtiyoq bilan kuldi; u hatto mashinaning tezligini ham oshirdi. Uning sayohat kundaligi uchun yanada g'ayrioddiy tabassum! Oddiy sayyohniki emas, bu!

Ranchi maktabi endigina ortda qolgan edi; biz quyosh chiqmasdan oldin uyg'ongan edik. Kotibam va mendan tashqari, ziyofatda uchta bengal do'stim ham bor edi. Biz ertalabki tabiiy sharobdan, tetiklantiruvchi havodan ichdik. Haydovchimiz mashinani erta dehqonlar va ikki g'ildirakli aravalar orasida ehtiyotkorlik bilan boshqarib bordi. Aravalarni bo'yinturuqli, dumbali, yelkali buqalar asta-sekin haydab, yo'lni signal chalayotgan beparvo odam bilan bahslashishga moyil bo'lishdi.

"Janob, biz bo'lardi kabi ga bilish Ko'proq ning ... ro'za tutish avliyo."

"Uning ism bu Giri Bala," Men xabardor mening hamrohlar. "Men birinchi eshitildi haqida uni yillar oldin dan a

olim janob Sthiti Lal Nundy. U tez-tez Gurpar yo'lidagi uyimga akam Bishnuga repetitorlik qilish uchun kelardi.

"Men Giri Balani yaxshi bilaman", dedi menga Sthiti Babu. "U ovqat yemasdan yashashga imkon beradigan ma'lum bir yoga texnikasidan foydalanadi. Men uning Ichapur yaqinidagi Navabganjdagi yaqin qo'shnisi edim. **46-1** Men uni diqqat bilan kuzatishga qaror qildim; uning ovqat yoki ichimlik ichayotganiga oid hech qanday dalil topmadim. Nihoyat qiziqishim shu qadar kuchayib ketdiki, Burdvan **46-2** **Maharajasiga murojaat qildim.** va undan tergov o'tkazishni so'radi. Bu voqeadan hayratda qolgan u uni saroyiga taklif qildi. U sinovga rozi bo'ldi va ikki oy davomida uning uyining kichik bir qismida qamalib yashadi. Keyinchalik u yigirma kunlik saroyga tashrif buyurish uchun qaytib keldi; keyin esa o'n besh kunlik uchinchi sinov uchun. Maharajaning o'zi menga bu uchta qattiq tekshiruv uni shubhasiz uning ovqat yemasligiga ishontirganini aytdi.

"Sthiti Babu haqidagi bu hikoya yigirma besh yildan ortiq vaqt davomida xayolimda saqlanib qolgan", deb xulosa qildim men. "Ba'zan Amerikada vaqt daryosi yogini **46-3** **hisobida yutib yubormaydimi, deb o'ylardim.**" Men u bilan uchrashishdan oldin. U endi ancha qarib qolgan bo'lsa kerak. Men uning qayerda yashayotganini yoki yashayotganini ham bilmayman. Lekin bir necha soatdan keyin biz Puruliyaga yetib boramiz; uning akasining u yerda uyi bor.

Muallif: o'n yarim bizning kichik guruh edi suhbatlashish bilan ... aka, Lambadar Dey, a huquqshunos; advokat ning Puruliya.

— Ha, singlim tirik. Ba'zan u men bilan shu yerda qoladi, lekin hozirda u Biurdagi oilaviy uyimizda. — Lambadar Babu shubha bilan Fordga qaradi. — Menimcha, Swamiji, Biurgacha biron bir avtomobil salonga kirib borgan emas. Buqa aravasining qadimgi zarbasiga hammangiz taslim bo'lsangiz yaxshi bo'lardi!

As bitta ovoz bizning ziyofat va'da bergan sadoqat ga ... Mag'rurlik ning Detroyt.

— Ford Amerikadan kelgan, — dedim advokatga. — Uni Bengal qalbi bilan tanishish imkoniyatidan mahrum qilish uyat bo'lardi!

"May Ganesh **46-4** "O'zingiz bilan keting!" dedi Lambadar Babu kulib. U xushmuomalalik bilan qo'shimcha qildi: "Agar u yerga borsangiz, ishonchim komilki, Giri Bala sizni ko'rib xursand bo'ladi. U yetmish yoshga yaqinlashmoqda, ammo sog'lig'i juda yaxshi."

"Iltimos, ayting-chi, janob, agar u hech narsa yemasligi rost bo'lsa?" Men uning ko'zlariga, ongning o'sha ko'zgulariga to'g'ridan-to'g'ri qaradim.



GIRI BALA

Bu buyuk ayol yogi 1880-yildan beri ovqat va ichimlik yemagan. Men u bilan birga suratga tushganman, 1936-yilda, Bengalning Biur qishlog'idagi uyida. Uning ovqat yemaslik holati Burdvan Maharajasi tomonidan sinchkovlik bilan tekshirilgan. U tanasini efir, quyosh va havodan kosmik energiya bilan to'ldirish uchun ma'lum bir yoga texnikasidan foydalanadi.

— To'g'ri. — Uning nigohi ochiq va hurmatli edi. — Ellik yildan ortiq vaqt davomida men uning bir luqma ham yeganini ko'rmaganman. Agar dunyo to'satdan yo'q bo'lib ketsa, singlimning ovqat olayotganini ko'rib hayratda qolaman!

Biz xirilladi birgalikda ustidan ... ehtimolsizlik ning bular ikki kosmik tadbirlar.

"Giri Bala hech qachon yoga mashg'ulotlari uchun yetib bo'lmaydigan yolg'izlikni izlamagan", deb davom etdi Lambadar Babu. "U butun umrini oilasi va do'stlari qurshovida o'tkazdi. Ularning barchasi endi uning g'alati holatiga yaxshi ko'nikib qolishgan. Agar Giri Bala to'satdan biror narsa yeyishga qaror qilsa, ulardan hech biri hayratda qolmaydi! Opa tabiiyki, hindu bevasiga yarasha nafaqaga chiqmoqda, lekin Puruliya va Biurdagi kichik doiramiz uning tom ma'noda "ajoyib" ayol ekanligini hamma biladi."

Birodarning samimiyligi yaqqol ko'rinib turardi. Kichik guruhimiz unga iliq minnatdorchilik bildirib, Biur tomon yo'l oldi. Biz ko'cha do'konida kori va *luchi uchun to'xtadik*, janob Raytning oddiy hindcha uslubda barmoqlari bilan ovqatlanayotganini tomosha qilish uchun atrofga to'plangan bir guruh kirpilarni o'ziga tortdi. **46-5** To'yimli ishtaha bizni o'zimizni ancha mashagqatli bo'lib chiqishi hozircha noma'lum bo'lgan tushdan keyin qarshi olishga majbur qildi.

Endi yo'limiz quyoshda pishirilgan guruch dalalari orqali sharqqa, Bengalning Burdvan qismiga olib borardi. Zich o'simliklar bilan qoplangan yo'llar orqali; ulkan, soyabonsimon shoxlari bo'lgan daraxtlardan *maynalarning qo'shiqlari* va chiziqli *bulbullar* oqardi. Vaqti-vaqti bilan ho'kiz aravasi, *rini, rini, manju, manju* chiyillash ning uning o'q va temir qalpoqcha yog'ochdan yasalgan g'ildiraklar qarama-qarshilik keskin

ichida aql bilan ... *shitirlash*, *chayqalish* ning avtomatik shinalar ustidan ... aristokrat asfalt ning ... shaharlar.

— Dik, to'xta! — To'satdan qilgan iltimosim Fordning qattiq noroziligiga sabab bo'ldi. — Bu haddan tashqari yuklangan mango daraxti taklifnomani baqirib yuboryapti!

Beshovimiz bolalardek mango sochilgan yerga yugurdik; daraxt pishib yetilgan mevalarini mehr bilan to'kib yuborgan edi.

"Ko'p mangolar ko'rinmas holda yotish va shirinligini toshloq yerga isrof qilish uchun tug'iladi", dedim men.

"Amerikada bunaqasi yo'q, Svamiji, a?" deb kuldi mening bengal talabalarimdan biri Sailesh Mazumdar.

— Yo'q, — deb tan oldim men, mango sharbati va mamnuniyat bilan. — G'arbda bu mevani qanchalik sog'indim! Mangosiz hindular jannatini tasavvur qilib bo'lmaydi!

Men tanlangan yuqoriga a tosh va pastga tushirilgan a mag'rur go'zallik yashiringan yoqilgan ... eng yuqori oyoq-qo'l.

— Dik, — deb so'radim men tropik quyoshda iliq holda ambrosiya luqmalari orasidan, — hamma kameralar mashinadami ?

"Ha, janob; ichida ... bagaj bo'linma."

"Agar Giri Bala haqiqiy avliyo ekanligi isbotlansa, men u haqida G'arbda yozmoqchiman. Bunday ilhomlantiruvchi kuchga ega hind *yogini* bu mangolarning aksariyati kabi noma'lum holda yashab, o'lmasligi kerak."

Yarim bir soat keyinroq Men edi hali ham sayr qilish ichida ... silvan tinchlik.

— Janob, — dedi janob Rayt, — suratga olish uchun yetarli yorug'lik bo'lishi uchun quyosh botmasdan oldin Giri Balaga yetib borishimiz kerak. — U jilmayib qo'shimcha qildi: — G'arbliklar shubha bilan qarashadi; biz ulardan hech qanday suratsiz xonimga ishonishlarini kuta olmaymiz!

Bu bit ning donolik edi shubhasiz; Men o'girildi mening orqaga yoqilgan vasvasa va qayta kirdi ... mashina.

— To'g'ri aytasan, Dik, — deb xo'rsinib qo'ydim biz tezlik bilan yo'lga chiqayotganimizda, — men mango jannatini G'arb realizmi qurbongohida qurbon qilaman. Bizda bo'lishi kerak bo'lgan fotosuratlar!

Yo'l tobora kasal bo'lib borardi: chuqurchalarning ajinlari, qotib qolgan loyning

qaynashi, qarilikning qayg'uli zaifliklari! Bizning guruhimiz janob Raytga orqadan itarib yuborgan Fordni osonroq boshqarishga imkon berish uchun vaqti-vaqti bilan otdan tushar edi.

— Lambadar Babu rost gapirdi, — deb tan oldi Sailesh. — Mashina bizni emas, biz mashinani olib ketyapmiz!

Bizning ko'tarilish, chiqish avtomatik zerikarli edi vasvasaga solingan har doim va anonim tomonidan ... tashqi ko'rinish ning a qishloq,

har biri bitta a sahna ning g'alati soddalik.

"Bizning yo'limiz o'rmon soyasida joylashgan qadimiy, buzilmagan qishloqlar orasidagi palmazorlar orasidan burilib ketdi", deb yozgan janob Rayt o'zining sayohat kundaligida, 1936-yil 5-may sanasida. "Xudoning ismlaridan biri bilan bezatilgan somonli loy kulbalarining bu to'plamlari juda ajoyib." eshik; ko'plab kichkina, yalang'och bolalar begunoh o'ynab, tikilib qolish yoki vahshiyona yugurish uchun to'xtashardi. Qishloqlarini telbalarcha yorib o'tayotgan bu katta, qora, buqasiz aravadan. Ayollar shunchaki soyalardan mo'ralashib turishardi, erkaklar esa yo'l chetidagi daraxtlar ostida dangasalik bilan cho'milib, beparvoliklariga qiziqishardi. Bir joyda, barcha qishloq aholisi katta akvariumda sho'xlik bilan cho'milardi (kiyimlarida, quruq matolarni tanalariga o'rab, ho'llarini tashlab). Ayollar podshipnik suv ga ularning uylar, ichida ulkan jez bankalar.

"Yo'l bizni tog' va tizma ustidan quvnoq quvishga olib bordi; biz sakrab-sakrab, kichik soylarga sho'ng'ib, tugallanmagan to'g'on atrofida aylanib, quruq, qumli daryo o'zanlaridan sirpanib o'tdik va nihoyat, soat 17:00 atrofida biz manzilimiz Biurga yaqinlashdik. Bankura tumanining ichki qismidagi, zich barglar himoyasida yashiringan bu kichik qishloq yomg'irli mavsumda, soylar shiddatli sellar oqayotgan va yo'llar ilon kabi loy zaharini tupurayotgan paytda sayohatchilar uchun yaqinlashib bo'lmaydigan joy ."

"Ma'baddagi ibodatdan uyga qaytayotgan bir guruh ibodat qiluvchilar orasidan (yolg'iz dalada) yo'l boshchi so'rab, bizni Giri Balaga olib borishga shoshilib, mashinaning yon tomonlariga chiqib olgan o'n ikkita yengil kiyingan yigitlar qurshab oldi.

"Yo'l bir guruh loy kulbalarni boshpana qilgan xurmozorga olib borardi, lekin biz unga yetib borgunimizcha, Ford bir zumda xavfli burchakka ag'darilib, yuqoriga va pastga tashlandi. Tor yo'l daraxtlar va baklarni aylanib o'tib, tizmalar ustidan o'tib, chuqur va chuqur chuqurlarga olib bordi. Mashina butalar to'dasiga langar tashladi, keyin tepalikka qo'ndi, bu esa tuproq bo'laklarini ko'tarishga majbur qildi; biz sekin va ehtiyotkorlik bilan yo'lni davom ettirdik; to'satdan yo'l o'rtadagi butalar bilan to'xtadi. Arava yo'lidan chiqib, tik qiyalikdan quruq bakga aylanib o'tish kerak edi, undan qutulish uchun biroz qirib tashlash, silash va belkurak bilan tozalash kerak edi. Yo'l qayta-qayta o'tib bo'lmaydigandek tuyulardi, ammo ziyorat davom etishi kerak edi; xushmuomala yigitlar belkuraklarni olib kelib, to'siqlarni (Ganesh soyalari!) buzib tashlashardi, yuzlab bolalar va ota-onalar esa ularga tikilib turishardi.

"Ko'p o'tmay, biz qadimgi ikki yo'l bo'ylab yo'l oldik, ayollar kulbalarining eshiklaridan katta ko'zlarini tikib turishardi, erkaklar yonimizda va orqamizdan ergashib kelishardi, bolalar esa tomga yugurib chiqishardi." Bizning mashinamiz, ehtimol, bu yo'llardan o'tgan birinchi mashina edi; "buqa aravalari uyushmasi" kerak. Bu yerda qudratli bo'ling! Biz qanday ajoyib sensatsiya yaratdik - amerikalik

boshqaradigan va xirillab mashinada to'g'ridan-to'g'ri qishloqning mustahkamligiga kirib, qadimgi shaxsiy hayot va muqaddaslikka bostirib kirgan guruh!

"Tor yo'lakdan o'tib, biz o'zimizni Giri Balaning ajdodlar uyidan yuz fut narida topdik. Uzoq yo'ldagi qiyinchiliklardan so'ng, qo'pol yakundan so'ng, biz qoniqish hissini his qildik. Biz atrofdagi g'isht kulbalarni egallab turgan g'isht va gipsdan qurilgan ikki qavatli katta binoga yaqinlashdik; uy ta'mirlash jarayonida edi, chunki uning atrofida bambukdan yasalgan tropik ramka bor edi.

"Biz Rabbimizning "ochliksiz" teginishi bilan baraka topgan kishining ochiq eshiklari oldida qizg'in kutish va bostirilgan quvonch bilan turdik. Qishloq aholisi, yoshu qari, yalang'och va kiyingan, ayollar biroz beparvo, ammo qiziquvchan, erkaklar va o'g'il bolalar esa bu misli ko'rilmagan manzarani tomosha qilib, doimo bizdan uzoqlashib turishardi."

"Ko'p o'tmay, eshik oldida past bo'yli bir odam paydo bo'ldi - Giri Bala! U xira, oltin rangli ipak matoga o'ralgan edi; hind uslubida u kamtarona va ikkilanib oldinga cho'zildi, *svadeshi* matosining yuqori burmalari ostidan biroz tikilib qaradi. Uning ko'zlari bosh kiyimining soyasida yonayotgan cho'g'dek porlab turardi; bizni juda mehribon va mehribon yuz o'ziga maftun qildi, dunyoviy bog'liqlik dog'idan xoli bo'lgan anglash va tushunish yuzi.

"Mo'minlik bilan u yaqinlashdi va jimgina rozilik berildi ga bizning sindirish a raqam ning rasmlar bilan bizning "fotosurat" va "kino" kameralarimiz. **46-6** U sabr-toqat va uyatchanlik bilan bizning holatni sozlash bo'yicha fotosurat texnikamizga chidadi va yorug'lik tartibga solish. Nihoyat biz bor edi yozib olingan uchun avlodlar ko'p fotosuratlar dunyodagi ellik yildan ortiq ovqat va ichimliksiz yashagan yagona ayol. (Albatta, Tereza Neyman 1923-yildan beri ro'za tutadi.) Giri Bala bizning oldimizda turganida, uning yuzi onalik ifodasi edi, u butunlay keng matoga o'ralgan edi, tanasida faqat pastga qaragan ko'zlari, qo'llari va kichkina oyoqlari ko'rinardi. Noyob tinchlik va begunoh xotirjamlik chehrasi... keng, bolalikdagidek, titrayotgan lab, a ayollik burun, tor, yaltiroq ko'zlar, va a g'amgin tabassum."

Janob Raytning Giri Bala haqidagi taassurotini men ham baham ko'rdim; ma'naviyat uni mayin porlab turgan parda kabi o'rab olgan edi. U uy egasidan rohibga odatiy salomlashish imo-ishorasi bilan mening oldimda *ismini aytdi* . Uning sodda jozibasi va sokin tabassumi bizga asal notiqlikdan tashqarida ham iliqlik bag'ishladi; qiyin, chang bosgan sayohatimiz unutildi.

Kichkina avliyo ayvonda oyoqlarini chalishtirib o'tirdi. Yoshining izlari bo'lsa-da, u ozg'in emas edi; uning zaytun rang terisi tiniq va sog'lom bo'lib qolgan edi.

— Onajon, — dedim men bengal tilida, — yigirma besh yildan ortiq vaqt davomida men aynan shu ziyorat haqida o'ylab yurdim! Sizning muqaddas hayotingiz haqida Sthiti Lal Nundy Babudan eshitganman.

U bosh irg'adi ichida e'tirof. "Ha, mening yaxshi qo'shni ichida Navabganj.

"O'sha yillarda men okeanlarni kesib o'tdim, lekin qachondir ko'rish rejamni hech qachon unutmaganman." siz. Siz bu yerda shunchalik sezilmasdan o'ynab kelayotgan ulug'vor drama, ichki ilohiy oziq-ovqatni uzoq vaqt unutgan dunyo oldida namoyish etilishi kerak.

Avliyo bir daqiqa ko'zlarini ko'tarib, xotirjam qiziqish bilan

jilmayib qo'ydi. — Ota (hurmatli ota) eng yaxshisini biladi, —

deb javob berdi u muloyimlik bilan.

Uning xafa bo'lmaganidan xursand edim; buyuk yogilar yoki yoginlar oshkoralik fikriga qanday munosabatda bo'lishlarini hech kim bilmaydi. Ular, qoida tariqasida, bundan qochishadi, chuqur qalb tadqiqotlarini jimgina davom ettirishni xohlashadi. Hayotlarini namoyish qilish uchun to'g'ri vaqt kelganda, ularga ichki jazo keladi.

ochiqchasiga uchun ... foyda ning izlash onglar.

— Onajon, — deb davom etdim men, — unda sizni ko'p savollar bilan qiynaganim uchun meni kechiring. Iltimos, faqat sizga yoqadigan savollarga javob bering; men sizning sukutingizni ham tushunaman.

U qo'llarini xushmuomalalik bilan yoydi. "Men kabi arzimas odam qoniqarli javoblar bera olishi uchun javob berishdan xursandman."

"Oh, yo'q, emas ahamiyatsiz!" Men norozilik bildirdi chin dildan. "Siz bor a ajoyib jon."

— Men hammaning kamtar xizmatkoriman, — deb qo'shimcha qildi u

g'alati ohangda, — Men ovqat pishirishni va odamlarni ovqatlantirishni

yaxshi ko'raman. — Ovqat yemaydigan avliyo uchun g'alati vaqt o'tkazish,

deb o'yladim men.

"Ayting men, Ona, dan sizning o'z lablar yasash siz jonli holda ovqatmi?"

— To'g'ri. — U bir necha daqiqa jim qoldi; uning keyingi gapi uning aqliy arifmetika bilan qiynalayotganini ko'rsatdi. — O'n ikki yosh to'rt oyligimdan hozirgi oltmish sakkiz yoshimgacha — ellik olti yildan ortiq vaqt davomida — men ovqat yemaganman va suyuqlik ichmaganman.

"Agar siz hech qachon vasvasaga solingan ga yeysizmi?"

"Agar ovqatga ishtiyoqim bo'lsa, ovqatlanishim kerak bo'lardi." U oddiygina, ammo shohona tarzda bu aksiomatik haqiqatni aytdi, bu haqiqatni kuniga uch marta ovqatlanish atrofida aylanib yuradigan dunyo juda yaxshi biladi!

"Lekin siz biror narsa yeysiz!" Mening ohangimda e'tiroz

bildirildi. "Albatta!" U tezda tushungan holda jilmaydi.

"Sizning oziqlanishingiz havo va quyosh nurining nozik energiyalaridan kelib chiqadi, **46-7** va medulla oblongata orqali tanangizni qayta zaryadlaydigan kosmik kuchdan.

"Bobo biladi." Yana u rozi bo'ldi, uni odob tinchlantiruvchi va befarq.

"Onajon, iltimos, menga yoshligingiz haqida gapirib bering. Bu butun Hindiston, hatto dengiz ortidagi birodarlarimiz va opa-singillarimiz uchun ham chuqur qiziqish uyg'otadi."

Giri Bala qo'yish chetga uni odatiy zaxira, taskin beruvchi ichiga a suhbatdosh kayfiyat.

— Shunday bo'lsin. — Uning ovozi past va qat'iy edi. — Men shu o'rmonli hududlarda tug'ilganman. Bolaligim juda ajoyib o'tdi, faqat to'ymas ishtaham bor edi. Men yoshligimda unashtirilgan edim .

"Bolam," deb onam meni tez-tez ogohlantirardi, "ochko'zligingni jilovlashga harakat qil. Eringning oilasida notanish odamlar orasida yashash vaqti kelganda, agar kunlaring faqat ovqatlanish bilan o'tsa, ular sen haqingda nima deb o'ylashadi?"

"U oldindan ko'rgan falokat yuz berdi. Men Navabganjdagi erimning odamlariga qo'shilganimda atigi o'n ikki yoshda edim. Qaynonam meni ertalab, peshin va kechqurun ochko'zlik odatlarim uchun uyaltirardi. Biroq, uning tanbehlari yashirin ne'mat edi; ular mening uxlab yotgan ruhiy moyilliklarimni uyg'otdi. Bir kuni ertalab uning masxaralari shafqatsiz edi.

— Tez orada sizga isbotlayman, — dedim men, achchiqlanib, — tirik ekanman, boshqa hech qachon ovqatga tegmasligimni.

"Qaynonam istehzo bilan kuldi. "Xo'sh!" dedi u, "qanday qilib ovqat yemasdan yashay olasan, agar ortiqcha ovqat yemasdan yashay olmasang?"

"Bu gapga javob yo'q edi! Shunga qaramay, temir qat'iyat ruhimni mustahkamladi. Tanho joyda men Samoviy Otamni qidirdim.

"Yo Rabbim," deb tinimsiz ibodat qildim, "iltimos, menga ovqat bilan emas, balki Sening nuring bilan yashashni o'rgatadigan bir ustoz yuboring."

"Ilohiy bir hayajon meni qamrab oldi. Baxtli sehr boshchiligida, men Gang daryosidagi Navabganj *ghatiga yo'l oldim* . Yo'lda erimning oilasining ruhoniysiga duch keldim."

"Hurmatli janob, Men dedi ishonch bilan, mehribonlik bilan aytib berish meni Qanaqasiga ga jonli holda ovqatlanmoqda.

"U menga javob bermasdan tikilib qoldi. Nihoyat u taskin beruvchi ohangda gapirdi. "Bolam," dedi u, "bugun kechqurun ma'badga kel; men sen uchun maxsus *Vedik marosimini o'tkazaman*."

"Bu noaniq javob men izlagan javob emas edi; men *ghat tomon yo'l oldim* . Tong quyoshi suvlarni teshib o'tdi; men o'zimni Gangesda pokladim, go'yo muqaddas tashabbus uchun. Daryo bo'yidan chiqib ketayotganimda, ho'l kiyimlarim atrofimda, kunduzgi yorug'likda xo'jayinim oldimda paydo bo'ldi!

"Aziz kichkintoyim," dedi u mehr-shafqat ovozida, "Men Xudo tomonidan sizning shoshilinch ibodatingizni bajarish uchun bu yerga yuborilgan guruman. Uning juda g'ayrioddiy tabiati uni juda hayratda qoldirdi! Bugundan boshlab siz cheksiz oqimdan oziqlangan tana atomlaringiz, astral nur bilan yashaysiz."

Giri Bala jimlikka cho'mdi. Men janob Raytning qalami va daftarchasini olib, unga ma'lumot berish uchun bir nechta narsalarni ingliz tiliga tarjima qildim.

Avliyo hikoyasini davom ettirdi, uning mayin ovozi zo'rg'a eshitildi. " *Ghat* bo'sh edi, lekin mening ustozim atrofimizga qo'riqchi nuri yog'dirdi, shunda keyinchalik bizni adashgan cho'milishchilar bezovta qilmadi. U meni ichkariga boshladi. " t a n a n i

o'liklarning badbo'y ovqatiga qaramlikdan ozod qiladigan kria texnikasi. Texnika ma'lum bir *mantrani* qo'llashni o'z ichiga *oladi* **46-8** va oddiy odam bajara oladiganidan ham qiyinroq nafas olish mashqi. Hech qanday dori yoki sehr yo'q; kriyadan boshqa hech narsa *yo'q* .

Ichkarida ... odob ning ... Amerikalik gazeta muxbir, JSSV bor edi bilmasdan o'rgatilgan meni uning

Jarayon davomida men Giri Balaga dunyo uchun qiziqarli bo'lishi mumkin deb o'ylagan ko'plab masalalar bo'yicha savol berdim. U menga asta-sekin quyidagi ma'lumotlarni berdi:

"Mening hech qachon farzandim bo'lmagan; ko'p yillar oldin men beva bo'lib qoldim. Men juda kam uxlayman, chunki uyqu va uyg'oqlik men uchun bir xil. Kechasi meditatsiya qilaman, kunduzi uy vazifalarimni bajaraman. Men fasldan faslga iqlim o'zgarishini ozgina his qilaman. Men hech qachon kasal bo'lmaganman yoki biron bir kasallikka duch kelmaganman. Tasodifan jarohat olganimda faqat engil og'riqni his qilaman. Mening tanamdan ajralishlar yo'q. Men yuragimni va nafas olishimni nazorat qila olaman. Men ko'pincha o'z ustozimni va boshqa buyuk qalblarni vahiyda ko'raman."

"Oyijon", deb so'radim men, "nega boshqalarga ovqatsiz yashash usulini

o'rgatmaysiz?" Dunyodagi ochlikdan qiynalayotgan millionlab odamlarga

bo'lgan ulkan umidlarim barbod bo'ldi.

— Yo'q, — dedi u bosh chayqab. — Ustozim menga sirni oshkor qilmaslikni qat'iy buyurgan edi. Xudoning yaratilish dramasini buzish uning xohishi emas. Agar men ko'p odamlarga ovqat yemasdan yashashni o'rgatsam, fermerlar menga minnatdor bo'lishmasdi! Shirin mevalar yerda befoyda yotardi. Aftidan, azob-uqubatlar, ochlik va kasalliklar bizning karma qamchilarimiz bo'lib, oxir-oqibat bizni hayotning asl ma'nosini izlashga undaydi.

"Ona," Men dedi sekin, "nima bu ... foydalanish ning sizning ega bo'lish bo'lgan yakkaalik tashqarida ga jonli holda ovqatlanyaptimi?"

"Inson Ruh ekanligini isbotlash uchun." Uning yuzi donolik bilan yorishib ketdi. "Ilohiy taraqqiyot orqali u asta-sekin ovqat bilan emas, balki Abadiy Nur bilan yashashni o'rganishi mumkinligini namoyish etish uchun."

Avliyo chuqur meditatsiya holatiga tushib qoldi. Uning nigohi ichkariga qaratilgan edi; ko'zlarining mayin tubsizligi ifodasiz bo'lib qoldi. U ma'lum bir xo'rsinib qo'ydi, bu ekstatik nafassiz transning muqaddimasi edi. Bir muddat u shubhasiz olamga, ichki quvonch jannatiga qochib ketgan edi.

Tropik zulmat cho'kib ketgan edi. Kichkina kerosin chiroqning nuri soyada jimgina cho'kib o'tirgan o'n ikkita qishloq aholisining yuzlariga mos ravishda miltilladi. Kulbalarining uchib kelayotgan chirkin qurtlari va uzoqdagi moy chiroqlari baxmal tunga yorqin va g'alati naqshlar solib turardi. Bu xayrlashuvning og'riqli soati edi; bizning kichik guruhimiz oldida sekin va zerikarli sayohat kutayotgan edi.

"Giri Bala," Men dedi sifatida ... avliyo ochildi uni ko'zlar, "Iltimos berish meni a esdalik sovg'asi chiziq ning bitta ning sizning

U tez orada Benares ipagidan bir parcha olib qaytib keldi va uni qo'lida uzatdi va to'satdan yerga sajda qildi.

"Ona," Men dedi hurmat bilan, "aksincha ruxsat berish meni teginish sizning o'z muborak bo'lgan oyoqlar!"

.....
46-1 : Ichkarida shimoliy Bengal.

46-2 : H. H. Janob Bijay Chand Mahtab, hozir o'lik. Uning oila shubhasiz egalik qiladi ba'zi yozuv ning ...
Maharajaning Giri Balani uchta tergov qildi.

46-3 : Ayol yogi.

46-4 : "Kechiruvchi ning To'siqlar, ... xudo ning yaxshi boylik.

46-5 : Shri Yuktesvar ishlatilgan ga ayting: "The Lord bor berilgan bizni ... mevalar ning ... yaxshi yer. Biz kabi ga ko'rish bizning oziq-ovqat, ga hid uni tatib ko'rish uchun - hindular unga tegishni ham yaxshi ko'radilar!" Agar ovqatda boshqa hech kim bo'lmasa, uni *eshitish ham* qiyin emas !

46-6 : Janob Rayt shuningdek oldi ko'chib o'tish rasmlar ning Shri Yuktesvar davomida uning oxirgi Qish Quyosh

to'liqini Festival ichida Serampore. 46-7: "Biz yeyayotgan narsa nurlanishdir; bizning ovqatimiz juda ko'p energiya

miqdoridir", dedi Klivlendlik doktor Jorj V. Krayl.

yig'ilish ning tibbiy erkaklar yoqilgan May 17, 1933-yil ichida Memfis. "Bu juda muhim radiatsiya, qaysi nashrlar elektr oqimlar

chunki tananing elektr zanjiri, ya'ni asab tizimi quyosh nurlari bilan oziqlanadi. Doktor Krilning aytishicha, atomlar quyosh tizimlaridir. Atomlar bor ... transport vositalari bu bor to'ldirilgan bilan quyosh nurlanish sifatida shunday ko'p o'ralgan buloqlar. Bular son-sanoqsiz atomga to'la energiya oziq-ovqat sifatida qabul qilinadi. Inson tanasiga kirgandan so'ng, bu tarang transport vositalari, atomlar, tananing protoplazmasida ajralib chiqadi, ... nurlanish mebel jihozlash yangi kimyoviy energiya, yangi elektr toklar. Sizning tana bu qilingan yuqoriga ning shunday atomlar, — dedi doktor Kril. —
.Ular sizning mushaklaringiz, miyangiz va ko'z va quloq kabi sezgi organlaringizdir

Bir kuni olimlar vasiyatnoma kashf etmoq Qanaqasiga erkak banka jonli to'g'ridan-to'g'ri yoqilgan quyosh energiya. "Xlorofill bu ... faqat modda ma'lum tabiatda bu qandaydir tarzda egalik qiladi ... kuch ga harakat sifatida a quyosh nuri tuzoq," Uilyam L. Lorens yozadi ichida ... *Yangi York Times* . "U quyosh nuri energiyasini 'ushlaydi' va uni o'simlikda saqlaydi. Busiz hech qanday hayot mavjud bo'la olmaydi. Biz yashash uchun zarur bo'lgan energiyani biz iste'mol qiladigan o'simlik ozuqasida yoki o'simliklarni yeydigan hayvonlarning go'shtida saqlanadigan quyosh energiyasidan
".olamiz

The energiya biz olish dan ko'mir yoki moy bu quyosh energiya tuzoqqa tushgan tomonidan ... xlorofill ichida o'simlik
".hayot millionlab ning yillar oldin. Biz xlorofill vositasida quyosh nuri ostida yashang

Kuchli tebranuvchi qo'shiq aytish. The so'zma-so'z tarjima ning Sanskritcha *mantra* bu "cholg'u asbobi ning :46-8 fikr," ma'noni anglatuvchi ... ideal, eshitilmaydigan tovushlar qaysi vakillik qilish bitta jihat ning yaratilish; qachon ovoz chiqarib sifatida bo'g'inlar, a *mantra* tashkil qiladi a universal terminologiya. Tovushning cheksiz kuchlari AUM,
."Kalom" yoki Kosmik Motorning ijodiy gumburlashidan kelib chiqadi

BOB: 47

Men Qaytish Kimga The G'arb

"Men Hindiston va Amerikada ko'plab yoga darslarini berganman; lekin tan olishim kerakki, hindu sifatida men ingliz tili talabalari uchun dars o'tayotganimdan g'ayrioddiy darajada xursandman."

Londonlik sinfdoshlarim minnatdorchilik bilan kulishdi; hech qanday siyosiy tartibsizliklar bizning yoga tinchligimizni buzmad.

Hindiston endi muqaddas xotira edi. Hozir 1936-yil sentyabr; Men o'n olti oy oldin Londonda yana ma'ruza qilish haqidagi va'damni bajarish uchun Angliyadaman.

Angliya ham yoga haqidagi abadiy xabarni qabul qiladi. Grosvenor Housedagi xonamga muxbirlar va kinoxronika operatorlari gavjum bo'lishdi. Britaniya Milliy Kengashi Jahon

Imonlar Hamjamiyati 29-sentabr kuni Uaytfilddagi Kongregatsiya cherkovida uchrashuv tashkil qildi, u yerda men tinglovchilarga "Do'stlikdagi ishonch qanday qilib tsivilizatsiyani qutqarishi mumkin" mavzusida nutq so'zladim. Caxton Halldagi soat sakkizdagi ma'ruzalar shunchalik olomonni jalb qildiki, ikki kecha davomida Windsor House auditoriyasida soat to'qqiz yarimda ikkinchi nutqimni kutib turgan odamlar to'lib ketdi. Keyingi haftalardagi yoga mashg'ulotlari shunchalik ko'payib ketdiki, janob Rayt boshqa zalga ko'chib o'tishni tashkil qilishga majbur bo'ldi.

Inglizlarning matonati ma'naviy munosabatlarda ajoyib ifodaga ega. Men ketganimdan so'ng, Londonlik yoga talabalari o'zlarini sadoqat bilan O'zini anglash bo'yicha stipendiya markaziga aylantirdilar va achchiq urush yillarida haftalik meditatsiya uchrashuvlarini o'tkazdilar.

Angliyada unutilmas haftalar; Londonda, keyin esa go'zal qishloq joylarida sayr qilish kunlari. Janob Rayt va men ishonchli Fordni Britaniya tarixining buyuk shoirlari va qahramonlarining tug'ilgan joylari va qabrlarini ziyorat qilish uchun chaqirdik.

Bremenda Sautgemptondan Amerikaga yo'l oldi . Nyu-York portidagi ulug'vor Ozodlik haykali nafaqat Miss Bletch va janob Raytning, balki mening ham tomog'imga quvonchli taassurot qoldirdi.

Qadimgi tuproqlar bilan kurashishdan biroz charchagan Ford hali ham ta'sirchan edi; endi u Kaliforniyaga qit'alararo sayohatni o'z yo'liga oldi. 1936-yil oxirida Vashington tog'i ko'tarildi.

Yil yakuni bayramlari har yili Los-Anjeles markazida 24-dekabr kuni sakkiz soatlik guruh meditatsiyasi (Ma'naviy Rojdestvo) bilan nishonlanadi, ertasi kuni esa ziyofat (Ijtimoiy Rojdestvo) bo'lib o'tadi. Bu yilgi bayramlar uch dunyo sayohatchisini kutib olish uchun uzoq shaharlardan kelgan aziz do'stlar va talabalarning ishtiroki bilan yanada yorqinroq bo'ldi.

Rojdestvo bayrami ziyofatiga ushbu quvonchli voqea uchun o'n besh ming mil uzoqlikdan olib kelingan laziz taomlar kiritilgan edi: Kashmirdan keltirilgan *gukchi qo'ziqorinlari, konservalangan rasagulla* va mango pulpasi, *papar* pechenelari va yog'. muzqaymoqqa xushbo'y hid bergan hind *keora gulidan. Kechqurun biz ulkan yaltiroq Rojdestvo daraxti atrofida to'plandik, yaqin atrofdagi kamin xushbo'y sarv daraxtlari bilan bezatilgan edi.*

Sovg'a vaqti! Yer yuzining chekka burchaklaridan - Falastin, Misr, Hindiston, Angliya, Fransiya, Italiyadan sovg'alar. Janob Rayt har bir xorijiy chorrahada daraxt tanasini qanchalik mashaqqatli sanab chiqqanki, Amerikadagi yaqinlari uchun mo'ljallangan xazinalarni hech bir o'g'irlik qo'liga olmagan! Muqaddas yerlardan keltirilgan muqaddas zaytun daraxti lavhalari, Belgiya va Gollandiyadan keltirilgan nozik to'rlar va kashtalar, fors gilamlari, nozik to'qilgan Kashmir sharflari,

Mysordan kelgan abadiy xushbo'y sandal yog'ochidan yasalgan laganda, Markaziy viloyatlardan kelgan Shiva "buqa ko'zi" toshlari, uzoq vaqtdan beri qochib kelgan sulolalarning qadimgi hind tangalari, qimmatbaho toshlar bilan bezatilgan vazalar va stakanlar, miniatyuralar, gobelenlar, ibodatxona tutatqilari va atirlar, *svadeshi* paxta bosmalari, lak ishlari, Mysor fil suyagi o'ymakorligi, qiziquvchan uzun barmoqli fors shippaklari, g'alati eski yoritilgan qo'lyozmalar, baxmallar, brokadlar, Gandi qalpoqchalari, kulolchilik buyumlari, plitkalar, jez buyumlar, ibodat gilamlari - o'lja... uchta qit'a!

Bir tomonidan bitta Men tarqatilgan ... xushchaqchaqlik bilan o'ralgan paketlar dan ... ulkan qoziq ostida ... daraxt.

"Gyanamata opa!" Men yo'qligimda Vashington tog'ida mas'ul bo'lgan, muloyim chehrali va chuqur anglash qobiliyatiga ega avliyo amerikalik ayolga uzun quti uzatdim. U qog'oz salfetkalardan oltin Benares ipakdan yasalgan *sarini ko'tardi*.

"Rahmat sen, janob; uni olib keladi ... tanlov ning Hindiston oldin mening ko'zlar.

"Janob Dickinson!" Keyingi posilkada men Kalkutta bozoridan sotib olgan sovg'a bor edi. "Janob Dikinsonga bu yoqadi", deb o'ylagandim o'sha paytda. Juda sevimli shogird bo'lgan janob Dickinson 1925-yilda Vashington tog'i tashkil etilganidan beri har bir Rojdestvo bayramida qatnashgan. Bu o'n birinchi yillik bayramda u mening oldimda turib, kichkina kvadrat paketining lentalarini yechayotgan edi .

"Kumush piyola!" U his-tuyg'ularga berilib, sovg'aga, baland ichimlik stakaniga tikilib qoldi. U uzoqroqda, aftidan, hayratda o'tirdi. Men Santa Klaus rolimni davom ettirishdan oldin unga mehr bilan jilmayib qo'ydim.

Ejakulyatsiya oqshomi barcha sovg'alarni beruvchiga ibodat bilan yakunlandi; keyin esa guruh bo'lib Rojdestvo qo'shiqlarini kuylashdi.

Janob Dickinson va Men edilar suhbatlashish birgalikda qachondir keyinroq.

— Janob, — dedi u, — iltimos, kumush kosa uchun rahmat aytishga ijozat bering. Rojdestvo kechasida hech qanday so'z topa olmadim.

"Men olib keldi ... sovg'a ayniqsa uchun sen."

"Qirq uch yildan beri o'sha kumush qadahni kutib yuribman! Bu uzoq hikoya, men uni ichimda yashirganman." Janob Dickinson menga uyalib qaradi. "Boshi dramatik edi: men cho'kib ketayotgan edim. Katta akam meni Nebraskadagi kichik bir shaharchadagi o'n besh futlik hovuzga o'ynoqi tarzda itarib yuborgan edi. O'shanda men atigi besh yoshda edim. Suvga ikkinchi marta cho'kmoqchi bo'lganimda, ko'zni qamashtiruvchi rang-barang yorug'lik paydo bo'lib, hamma joyni to'ldirdi. O'rtada xotirjam ko'zlari va taskin beruvchi tabassumi bor odamning qiyofasini ko'rdim. Akamning hamrohlaridan biri baland va ingichka tol daraxtini shunday past chuqurlikka egib qo'ydi, men uni umidsiz barmoqlarim bilan ushlay oldim. Bolalar meni qirg'oqqa olib chiqishdi va muvaffaqiyatli ravishda birinchi tibbiy yordam ko'rsatishdi .

"O'n ikki yil o'tgach, o'n yetti yoshli bolaligimda, onam bilan Chikagoga tashrif buyurdim. Bu 1893-yil edi; buyuk Jahon dinlar parlamenti ishlayotgan edi. Onam bilan men asosiy ko'chada ketayotgan edik, shunda yana kuchli yorug'lik chaqnashini ko'rdim. Bir necha qadam narida, bemalol yurib borar ekanman, Men yillar oldin vahiyda ko'rgan o'sha odam. U katta auditoriyaga yaqinlashdi va g'oyib bo'ldi eshik ichida.



Janob E. E. Dickinson ning Los Anjeles; u qidirildi a kumush chashka



Shri Yuktesvar va o'zim ichida Kalkutta, 1935-yil. U bu olib yurish ... sovg'a soyabon tayoqchasi



Ranchi talabalari va o'qituvchilari guruhi Qosimbozorning hurmatli Maharajasi (markazda, oq rangda) bilan suratga tushmoqda. 1918-yilda u o'zining Qosimbozor saroyini va Ranchidagi yigirma besh akr yerni o'g'il bolalar uchun yoga maktabim uchun doimiy joy sifatida berdi.

"Ona," Men qichqirdi, "bu" edi ... erkak JSSV paydo bo'ldi da ... vaqt Men edi cho'kib ketyapti!

"U bilan men shoshilib binoga kirdik; erkak ma'ruza minbarida o'tirgan edi. Tez orada biz uning Hindistonlik Svami Vivekananda ekanligini bildik. 47-1 U ta'sirli nutq so'zlaganidan so'ng, men uni kutib olish uchun oldinga bordim. U menga mehr bilan jilmayib qo'ydi, go'yo biz eski do'stlardek. Men shunchalik yosh edimki, his-tuyg'ularimni qanday ifoda etishni bilmasdim, lekin yuragimda u menga ustoz bo'lishni taklif qiladi deb umid qilardim. U mening fikrlarimni o'qidi.

"Yo'q, o'g'lim, men sening guruving emasman." Vivekananda o'zining chiroyli, o'tkir ko'zlari bilan mening ko'zlarimga chuqur tikildi. "Ustozingiz keyinroq keladi. U sizga kumush kosa beradi." Bir oz sukutdan so'ng, u jilmayib qo'shimcha qildi: "U sizga hozir ushlay olmaydigan darajada ko'proq ne'matlarni yog'diradi."

"Men Chikagodan bir necha kundan keyin jo'nab ketdim", deb davom etdi janob Dickinson, "va buyuk Vivekanandani boshqa ko'rmadim. Lekin uning aytgan har bir so'zi mening ongimga o'chmas muhr bosgan edi. Yillar o'tdi; birorta ham ustoz ko'rinmadi. 1925-yilning bir kechasida men Xudodan menga guruimni yuborishini so'rab chuqur ibodat qildim. Bir necha soatdan keyin meni yumshoq ohanglar uyg'otdi. Nay va boshqa cholg'ularni ko'tarib turgan samoviy mavjudotlar guruhi ko'z oldimda paydo bo'ldi. Havoni ulug'vor musiqa bilan to'ldirgandan so'ng, farishtalar asta-sekin g'oyib bo'lishdi.

"Ertasi kuni kechqurun men birinchi marta Los-Anjelesdagi ma'ruzalaringizdan biriga bordim va o'shanda ibodatim ijobat bo'lganini bildim."

Biz jilmayib qo'ydi da har biri boshqa ichida sukunat.

"Men o'n bir yildan beri sizning *Kriya Yoga* shogirdingizman", deb davom etdi janob Dickinson. "Ba'zan kumush kosa haqida o'ylardim; Vivekanandaning so'zlari faqat majoziy ma'noda ekanligiga o'zimni deyarli ishontirgan edim. Lekin Rojdestvo kechasida, siz menga daraxt yonidagi kvadrat qutini uzatganingizda, Men arra, uchun ... uchinchi vaqt ichida mening hayot, ... bir xil ko'zni qamashtiruvchi chaqnash ning yorug'lik. Ichkarida boshqa daqiqa Men edi

Vivekananda qirq uch yil oldin men uchun oldindan ko'rgan guruning sovg'asiga - kumush kosaga tikilib turibman!

.....
The boshliq shogird ning ... Masihga o'xshash usta Shri Ramakrishna :47-1

BOB: 48

Da Encinitas Ichkarida Kaliforniya

"Syurpriz bo'ldi, janob! Chet elda bo'lmagan vaqtingizda bizda Encinitas ibodatxonasi qurildi; bu "xush kelibsiz" sovg'asi!" Gyanamata opa jilmayib meni darvozadan o'tkazib, daraxt soyali yo'lakka olib chiqdi.

Men moviy sho'r suv tomon ulkan oq okean kemasi kabi chiqib turgan binoni ko'rdim. Avvaliga jimgina, keyin "Voy!" va "Voy!" deb, nihoyat, insonning quvonch va minnatdorchilik so'zlari yetarli bo'lmagan holda, har biri maftunkor tarzda bezatilgan o'n oltita g'ayrioddiy katta xonalarni ko'zdan kechirdim.

Shiftgacha baland derazalari bo'lgan ulug'vor markaziy zal o't, okean va osmonning birlashgan qurbongohiga qaraydi - zumrad, opal va sapfir rangidagi simfoniya. Zalning ulkan kaminidagi mantiya Lahiri Mahasayaning ramkaga solingan suratini ushlab turibdi, u bu uzoq Tinch okeani osmoniga duo qilib jilmayib turibdi.

Yo'lakning to'g'ridan-to'g'ri ostida, jarlikning o'zida qurilgan ikkita yolg'iz meditatsiya g'orlari osmon va dengizning cheksizligiga qaraydi. Ayvonlar, quyoshda cho'miladigan burchaklar, gektarlab mevali bog'lar, evkalipt bog'i, atirgullar va zambaklar orasidan sokin arborlarga olib boradigan tosh yo'llar, tanho plyaj va ulkan suvlarda tugaydigan uzun zinapoyalar! Tush yanada aniqroq bo'lganmidi?

Zend-Avestadagi zindon eshiklaridan biriga mahkamlangan "Uy uchun ibodat"da shunday deyilgan: "Avliyolarning yaxshi, qahramon va saxovatli ruhlari bu yerga kelsin, va ular biz bilan birga borib, o'zlarining muborak sovg'alarining shifobaxsh fazilatlarini yer yuzi kabi keng, daryolar kabi uzoq, quyosh kabi baland, yaxshiroq odamlarning rivojlanishi, mo'l-ko'lchilik va shon-sharafning ko'payishi uchun ato etsinlar."

"Itoatkorlik bu uyda itoatsizlikni mag'lub etsin; bu yerda tinchlik nizolar ustidan g'alaba qozonsin; ochko'zlik ustidan erkinlik, yolg'on ustidan rostgo'ylik, nafrat ustidan hurmat. Aqlimiz shod bo'lsin va ruhimiz ko'tarilsin, tanamiz ham ulug'lansin; va ey Ilohiy nur, Seni ko'raylik va yaqinlashib, Sening atrofingga kelib, Sening huzuringga yetib boraylik."

butun hamrohlik!"



Kaliforniyaning Encinitas shahri, Tinch okeaniga qaragan. Asosiy bino va O'zini anglash hamjamiyati hududining bir qismi

Ushbu O'zini O'zi Aniqlash Hamjamiyati ashrami bir nechta amerikalik shogirdlarning, cheksiz mas'uliyatga ega bo'lgan amerikalik biznesmenlarning saxovatpeshaligi tufayli mumkin bo'ldi, ular har kuni *Kriya Yoga uchun vaqt topadilar*. Hindiston va Yevropada bo'lganimda, monastir qurilishi haqida birorta ham so'z eshitilmadi. Hayrat, zavq!

Amerikadagi dastlabki yillarimda men dengiz bo'yidagi ashram uchun kichik bir joy qidirib Kaliforniya qirg'oqlarini kezib chiqqan edim; har safar mos joy topganimda, meni to'sib qo'yadigan biron bir to'siq paydo bo'lardi. Endi Encinitasning keng gektarlariga qarab, **48-1** Men kamtarlik bilan Shri Yuktesvarning uzoq vaqt oldin aytgan bashoratining, ya'ni "okean bo'yidagi dafn marosimining" osonlikcha amalga oshirishini ko'rdim.

Bir necha oy o'tgach, 1937-yilgi Pasxa bayramida men Encinitasdagi silliq maysazorlarda birinchi bo'lib ... Ko'plab Quyosh Chiqish Xizmatlari. Qadimgi sehrugarlar singari, bir necha yuz talaba sharqiy osmondagi kundalik mo'jizaga, ilk quyosh olovi marosimiga hayrat bilan tikilib turishardi. G'arbda cheksiz Tinch okeani tantanali maqtovlarini yangrab turardi; uzoqda kichkina oq yelkanli qayiq va dengiz qushining yolg'iz parvozi. "Masih, Sen tirilgansan!" Bahorgi quyosh bilan yolg'iz emas, balki Ruhning abadiy tongida !

Ko'plab baxtli oylar tez o'tdi; mukammal go'zallik tinchligida men ziyoratgohda uzoq vaqtdan beri rejalashtirilgan " *Kosmik qo'shiqlar*" asarini yakunlashga *muvaffaq bo'ldim*. Men qirqga yaqin qo'shiqni inglizcha so'zlar va g'arb musiqiy notalariga qo'shdim, ba'zilar asl, boshqalari esa qadimiy kuylarning moslashuvlari. Ular orasida Shankara qo'shig'i "Tug'ilish yo'q, o'lim yo'q"; Shri Yuktesvarning ikkita sevimli qo'shig'i: "Uyg'oning, lekin uyg'oning, ey avliyo!" va "Istak, mening buyuk dushmanim"; oq sanskritcha "Brahmaga madhiya"; qadimgi bengal

qo'shiqlari, "Qanday chaqmoq chaqnadi!" va "Ular sizning ismingizni eshitishdi"; Tagorning "Mening ma'badimda kim bor?"; va bir qator kompozitsiyalarim: "Men doim sizniki bo'laman", "Orzularim ortidagi yurtda", "Jim osmondan chiq", "Mening ruhim chaqirig'ini tingla", "Jimlik ma'badida" va "Sen mening hayotimsan".

Uchun a so'zboshi ga ... qo'shiqlar kitobi Men hikoya qilindi mening birinchi ajoyib tajriba bilan ... qabul qilish qobiliyati ning

G'arbliklarni Sharqning o'ziga xos diniy muhitiga jalb qilish. Tadbir ommaviy ma'ruza bo'lib o'tdi; o'sha paytda, 1926-yil 18-aprel; bu yerda, Nyu-Yorkdagi Karnegi Xollda.

"Janob Xansiker," deb amerikalik talabaga ishonib aytgan edim, "men tomoshabinlardan qadimgi hind qo'shig'ini kuylashni so'ramoqchiman: "Ey Xudo, go'zal!"

— Janob, — e'tiroz bildirdi janob Xansiker, — bu sharqona qo'shiqlar Amerika tushunchasiga begona. Agar ma'ruza haddan tashqari pishgan pomidorlar haqidagi sharh bilan buzilgan bo'lsa, bu qanday achinarli!

Men kulib qo'shilmasdan rozi bo'lmagan edim. "Musiqqa universal til. Amerikaliklar bu yuksak qo'shiqdagi qalb intilishini his qilishdan to'xtamaydilar." **48-2**

Ma'ruza paytida janob Xansiker platformada orqamda o'tirgan edi, ehtimol mening xavfsizligimdan qo'rqardi. Uning shubhalari asossiz edi; nafaqat yoqimsiz sabzavotlar yo'q edi, balki bir soatu yigirma besh daqiqa davomida "Ey Xudo, go'zal!" degan xitoblar uzluksiz yangradi. dan uch ming tomoqlar. Blase' yo'q uzunroq, azizim Yangi Yorkliklar; sizning qalblar shunchaki quvonchdan ko'tarilib ketdi! O'sha oqshom ilohiy shifolar sodir bo'ldi Xudoning muborak ismini sevgi bilan kuylayotgan dindorlar orasida.

Adabiy qo'shiqchining tanho hayoti mening rolim uzoqqa cho'zilmadi. Ko'p o'tmay, men har ikki haftani Los-Anjeles va Encinitas o'rtasida taqsimlay boshladim. Yakshanba kunlari xizmatlar, darslar, klublar va kollejlardagi ma'ruzalar, talabalar bilan suhbatlar, uzluksiz yozishmalar oqimi, *Sharq-G'arb uchun maqolalar*, Hindistondagi faoliyat yo'nalishi va Amerika shaharlaridagi ko'plab kichik markazlar. Shuningdek, *Kriya* va boshqa o'zini o'zi anglash hamjamiyati ta'limotlarini makon cheklovini bilmaydigan uzoqdagi yoga izlovchilari uchun bir qator tadqiqotlarga aylantirishga ko'p vaqt ajratildi.

Quvonchli fidoyilik ning a O'zini anglash Cherkov ning Hammasi Dinlar oldi joy ichida 1938-yil da Vashington,

Vashingtondagi obodonlashtirilgan hududlar orasida joylashgan ulug'vor cherkov shaharning "Do'stlik balandliklari" deb nomlangan qismida joylashgan. Vashington rahbari Ranchi maktabi va Kalkutta universitetida tahsil olgan Svami Premananda. Men uni 1928-yilda Vashington o'zini o'zi anglash stipendiyasi markaziga rahbarlik qilish uchun chaqirgan edim.

"Premananda", dedim men unga yangi ibodatxonasiga tashrif buyurganimda, "bu Sharqiy bosh qarorgoh sizning tinimsiz sadoqatingiz uchun toshga o'rnatilgan yodgorlikdir. Mamlakat poytaxtida siz Lahiri Mahasayaning ideallari nurini yuqori ko'tarib turdingiz."

Premananda menga Vashingtondan Bostondagi O'zini anglash bo'yicha stipendiya markaziga qisqa muddatli tashrif buyurish uchun hamrohlik qildi. 1920-yildan beri sobit bo'lib kelgan *Kriya Yoga* guruhini yana ko'rish qanday quvonchli! Boston yetakchisi doktor MW Lyuis hamrohimni va meni zamonaviy, badiiy bezatilgan xonaga joylashtirdi.

— Janob, — dedi menga doktor Lyuis jilmayib, — Amerikadagi ilk yillaringizda siz bu shaharda hammomsiz bitta xonada yashagansiz. Bostonda hashamatli kvartiralar borligini bilishingizni istardim !

Yaqinlashib kelayotgan qirg'in soylari butun dunyo bo'ylab cho'zilib borayotgan edi; o'tkir quloq allaqachon urushning dahshatli nog'oralarini eshitishi mumkin edi. Kaliforniyadagi minglab odamlar bilan suhbatlar paytida va butun dunyo bo'ylab yozishmalar orqali men erkaklar va ayollar qalblarini chuqur izlayotganini aniqladim; fojiali tashqi ishonchsizlik Abadiy Ankorajga ehtiyojni ta'kidlagan edi.

"Biz haqiqatan ham meditatsiyaning qadrini angladik", deb yozgan edi menga London o'zini o'zi anglash bo'yicha stipendiya markazi rahbari 1941-yilda, "va hech narsa bizning ichki xotirjamligimizni buzmasligini bilamiz. So'nggi bir necha hafta ichida uchrashuvlar davomida biz havo hujumi haqida ogohlantirishlarni eshitdik va portlash ovozi tingladik. kechiktirilgan harakat bombalar, lekin bizning talabalar hali ham yig'ish va yaxshilab zavqlaning bizning chiroyli xizmat."

Amerika mojaroga kirishidan oldin urushdan vayron bo'lgan Angliyadan menga yana bir xat keldi. *"Sharq donoligi" turkumining taniqli muharriri doktor L. Kranmer Byng olijanob va achinarli so'zlar bilan shunday deb yozgan edi :*

Sharq-G'arbni o'qiganimda, biz bir-birimizdan qanchalik uzoqda ekanligimizni, aftidan ikkiga bo'lingan holda yashayotganimizni angladim. " turli olamlar. Go'zallik, tartib, xotirjamlik va tinchlik menga Los-Anjelesdan, portga suzib kirib kelmoqda. qamal qilingan shaharga Muqaddas Graalning ne'matlari va tasallisi bilan to'ldirilgan kema.

"Men tushimda sizning palma daraxtlari bog'ingizni va okean cho'zilgan va tog' manzaralari bilan Encinitasdagi ma'badni, eng avvalo, ma'naviy fikrlaydigan erkaklar va ayollarning birligini, birlikda anglangan, ijodiy ishlarga berilib ketgan va tafakkurda to'ldirilgan jamoani ko'ryapman. Bu mening o'z qarashlarim dunyosi, uni yaratishda men o'z hissamni qo'shishga umid qilgan edim va endi..."

"Balki tanamda men hech qachon sizning oltin qirg'oqlaringizga yetib borolmayman va ma'badingizda sajda qilolmayman. Lekin bu vahiyni ko'rish va urush paytida sizning portlaringizda va tepaliklaringizda hali ham tinchlik hukm surayotganini bilishdan ko'ra ko'proq narsa. Tong otishni kutayotgan qo'riqchi minorasida yozilgan oddiy askardan barcha hamkasblarga salomlar."

Urush yillari ilgari hech qachon Yangi Ahdni o'rganishni o'z ichiga olmagan odamlar orasida ma'naviy uyg'onishni olib keldi. Urushning achchiq o'tlaridan shirin ichimlik! O'sib borayotgan ehtiyojni qondirish uchun barcha dinlarning ilhomlantiruvchi kichik o'zini o'zi anglash cherkovi qurildi va bag'ishlandi. ichida 1942-yil da Gollivud. The sayt yuzlar Zaytun Tepalik va ... uzoqdagi Los Anjeles Planetariumi. Moviy, oq va oltin ranglarda bezatilgan cherkov katta hovuzdagi suv sümbüllari orasida aks etgan. Bog'lar gullar, bir nechta hayratda qolgan tosh kiyiklar va vitrajlar bilan bezatilgan. pergola va go'zal tilaklar. Insonning tangalari va kaleydoskopik istaklari bilan birga Ruhning yagona xazinasiga bo'lgan ko'plab sof intilishlar paydo bo'lgan! Lahiri Mahasaya va Shri Yuktesvar haykallari, Krishna,

Budda, Konfutsiy, Avliyo Fransisk va Oxirgi Kechki ovqatda Masihning go'zal marvarid reproduksiyasi joylashgan kichik tokchalardan umuminsoniy mehr-oqibat oqib chiqadi.

Barcha dinlarning yana bir o'zini anglash cherkovi 1943-yilda San-Diegoda tashkil etilgan. Tepalikdagi sokin ibodatxona, evkalipt vodiysida joylashgan bo'lib, u yaltiroq San-Diego ko'rfaziga qaragan.

Bir oqshom shu sokin maskanda o'tirib, yuragimni qo'shiqqa to'kib yubordim. Barmoqlarim ostida cherkovning yoqimli ohangdagi organi, lablarimda esa qadimgi Bengalning sog'inchli nolasi eshitilardi.

dindor JSSV bor edi qidirildi uchun abadiy taskin:

Ichkarida bu dunyo, Ona, hech biri banka sevgi men;
Bu dunyoda ular sevgini ilohiy deb
bilishmaydi. Sof va mehrli sevgi qayerda bor?
Chin dildan sevadigan Sening
qayering bor? Yuragim u yerda
bo'lishni istaydi.

Cherkovdagi hamrohim, San-Diego markaziy yetakchisi doktor Lloyd Kennell
qo'shiqning so'zlarini eshitib, biroz jilmayib qo'ydi.

"Rostini ayting, Paramhansaji, bunga arzidimi?" U menga samimiylik bilan qaradi.
Men uning qisqa savolini tushundim: "Amerikada baxtli bo'ldingizmi?
Ko'ngilsizliklar, yurak og'riqlari, yetakchilik qila olmagan markaz rahbarlari, o'qita
olmagan talabalar haqida nima deyish mumkin?"

"Xudo sinovdan o'tkazgan odam baxtlidir, doktor! U vaqti-vaqti bilan menga og'irlik
yuklashni eslab yuradi!" Keyin men barcha sodiqlar, sevgi, sadoqat va Amerikaning
markazida yotgan tushuncha. Sekin urg'u bilan davom ettirdim: "Lekin mening
javobim: Ha, ming marta ha! Bu vaqtga arziydi; G'arb va Sharqning yagona uzoq
muddatli rishtada, ya'ni ma'naviy aloqada yaqinlashishini ko'rish men orzu
qilganimdan ham ko'proq doimiy ilhom manbai bo'ldi!"

Men jimgina ibodat qildim: "Babaji va Shri Yuktesvarji meni yuborgan yuksak
umidni puchga chiqarmasdan, o'z vazifamni bajarganimni his qilishsin."

Men o'girildi yana ga ... organ; bu vaqt mening qo'shiq edi tus olgan bilan a jangovar
jasorat:

Vaqtning silliqlash g'ildiragi
ko'plab oy va yulduzli hayotni va
ko'plab yorqin tabassumli tongni
buzadi - lekin mening jonim baribir
oldinga intiladi!

Zulmat, o'lim va
muvaqqiyatsizliklar kurashdi; Ular
mening yo'limni to'sish uchun

shafqatsizlarcha harakat qilishdi;
Rashkchi tabiat bilan kurashim kuchli
- Lekin baribir jonim oldinga
intiladi!

1945-yilning Yangi yil haftasida men Encinitas kabinetimda ishda bo'lib, ushbu kitobning qo'lyozmasini qayta ko'rib chiqdim.

"Paramhansaji, iltimos, tashqariga chiqing." Bostondan tashrif buyurgan doktor Lyuis derazam tashqarisidan menga yolvorib jilmaydi. Ko'p o'tmay, biz quyosh nurida sayr qila boshladik. Hamrohim qirg'oq magistraliga tutashgan Fellowship mulkining chekkasida qurilayotgan yangi minoralarga ishora qildi .

"Janob, men oxirgi tashrifimdan beri bu yerda ko'plab yaxshilanishlarni ko'rmoqdaman." Doktor Lyuis yiliga ikki marta Bostondan Encinitasga keladi.

"Ha, doktor, men uzoq vaqtdan beri o'ylab yurgan loyiha aniq shakllana boshladi. Bu go'zal muhitda men miniatyura dunyo mustamlakasini boshladim. Birodarlik - bu nasihatdan ko'ra namuna orqali yaxshiroq tushuniladigan ideal! Bu yerdagi kichik bir uyg'un guruh yer yuzidagi boshqa ideal jamoalarga ilhom berishi mumkin."

"A ajoyib g'oya, janob! The koloniya vasiyatnoma albatta bo'lish a muvaffaqiyat agar hamma chin dildan qiladi uning qism!"

— "Dunyo" — katta ma'no, lekin inson o'zini dunyo fuqarosi nuqtai nazaridan ko'rib, o'z sadoqatini oshirishi kerak, — deb davom etdim men. — "Dunyo mening vatanim; bu mening Amerikam, Hindistonim, Filippinim, Angliyam, Afrikam", deb chinakam his qiladigan inson hech qachon foydali va baxtli hayot kechirish imkoniyatidan mahrum bo'lmaydi. Uning tabiiy mahalliy g'ururi cheksiz kengayishni biladi; u ijodiy universal oqimlar bilan aloqada bo'ladi.

Doktor Lyuis bilan men ziyoratgoh yaqinidagi lotus hovuzi ustida to'xtadik. Pastimizda esa cheksiz Tinch okeani yotardi.

"Bu suvlar G'arb va Sharq qirg'oqlarida, Kaliforniya va Xitoyda teng ravishda ajralib chiqadi." Hamrohim yetmish million kvadrat milya okeanning birinchisiga kichik tosh otdi. "Encinitas dunyo mustamlakasi uchun ramziy joy."

"Bu to'g'ri, doktor. Biz bu yerda barcha mamlakatlardan delegatlarni taklif qilib, ko'plab konferensiyalar va diniy kongresslar o'tkazamiz. Zallarimizda davlatlar bayroqlari osib qo'yiladi. Hududda dunyoning asosiy dinlariga bag'ishlangan kichik ibodatxonalar quriladi.

"Iloji boricha tezroq", deb davom ettirdim men, "Men bu yerda Yoga institutini ochishni rejalashtirmoqdaman. G'arbda *Kriya Yoganing muborak roli* endigina boshlandi. Barcha insonlar barcha insoniy azob-uqubatlarni yengish uchun o'zini anglashning aniq, ilmiy usuli borligini bilishsin!"



1945-yilda San-Fransiskoda Tinchlik konferensiyasi chaqirilishi paytida bo'lib o'tgan irqalararo uchrashuvda ma'ruzachilar. (Chapdan o'ngga) Doktor Manek Anklesaria, Jon Koxi, men, Xyu E. Makbet, Vins M.



Vashingtondagi barcha dinlarning o'zini o'zi anglash cherkovi, uning rahbari Svami Premananda bu yerda men bilan birga suratga tushgan.



Mening hurmatli ota, o'tirgan ichida ... tinch lotus holat, Kalkutta, 1936-yil

Kechqurungacha aziz do'stim - Amerikadagi birinchi *Kriya Yogi* - men bilan ma'naviy asosga asoslangan dunyo koloniyalari zarurligini muhokama qildi. "Jamiyat" deb nomlangan antropomorfik mavhumlikka bog'liq kasalliklarni har bir insonning eshigi oldida yanada realistik tarzda qo'yish mumkin. Utopiya fuqarolik fazilatida gullab-yashnashidan oldin shaxsiy bag'rda paydo bo'lishi kerak. Inson - bu institut emas, balki ruh; uning ichki islohotlari tashqi islohotlarga doimiylik bag'ishlashi mumkin. Ma'naviy qadriyatlarga, o'zini anglash orqali dunyo birodarligiga misol bo'ladigan koloniya o'z joyidan ancha tashqariga ilhomlantiruvchi tebranishlarni yuborishga qodir .

1945-yil 15-avgust, Ikkinchi Jahon urushining tugashi! Dunyoning oxiri; sirli Atom davrining boshlanishi! Ermitaj aholisi asosiy zalda minnatdorchilik ibodati uchun to'planishdi. "Samoviy Ota, bu boshqa hech qachon bo'lmasin! Farzandlaringiz bundan buyon aka-uka bo'lib yurishadi!"

Urush yillarining keskinligi ortda qoldi; ruhimiz tinchlik quyoshida jo'sh urardi. Men har bir amerikalik o'rtoqlaringa xursandchilik bilan qaradim.

"Hazrat," Men fikr minnatdorchilik bilan, "Sen shoshilish berilgan bu rohib a katta oila!"

A kichik shaharcha yoqilgan Sohil Magistral 101, Encinitas bu 100 milya janub ning Los Anjeles, va 25 milya :48-1

:shimol ning San Diego. 48-2: Men bu yerda Guru Nanakning qo'shig'ining so'zlarini tarjima qilaman

0 Xudo go'zal! 0 Xudo go'zal!

,0'rmonda, Sen yashilsan

Tog'da, Sen balandsan, Ichkarida

... daryo, Sen san'at notinch,

!Okeanda, Sen jiddiysan

Kimga ... xizmatkor, Sen san'at

,xizmat, sevganga, Sen sevgisan

,Kimga ... g'angin, Sen san'at hamdardlik

!Kimga ... yogi, Sen san'at baxt

0 Xudo go'zal! 0 Xudo go'zal! Ey

!Sening oyoqlaringga bosh eg



:Ilova:by



Kriya Yoga, Xudo Yoga, Ilohiy Sevgi va Xudoni
anglash uchun kiberfazoviy ashram



Ushbu "Yogining avtobiografiyasi" yaratilgan Asl
matnlar 1946 - birinchi nashr. 1946-yilgi birinchi
nashrning mualliflik huquqi AQShda muddati
tugagan va bu eng ilhomlantiruvchi kitob endi
jamoat mulki hisoblanadi va butun dunyo uchun
.bemalol mavjud



Elektron kitobning PDF formatidagi versiyasi
yaratildi Acrobat 7.0 Professional dasturidan
foydalanib va sizga taqdim etiladi [Kiberfazo
Ashram](#) tomonidan - Sevgi haqidagi to'liq ta'limot
shu jumladan ... batafsil tashabbus ga ...
muqaddas Kriya Yoga ilmi [www. saytida](http://www.saytida) bepul
onlayn tarzda mavjud . kriyayoga.com . Kiberfazo
Ashrami 1997-yilda butun dunyoga sevgi
haqidagi asl ta'limotlarni, jumladan, Kriya Yoga
muqaddas ilmiga to'liq va batafsil kirishni
.yetkazish maqsadida tashkil etilgan



Otamning sevgisi va baxti sizni yuksaltirsin
va sevgi yo'lingizni osonlashtirish uchun
ongingizni, fikrlaringizni va qalbingizni
poklasin. uy. Sevgi bu ... kalit ga Xudo -
Sevgi bu Xudo sizga taqdim etadigan barcha
narsalar - sevgini olish uchun siz sevgi
berishingiz kerak - faqat sevgi



Kiberfazo Ashramining ba'zi asosiy
bo'limlariga umumiy nuqtai nazar

- 
1. Kimga Kriya Yoga amaliyotini to'g'ri
boshlang - [Cyberspace e](#) -da nashr
etilgan yuzlab sahifalarni chindan ham
o'qiganingizga ishonch hosil qiling. [Ashram](#)
- 
- 
- 
- 
- 
- 

barcha bo'limlarni o'z ichiga olgan holda:

2. Yoqilgan sizning qanotlar ning sevgi - yoqilgan sizning yo'l ga Xudo

- 
3. [Ma'naviy Mikroharflar](#)
 4. [Ma'naviy Axborot byulletenlari](#)
 5. [TSS](#)
 6. [Bilan Sevgi dan Xudo ga siz](#)
 7. Qachon Kiberfazo Ashramining barcha am fayllari va bo'limlarini o'qish - siz kerakli vaqtda topasiz haqiqiy diksha-sahifa bilan hammasi zarur tafsilotlari ... texnikalar ning th muqaddas fan ning Kriya Yoga. Hamma narsani o'qishga, hamma narsani tushunmaguningizcha o'rganishga va nihoyat Kriya Yoga amaliyotingizda muvaffaqiyatga erishish uchun kundalik hayotingizning barcha sohalarida sevgi ta'limotlarini amalda qo'llashga tayyor bo'ling. Kriya Yoga - bu Xudoga olib boradigan vosita - sevgi - bu sizning sevgi uyingizga olib boradigan yo'lingizdagi yoqilg'i.

Sevgi va baxt

bilan, Hans

[Xudo sevgidir](#) | [Sevgi](#) | [Sevgi ta'limotlari](#) |
[Xudoning Sevgi o'g'li](#) | [Sevgi darslari](#) | " [Men](#)
[" deyishni o'rganing seni sevaman"](#) |
[Sevgini qabul qilishni o'rganing"](#) | [Sevgi](#)
[sinovlari va d](#) [Sevgi haqidagi fikr-](#)
[mulohazalar](#) | [Ma'naviy forum - yechimlar](#)
[Sevgi](#) | ["Men seni sevaman" deyish uchun](#)
[sevgi kartalari](#)

Donolik xazinasi

Paramhansa Yogananda Ma'naviy maqolalar



Dono inson hayotidan lavhalar

O'z-o'zini bilish jamiyatining sobiq prezidenti Shri Daya

Mata tomonidan

Ustoz Paramhansa Yoganandaning ta'limotlarini yozib

olgan va ularni avlodlar davomida saqlab kelgan

Men Paramhansa Yoganandani birinchi marta ko'rganimda, u 1931-yilda Solt-Leyk-Siti shahrida hayratda .qolgan katta auditoriya oldida nutq so'zlayotgan edi Gavjum zalning orqa burchagida turib, atrofimdagi hamma narsaga, ma'ruzachi va uning so'zlaridan tashqariga .beparvo edim

Butun vujudim qalbimga oqib kirib, qalbim va ongimni to'ldirgan ilohiy donolik va sevgiga cho'mgan edi. Men faqat: "Bu inson Xudoni sevadi, xuddi men Uni doim sevishni orzu qilganimdek. U Xudoni biladi va men shunga amal qilaman", deb o'ylay oldim. Va o'sha paytdan boshlab men shunday .qildim

Hurmatli ustozim Paramhansa bilan bo'lgan dastlabki yillarimda uning so'zlarining ulug'vor ma'naviy kuchini his qilganimda, uning dono so'zlarini butun dunyo va barcha avlodlar uchun yozib olish va saqlashga shoshilinchlik hissi .paydo bo'ldi

Yaxshiyamki, ustoz Paramahansa bilan ko'p yillik aloqalarim davomida men uning ma'ruzalari va shaxsiy maslahatlarini yozib oldim - bu ajoyib donolik va noyob ilohiy .sevgining buyuk va mo'l xazinasi

Farishta ustozining ilhomi mo'l-ko'l oqib kelardi, bu uning uzluksiz nutqida aks etardi; u ko'pincha bir necha daqiqa davomida to'xtovsiz, ba'zan esa bir soat davomida .gapirardi

Tinglovchilar hayrat va hayrat ichida o'tirganlarida, qalamim nihoyatda tez harakatlanardi! Uning so'zlarini qisqartma yordamida yozib borganimda, o'qituvchining ovozi sahifalardagi qisqartma belgilariga aylantirib, o'ziga .xos ne'mat tushgandek his qildim

Uni oddiy yozuvga ko'chirish muqaddas burch va bugungi kungacha muqaddas amal bo'lib kelgan va shundayligicha qolmoqda. Shuncha vaqtdan keyin ham — ba'zi kuzatishlarim qirq yildan ko'proq vaqt oldin — uni ko'chirishni boshlaganimda, uni mo''jizaviy ravishda

xayolimda yangilanib, go'yo kecha yozilgandek, har bir
iborada — qalbimning eng tubida farishta Ustozning
.ovozining o'ziga xos ohangini eshita olaman
O'qituvchi ma'ruzalarini kamdan-kam hollarda uncha
tayyorlamasdi. Agar u umuman tayyorgarlik ko'rganida, bu
bir nechta faktlarni tez va qisqacha yozib olishdan iborat
bo'lishi mumkin edi. Ma'badga ketayotganimizda, u
:mashinada o'tirgan birimizdan so'rardi
Bugungi ma'ruzamning mavzusi nima?" U diqqatini "
mavzuga qaratar va keyin ilohiy ilhomning ichki manbaidan
.foydalanib, ma'ruzani erkin tarzda o'qirdi
O'qituvchining ma'ruzalari mavzulari ibodatxonalarda
oldindan e'lon qilingan edi, lekin u gapira boshlaganida
.ba'zan uning ongi butunlay boshqa sohada ishlayotgan edi
Kun mavzusidan qat'i nazar, o'qituvchi o'sha paytda
uning ongini band qilgan haqiqatlarni gapirdi, o'zining
ma'naviy tajribasi va intuitiv, aniq tushunchasidan bebaho
bilimlarni uzluksiz oqimda yog'dirdi. Deyarli har doim va'z
oxirida bir qator odamlar ularni bezovta qilgan masala
bo'yicha bergan ma'rifati yoki ehtimol ularni qiziqtirgan
falsafiy g'oyani tushuntirish uchun minnatdorchilik bildirish
.uchun chiqishardi
Ba'zan, ma'ruza o'qiyotganda, o'qituvchining ongi
shunchalik baland ko'tarilib ketardiki, u bir zumda
tinglovchilarni unutib, Xudo bilan to'g'ridan-to'g'ri muloqot
qilardi. Uning butun borlig'i quvonchga to'lib, ilohiy sevgiga
.to'lardi
Yuqori ong holatlarida uning ongi ilohiy ong bilan
mukammal uyg'unlikda edi, shuning uchun u o'zidagi
haqiqatni idrok etdi va boshidan kechirgan va ko'rganlarini
.tasvirlab berdi
Paramhansa Yoganandanani yorqin huzuridan boshqalar
qo'rqib ketgan bo'lishi mumkin, ammo uning iliqligi, soddaligi
va sokin kamtarligi darhol hozir bo'lganlarning barchasiga

tinchlik va osoyishtalik bag'ishladi. Har bir kishi xo'jayinning
.so'zlari shaxsan ularga qaratilgandek his qildi
Hazil va yengil kayfiyat o'qituvchi shaxsiyatining yoqimli
xususiyatlari edi. Puxta tanlangan ibora, mazmunli imo-
ishora yoki jozibali yuz ifodasi bilan u ma'lum bir fikrni
aniqlashtirish yoki tinglovchilarni ma'lum bir mavzu yoki
chuqur va nozik masala bo'yicha uzoq va qizg'in aqliy
diqqatni jamlashdan keyin yengillashtirish uchun eng qulay
vaqtda do'stona munosabat va samimiy kulgiga sabab
.bo'lishi mumkin edi

Biror kishi noyob xususiyatlarni kitobga yozib
qo'yolmaydi Paramhansa Yoganandaning umumiy xarakteri
yorqin, jonli va mehrli. Biroq, men ushbu qisqa tarjimani
taklif qilishdan umidvorman, bu o'quvchining uning
ta'limotlaridan zavqlanishini va qadrlanishini oshiradigan
.shaxsiy tasavvurni taqdim etishdir

Farishta ustozimning Ilohiy Huzur bilan mukammal
uyg'unlikda va muqaddas uyg'unlikda ekanligiga guvoh
bo'lganimdan, uning boy va serhosil ruhining mo'l-ko'l
haqiqatlari va samimiy to'kilishidan xabardor bo'lganimdan;
uning buyuk ta'limotlarini barcha avlodlar uchun yozib
olganimdan va endi ularni o'quvchilar qo'lga
topshirganimdan so'ng, men o'zimni xitob qilmasdan ilojim
!yo'q: Oh, mening buyuk quvonchim

Men Qodir Allohdan ustozning olijanob so'zlari Xudoga
bo'lgan mustahkam imon va Unga bo'lgan ilohiy muhabbat
.eshiklarini istaganlarning qalbida ochishini so'rayman

Reenkarnatsiya nazariyasi ilmiy jihatdan isbotlangan bo'lishi mumkin

Agar inson koinotdagi adolatli Xudoga ishonsa, reenkarnatsiya g'oyasini qabul qilish osonlashadi, chunki bu ikki tushuncha bir-biriga bog'liq. Ammo skeptiklar va ateistlar haqida nima deyish mumkin? Reenkarnatsiya haqiqati ularni qoniqtiradigan darajada ilmiy jihatdan isbotlanishi mumkinmi? Va reenkarnatsiya nazariyasi nafaqat umid baxsh etish, balki uning haqiqatini isbotlash uchun ham qat'iy ilmiy tahlilga duchor bo'lishi mumkinmi

Materialist olimlar hali Xudoning mavjudligiga hech qanday haqiqiy dalil topa olmaganliklarini va shuning uchun ular barcha insonlarga mujassamlanish orqali rivojlanish va taraqqiy etish uchun teng imkoniyatlar beradigan Uning adolatli qonunining mavjudligiga hech qanday dalil keltira .olmasligini da'vo qilishadi

Begunoh bolalarning azob-uqubatlari, adolatsizlik va hayotning adolatsizligi bu olimlar uchun noaniq va tushunarsiz masalalar bo'lib tuyuladi, bu esa adolatli .yaratuvchining yo'qligiga ishora qiladi

Boshqa tomondan, adolatli va teng huquqli Xudoga ishonganlarning aksariyati o'z e'tiqodlarini faqat e'tiqodga asoslaydilar, ishonmaydiganlarga hech qanday dalil keltira olmaydilar. Ular ko'pincha o'z e'tiqodlarini tekshirishdan yoki uni yo'qotishdan yoki ijtimoiy tartibsizliklarni keltirib chiqarishdan qo'rqib, mantiqiy savollarga duchor qilishdan tortinadilar. Boshqacha qilib aytganda , ular o'z e'tiqodlarini tasdiqlaydigan biron bir ilmiy yoki ma'naviy qonundan .bexabar

Lekin nima uchun ruhiy qonun olimlar tomonidan tabiiy hodisalarni ochish uchun qo'llaniladigan eksperimental usullar kabi bir xil qat'iy tekshiruvdan o'tkazilmaydi? Bu savol asrlar oldin Hindistondagi ruhiy olimlar tomonidan berilgan bo'lib, ular unga javob berishga ko'ngilli bo'lishgan. Ularning tajribalari har kim ruhiy qonunni ochish va shu

tariqa reenkarnatsiya va barcha asosiy kosmik haqiqatlarni tushunish uchun foydalanishi mumkin bo'lgan ilmiy usullarni .berdi

Isbotlash vositalari mavjud ekan, hech kim mujassamlanishga qaytish va boshqa ma'naviy qonunlar noto'g'ri deb aytishga haqli emas, agar u usullarni sinab .ko'rmagan va faktlarni o'z ko'zi bilan ko'rmagan bo'lsa Skeptik tabiatshunos o'z fikrini bildirish huquqiga ega, .ammo bu shunchaki fikr bo'lib qoladi va fakt emas Tabiiy fanlarda o'rganilayotgan har qanday nazariyani isbotlash uchun maxsus protseduralarga amal qilish kerak Mikroblar yalang'och ko'z bilan ko'rinmaydi, shuning uchun ularni kuzatish uchun mikroskop kerak Agar kimdir mikroskop orqali qarashdan bosh tortsa, ular mikroblarning mavjudligi nazariyasini tekshirgan va tasdiqlagan deb aytish mumkin emas. Natijada, ularning fikri hech qanday ahamiyatga ega emas, chunki ular nazariyaning haqiqiylikini .isbotlash uchun tavsiya etilgan qoidalarga amal qilishmagan Xuddi shu narsa ma'naviyatga ham tegishli. Usullar ishlab chiqilgan, qoidalar o'rnatilgan va natijalar tajriba o'tkazishni istagan har bir kishiga taqdim etilgan. Biroq, G'arb dunyosida ma'naviy qonunlarni o'rganishning ilmiy usulining yo'qligi dinning inson hayotidagi muhim kuch sifatidagi qiymatini sezilarli darajada pasaytirdi. Ma'naviy ta'limotlar chuqur o'rganish va tizimli ma'naviy tadqiqotlarning yakuniy natijasi deb hisoblanmasdan, .individual e'tiqodga ko'ra qabul qilinadi yoki rad etiladi Qadimgi hind donishmandlari bu o'zgarmas kosmik qonunlarni qanday kashf etishgan? Inson hayoti va tafakkuri ustida o'zlarining ziyoratgohlari laboratoriyalarida tajribalar o'tkazish orqali. Tabiiy narsalarning tabiatini tushunish uchun biz tabiiy materiallar bilan tajriba o'tkazishimiz kerak. Xuddi shunday, reenkarnatsiya yoki bir xil ruhning ko'plab tanalar orqali o'tishi haqidagi haqiqatni kashf etish uchun inson .ongida tajribalar o'tkazish kerak

Bu qadimgi olimlar insonning "men"i uyg'oqlik, tush ko'rish va tush ko'rmaslik uyqusidagi turli tajribalar va fikrlardagi o'zgarishlarga qaramay, uning hayoti davomida o'zgarishsiz qolishini aniqladilar. Ular hissiy taassurotlar, atrof-muhit, fikrlar va jismoniy holatlarning barchasi o'zgarishini, ammo "men" yoki "ego" hissi tug'ilishdan .o'limgacha mutlaqo o'zgarishsiz qolishini aniqladilar Hindistonlik eksperimental olimlar shuni tasdiqladilarki, inson o'z-o'ziga diqqat bilan e'tibor qaratish orqali, uni doimiy, ongli va mustaqil ravishda kuzatib borish orqali, uyg'oqlik, tushlar va tush ko'rmagan uyquning o'zgaruvchan holatlaridan qat'i nazar, inson o'zining doimiy va abadiy .tabiatini anglashi mumkin

Inson ko'pincha ushbu holatlardan birini sezadi. Ular uyg'oq holda ongli ravishda xabardor bo'lishadi va ba'zan ular tush ko'rayotgan holatidan ham xabardor bo'lishlari mumkin. Tush ko'rayotganda tush ko'rayotgandek his qilish .odatiy hol

Muayyan usullar va amaliyotlar orqali inson yuqorida aytib o'tilgan har bir holat haqida ongli ravishda xabardor bo'lib turishi mumkin. Ular hatto to'rtinchi holatga - yuqori .ongning muborak holatiga ham erisha olishlari mumkin Uyqu paytida, asab va sezgi organlari faoliyati yo'qolishi bilan, ixtiyoriy ravishda bo'shashish sodir bo'ladi. Mashq qilish bilan, uyg'oq holda va ongli harakatlar orqali bu bo'shashishni keltirib chiqarish mumkin. Chuqur uyquda yoki o'limda, hayot energiyasi yurak va orqa miyadan chiqib ketganda to'liq bo'shashish sodir bo'ladi. Chuqur meditatsiya orqali bu to'liq bo'shashishni uyg'oq holda ongli ravishda keltirib chiqarish mumkin. Boshqacha qilib aytganda, har bir ixtiyoriy tana funktsiyasini maxsus mashqlar orqali ongli va .ataylab boshqarish mumkin

Qadimgi hind donishmandlari o'lim inson tanasining chiroqidan, jumladan, uning nervlaridan, sezgi organlaridan va son-sanoqsiz hayotiy energiya kanallaridan hayot

kuchining chiqib ketishi degan xulosaga kelishgan. Singan lampochkadan elektr toki chiqarilganda o'lmagani kabi, hayot kuchi ham ixtiyoriy nervlardan olinganda yo'q bo'lib ketmaydi. Energiyaning yo'q bo'lib ketishi mumkin emas. U o'limda tanadan chiqib ketadi va kosmik energiyaga qaytadi. Uyqu paytida, nervlardagi elektr toki vaqtincha to'xtatilganligi sababli, hissiy ong ishlashni to'xtatadi. O'lim paytida inson ongi tanada o'zini ifoda etishni butunlay to'xtatadi, bu esa keyin falaj qo'lga o'xshaydi; uning egasi uning mavjudligidan xabardor, lekin uni nazorat qila olmaydi yoki unga ta'sir qila olmaydi. Tibbiy yozuvlarda komaga tushib, atrofida gilarning uning o'limidan noliganini eshitgan, ammo u o'z his-tuyg'ularini tana funktsiyalari orqali ifoda eta olmagan ruhoniyni holati tasvirlangan. Uning jismoniy mexanizmlari to'satdan to'xtab, aqliy buyruqlariga javob berishdan bosh tortgan. Yigirma to'rt soat shu holatda bo'lganidan so'ng va uni dafn etish uchun olib ketish arafasida u juda katta kuch sarfladi va harakat qilishga muvaffaq bo'ldi. Bu voqea tana jonsiz bo'lib ko'ringan .taqdirda ham o'zini his qilishning davom etishini ko'rsatadi. Donolarning ta'kidlashicha, inson ongli ravishda faoliyat va ongni tanadan ajratishi, uyqu holatini ongli ravishda kuzatishi va ongli faoliyatni yurak va orqa miya markazlaridan ixtiyoriy ravishda olib tashlashni mashq qilishi kerak. Shunday qilib, inson o'lim unga ongsiz ravishda va o'z xohishsiz yuklaydigan narsani ongli ravishda qabul qilishni .o'rganadi.

Hayotiy energiya tanaga medulla oblongata orqali kiradi va miyaning rezervuarida saqlanadi. Keyin u orqa miyadagi hayot va ongni yana beshta markaziga tushadi va u yerda .sezgi organlariga va tananing qolgan qismiga taqsimlanadi. O'lim paytida hayotiy energiya to'liq va qat'iy ravishda umurtqa pog'onasiga tortiladi va tanani medulla oblongata orqali tark etadi. Tajribali yogi iroda va ong orqali bu hayotiy energiyani tanadan va hislardan umurtqa pog'onasiga olib

chiqib, uni muqaddas idrokning eng yuqori markazlariga yuborishi mumkin, u yerda ular "o'lik" bo'lish quvonchini his qilishadi, ya'ni cheklangan jismoniy ongga bog'lanish natijasida paydo bo'ladigan hissiy illyuziyalardan xalos bo'lishadi.

Fransuz va boshqa yevropalik shifokorlarning yozuvlarida Hindiston imperatori Rajnit Singx saroyida Sadhu Haridas ismli odamga oid hujjatlashtirilgan ish mavjud. Bu ish Sadhu Haridasning hayotiy faoliyati va ongini tanasidan ajratib, keyin bir necha oydan keyin ularni qayta bog'lay olganligini ko'rsatadi. Uning jasadida yer ostiga ko'milgan va hudud bir necha oy davomida kunu tun qattiq kuzatuv ostida bo'lgan. Bu davr oxirida uning jasadida eksperimentatsiya qilingan va uni o'lgan deb e'lon qilgan yevropalik shifokorlar tomonidan tekshirilgan. Biroq, bu e'londan bir necha daqiqa o'tgach, u ko'zlarini ochdi va barcha tana funktsiyalarini nazorat qilishni qayta tikladi, keyin ko'p yillar yashadi. U amaliyot orqali tanasi va ongining barcha ixtiyoriy funktsiyalarini qanday boshqarishni o'rgandi. U kosmik qonunning asl mohiyatini tushunish uchun donishmandlar tomonidan tavsiya etilgan ruhiy tajribalarni o'tkazgan ruhiy olim edi. Natijada, u o'limdan keyin inson hayotining uzluksizligini va o'lmas ruh mohiyatining o'lmasligini isbotlay oldi.

Reenkarnatsiyaning ilmiy haqiqatini o'zlariga isbotlamoqchi bo'lganlar avvalo tanani ruhdan ongli ravishda ajratish orqali o'limdan keyingi ongning uzluksizligini namoyish etishlari kerak. Buni asrlar oldin hind ruhoniylari tomonidan o'rnatilgan qoidalarga amal qilish orqali amalga oshirish mumkin. Inson uyqu paytida uyg'oq bo'lishni, xohlagan tush ko'rishni va beshta sezgini ongli ravishda ajratishni o'rganganda - uyqu paytida sodir bo'ladiganidek passiv emas - va yurak faoliyatini boshqarishni o'rganganda, ular ongli o'limni yoki tana

ongsizligi holatini (ongsiz holatni emas) boshdan kechira
.oladilar

Donolarimizning aytishicha, "men" bolalik, yoshlik va
qarilikning barcha bosqichlarida o'zini ongli ravishda
anglaydi. Mujassamlangan ruh inson boshidan kechiradigan
barcha ketma-ket holatlardan, jumladan, o'limdan keyin
boshqa tanani qabul qilish va jismoniy va efir olamlari
o'rtasida harakatlanishdan doimo xabardor. Bu haqiqat
.ma'naviy fanni yaxshi biladiganlar tomonidan shubhasizdir
Yuqorida aytib o'tilgan to'rtta holatga olib boradigan
usullarni qo'llash orqali biz o'zimizni mavjudlik holatlarida
kuzatib borishimiz mumkin. Biz uni o'lim paytida, kosmik
fazoda kezib yurishida va yangi tanada hayotga qaytishida
.ongli ravishda kuzatib borishimiz mumkin
Bu narsalar o'rgatilmaganlar katta uyqu paytida hushini
saqlay olmaydilar: o'lim. Shunday qilib, ular avvalgi biron bir
holatni, hatto bir umr davomida "chuqur uyqu" davrlarini
.ham eslay olmaydilar

Qadimgi hind olimlarining ushbu qonunlarni sinab
ko'rgan va isbotlagan usullarini qo'llash orqali, dunyoga
qimmatbaho, tekshirilishi mumkin bo'lgan bilimlarni sovg'a
qilgan holda, reen Karnatsiya va boshqa barcha abadiy
.haqiqatlar haqidagi ilmiy haqiqatni bilib olish mumkin

Ruhning tabassumi

Haqiqiy tabassum - bu mulohaza yuritish, Xudo haqida
mulohaza yuritish va Uning borligini his qilishdan tug'ilgan
ma'naviy baxtning tabassumidir. Mening tabassumim
ichimdagi chuqur quvonchdan kelib chiqadi - hamma uchun
ochiq bo'lgan quvonch. Bu gullab-yashnayotgan atirgulning
qalbidan taralayotgan xushbo'y hidga o'xshaydi. Bu buyuk
quvonch boshqalarni baxtning muqaddas suvlariga
.cho'mishga taklif qiladi

O'rtacha odamga tanish bo'lgan to'rtta holat mavjud:
istak amalga oshgandagi baxt, rad etilganda baxtsizlik, na
baxtli, na tushkunlikka tushganda zerikish va bu his-
tuyg'ularni yoki zavq, og'riq va zerikishning psixologik
.holatlarini yengganda xotirjamlik

Tinchlik - bu qayg'u va zavqning yo'qligi va zerikishning
yo'qligidan kelib chiqadigan juda orzu qilingan holat. Bu
holatlar doimo qalb yuzasida to'lqinlanib turadi. Og'riq va
zavqning notinch to'lqinlarida, jumladan, charchoq tubiga bir
necha bor sho'ng'ishda, tinchlik dengizida suzishda quvonch
bor. Ammo tinchlikdan ham buyukroq ma'naviy ekstaz -
qalbning baxti - eng yuqori baxtdir. Bu hech qachon
so'nmaydigan, balki abadiy qalb bilan qoladigan abadiy
quvonchdir. Bu oliy quvonchga faqat ilohiy mavjudlikni
.anglash orqali erishish mumkin

Agar siz oy nuri ostiga bir piyola suv qo'yib, keyin
aralashtirsangiz, oyning buzilgan tasvirini yaratasiz. Suv
idishga cho'kkanda, aks ettirish aniq bo'ladi. Idishdagi suv
tinch bo'lib, oyning yuzini aniq aks ettiradigan lahzalarni
tafakkur tinchligi va chuqur sukunat holatiga qiyoslash
mumkin. Tafakkur tinchligida barcha his-tuyg'ular va fikrlar
to'lqinlari ongdan oqib chiqishni to'xtatadi. Va bu chuqurroq
tinchlik holatida, tafakkurli inson, o'sha xotirjamlikda, ruh
.ko'lida aks etgan ilohiy mavjudlikning to'lin oyini ko'radi

Tinchlik - bu passiv holat, ya'ni zavq, og'riq va befarqlik
to'lqinlarining yo'qligi. Shunday qilib, meditatsiya qiluvchi
qisqa vaqtdan so'ng yana his-tuyg'ular to'lqinlarini boshdan
kechirishga jalb qilinadi. Ammo meditatsiya tinchligi
qanchalik chuqurlashsa, u shunchalik ruhiy xotirjamlikka va
natijada ijobiy baxtga aylanadi, shunda meditatsiya qiluvchi
doimo yangilanib turadigan va to'liq qoniqarli quvonchni
.boshdan kechiradi

Siz uxlayotganingizda, siz passiv ravishda fikrlar va his-tuyg'ularni tinchlantirasiz. Ammo meditatsiya orqali fikrlar va his-tuyg'ularni ongli ravishda tinchlantirganingizda, birinchi navbatda tinchlik holatini boshdan kechirasiz va yuz mushaklaringiz tabiiy ravishda ichki xotirjamlikni aks ettiruvchi tabassumni hosil qiladi. Ammo qalbingizning pokligini - hissiy stimullar yoki his-tuyg'ular bilan bog'liq fikrlarga avtomatik reaksiyalar bilan bulg'anmagan poklikni anglash uchun siz bu tinchlik holatidan tashqariga qarashingiz kerak. Keyin siz boshdan kechiradigan holat .doimiy, doimo yangilanib turadigan baxtdir

Payg'ambarlar va avliyolar qalblarida doimo bu quvonchni saqlaydilar. Ular muborak xavfsizlik va xotirjamlikni his qilib, g'azab bo'ronlaridan qo'rqqmaydilar va yengilmaydilar, xavotir va qo'rquv ularga tegmaydi. Aql yoki idrok skalpelidan foydalanib, ular o'zlarining yoki boshqalarning fikrlarini ongning operatsion stolida tahlil qilishlari mumkin, shu bilan birga xotirjamlik va xotirjamlikni saqlaydilar. Bu baxtli holatda barcha qayg'u yo'qoladi va baxtli izlovchining borlig'ida ma'naviy idrok paydo bo'ladi, bu .ularning Ilohiy bilan aloqasini mustahkamlaydi

Ko'pgina tabassumlar mehr-oqibat harakatlaridan yoki do'stona munosabat, sevgi, muloyimlik yoki rahm-shafqat tuyg'ularidan kelib chiqadigan yaxshi his-tuyg'ulardan kelib chiqadi. Ammo tabassum qilishning eng ajoyib usuli - bu insonning qalbi Xudoning sevgisi bilan to'lganida. Shunda inson barchani seva oladi va doimo tabassum qila oladi. Tabassumning boshqa barcha turlari o'tkinchi, chunki his-tuyg'ular, qanchalik yaxshi bo'lmasin, miltillaydi, so'nadi va keyin so'nadi. Faqatgina Xudoning quvonchi uzoq davom etadi. Agar sizda bu quvonch bo'lsa, siz doimo tabassum qilishingiz mumkin; aks holda, sizning mehringizga qo'pollik bilan javob beradigan odamga mehr-muhabbatni his qila .olmaysiz

Men xotini vafot etganida qattiq qayg'uga botgan bir erkakni bilaman. Men uning yuzaki, soxta his-tuyg'ularini sinchkovlik bilan tekshirib, unga: "Bir oy ichida qayta turmushga chiqasiz", dedim. U jahli chiqib, meni boshqa ko'rishdan bosh tortdi, lekin xotinining o'limidan bir oy o'tgach, qayta turmushga chiqdi. U birinchi xotiniga bo'lgan !sevgisi juda katta deb o'ylardi, lekin uni tezda unutib qo'ydi

Ustozim Shri Yuktsvarji menga bu kichik hikoyani aytib berganida olgan ajoyib saboqimni hech qachon :unutmayman

Men yosh bolaligimda qo'shnilarga tegishli bo'lgan" kichkina, xunuk ko'rinishga ega itga ega bo'lish g'oyasiga berilib ketgan edim va o'sha itni olish uchun uyda haftalar davomida tartibsizliklar keltirib chiqardim. Men o'jarlik bilan chiroyliroq uy hayvonlari haqidagi barcha takliflarni rad etdim. Men faqat o'sha itni xohlardim, boshqasini ".xohlamadim

Xuddi shu bog'liqlik odamlarni "ishqoqlik" deb ataladigan narsada qamrab oladi. Sevishganlar ma'lum bir yuzga shunchalik jozibali tarzda tortiladiki, ular boshqa joyda taskin topa olmaydilar. Lekin biz boshqalarda izlashimiz kerak bo'lgan go'zallik - bu jismoniy go'zallik emas, balki olijanob amallar, fazilat va ma'naviy moyilliklarning .go'zalligidir

Qalbingiz quvonchga to'lganda, siz jozibali bo'lasiz. Men faqat samimiy, begunoh tabassumni yaxshi ko'raman, chunki usiz odamlar qo'g'irchoqlardan farq qilmaydi. Bugun ular sizni abadiy sevaman deyishadi, ertaga esa ko'miladi. Xo'sh, ularning buyuk sevgisi qayerda? Va "Sen mening hayotimsan va men seni abadiy sevaman" degan mutlaq ishonch ?qayerda

Lekin agar siz Xudoga bir marta bo'lsa ham "Men seni sevaman" deyishiga yo'l qo'ysangiz, bu sevgi chinakam abadiy bo'ladi. Nima uchun insoniy sevgining maydalangan qismlarini, bir hovuch pulni yoki u yoki bu narsani qidirishga vaqt sarflaysiz, agar Xudoda hamma narsani topsangiz: dunyodagi barcha sevgini, mavjudotdagi barcha kuchni? Biz Xudoni kuchga ochko'zlik bilan emas, balki sevgiga bo'lgan ishtiyoq bilan izlashimiz kerak. Shunda biz eng katta xazinani topamiz. Va biz Xudoni chuqur, samimiy sevgi bilan sevganimizda, U bizga javob beradi va biz Uning sevgisini .qalbimizda urib turganini his qilamiz

Izlovchi tez-tez meditatsiya qilishi kerak, chunki hayot Xudoni o'ylash bilan shirinlashadi. Meditatsiya pul, insoniy sevgi yoki xayolga kelishi mumkin bo'lgan boshqa narsalarni qidirishga son-sanoqsiz soatlarni sarflashdan ko'ra ko'proqdir. Inson qanchalik ko'p meditatsiya qilsa va ishlayotganda aqli ruhiy holatda qanchalik mustahkam tursa, u shunchalik tabassum qilishga qodir bo'ladi. Men hozir va har doim shu olamda - Xudoning muborak ongidaman. Menga hech narsa ta'sir qilmaydi. Yolg'izmi yoki boshqalar bilanmi, Xudoning quvonchi doimo ichimda porlaydi. Men tabassumimni saqlab qolishga muvaffaq bo'ldim. Lekin bu tabassumni yutib olish qiyin ish edi! Xuddi shu tabassumlar sizning ichingizda ham bor - qalbning bir xil quvonchi va saodati sizning ichingizda yashaydi. Siz ularni qo'lga kiritishingiz shart emas, faqat ularni qayta tiklash uchun. Siz ularni vaqtincha his-tuyg'ular bilan o'zini qoniqtirish orqali .yo'qotdingiz va ularni qayta tiklashingiz mumkin

Ko'rish, eshitish, ta'm bilish, hidlash va teginish orqali zavqlanish mumkin bo'lgan jismoniy narsalar sof quvonch keltiradi, deb ishongan har bir kishi jiddiy adashadi. Sezgilar baxt bermaydi; aksincha, ular bizni undan mahrum qiladi. Agar siz baxtingizga shartlar qo'ysangiz, masalan, "Men o'sha yuzni ko'rmagunimcha baxtli bo'la olmayman"

desangiz, hech qachon sof, sof quvonchni tatib ko'rmaysiz, chunki hissiy zavqlar o'tkinchi. Kunlar va yillar jismoniy go'zallikka ta'sir qiladi. Moddiy dunyodagi hamma narsa o'zgarish qonuniga bo'ysunadi. Shunday qilib, agar inson dunyodagi har bir go'zal yuzni ko'rsa, har bir tovushni eshitsa va xohlagan narsasiga tegsa ham, ular baribir haqiqiy baxtni topa olmaydilar. Shunga qaramay, ular o'zlarini baxtli deb o'ylashga aldashlari mumkin. Ba'zan, biror narsaga erishish uchun juda ko'p harakat qilgandan so'ng, ular narsaning o'zida baxt yo'qligini angelaydilar. Shunga qaramay, ular qilgan harakatlaridan ma'lum darajada qoniqish hosil qiladilar va shuning uchun ular o'zlarini baxtli deb o'ylashadi. Ammo bu turdagi qoniqish .vaqtinchalik va o'tkinchi

Shuning uchun baxtni his-tuyg'ulardan izlash befoyda.

Ma'naviy quvonchni so'zlar va yuz ifodalari bilan topish va ifodalash kerak. Inson buni qilganda, hatto kichik tabassum ham atrofdagilarni o'zining muborak magnitlanishi bilan .o'rab oladi va boshqalar o'zlarini baxtli his qilishadi

Lekin qalblarni faqat Xudo o'zgartira oladi. Biz o'zimizga yaxshilik qilish qobiliyatini bog'lamasligimiz kerak. Hayotdagi yagona haqiqiy yaxshilik qiluvchi - bu Xudo. Bu dunyo Unikidir. Agar siz Uning borligini his qilsangiz va U hamma narsani nazorat qilayotganini anglasangiz va agar siz Unga hamma narsani - yaxshi ishlarni va hatto yomon ishlarni ham ishonib topshirsangiz, barcha harakatlaringiz yaxshi ishlarga .aylanishini bilib hayron qolasiz

Xudoning xabardorligi siz bilan bo'lganda, siz Unga yoqmaydigan hech narsa qila olmaysiz. Biz hayotimizni Unga bag'ishlashimiz va ezgu fikrlarni ilhomlantiradigan va bizni yaxshi ishlar qilishga undaydigan Xudo ekanligini tushunishimiz kerak. Biz bu ozod qiluvchi bilimga eng katta to'siq bo'lgan "ego" ni yo'q qilishimiz kerak. Agar Xudo uning

medulla oblongatasidagi hayotning kichik uchqunini o'chirsa,
inson qo'lini ko'tara olmaydi! [Hayot kuchi tanaga kiradigan
asosiy nuqta]

Bir safar tashqarida o'tirgan edim, juda sovuq edi,
ongimni ichkariga qaratdim va ko'z ochib yumguncha endi
sovuqni umuman his qila olmadim. Men ulkan quvonchga
to'ldim va vaqti-vaqti bilan tanamni va atrofimdagi hamma
narsani bitta yorug'likka aylantirayotganini ko'rdim. Agar
ularga diqqatimni jamlasam, atrofimdagi shakllarni ko'ra
olardim va agar yorug'likka diqqatimni jamlasam, dunyo yo'q
bo'lib ketardi. Ongsiz hech narsani ko'rib bo'lmaydi. Agar siz
ongingizni to'liq nazorat qilsangiz va ichkariga, o'zingizga
qarasangiz, ko'zlaringiz ochiq bo'lsa ham, o'sha buyuk ilohiy
.nurni ko'rasiz

Nigohingizni ko'zlaringiz orqali tashqariga
qaratganingizda, ongingiz tashqi dunyoni idrok etadi.
Borliqdagi hamma narsa Xudoning kosmik filmidagi
harakatlanuvchi tasvirdir. O'sha kuni men ongimga tush
bo'lgan his-tuyg'ular va fikrlarni Xudodan chiqayotganini
ko'ra oldim. Ongimni ichkariga qaratganimda, hech qanday
his-tuyg'ularsiz sof quvonchni his qila oldim. Garchi men
o'sha qattiq sovuqda, faqat yengil kiyim kiygan holda
o'tirsam ham, sovuqni va manzaralarning yo'qolishini va
faqat quvonch hukmronlik qilayotganini his qilardim.
Keyinchalik, men o'sha buyuk quvonchni boshdan
.kechirayotganimda ba'zi his-tuyg'ularni boshdan kechirdim

Biz o'zimizni Xudoni his qilishga o'rgatishimiz kerak.
Qisqa ibodat o'qish yoki oddiy nurga guvoh bo'lish bilan
kifoyalanmasligimiz kerak. Jinsiy istaklarini oqilona nazorat
qila oladigan, his-tuyg'ularini ma'lum darajada boshqara
oladigan va Xudoga bor kuchi bilan intiladigan har bir kishi,
agar ularda xohish bo'lsa, shubhasiz ilohiy uchrashuvni
boshdan kechiradi. Agar inson axloqning buyuk tarafdori

bo'lsa va ma'naviy moyillik va moyillikka ega bo'lsa ham, bu
.haqiqiy ilohiy idroksiz yetarli emas

Inson o'zini aldamasligi kerak. Agar u ma'naviy tajribaga
intilsa, to'g'ri mulohaza yuritib, Xudoga shunday deyishi
kerak: "Ey Rabbim, men o'zimning zaifliklarimni bilaman,
lekin ular men bilan sizning o'rtangizda to'siq bo'la olmaydi.
Men faqat siz bilan qolishni istayman, chunki siz meni
."yaratgansiz va mening birinchi burchim sizga nisbatan

Donolar izlovchiga o'zini gunohkor deb hisoblamaslikni,
o'zini solih deb atamaslikni va takabbur bo'lmaslikni, balki
Xudo u bilan ekanligini va u orqali ishlayotganini anglashini
maslahat berishadi. Shunda u yangi dunyoni ko'radi. Ilohiy
xabardorliksiz bu dunyo mojarolar, zo'ravonlik va achchiq va
dahshatli umidsizliklarga to'la ko'rinadi. Oliy ilohiy
.xabardorlikdan boshqa panoh yo'q

Xudo bir soniyada bu dunyoni o'lim orqali tark etgan har
bir kishining aniq nusxasini yaratishi mumkin. Biz bu
haqiqatni tan olishimiz kerak. Xudo bizdan bu ijod shunchaki
tomosha ekanligini tushunishimizni xohlaydi. Agar biz
tomoshani juda jiddiy qabul qilsak, azob chekamiz va uning
quvonchini yo'qotamiz va uning kasalliklari, azoblari,
.qayg'ulari va yuklari bilan hayotga chiday olmaymiz

Biror narsa menga jismoniy og'riq keltirganda, men
ongimni qoshlarim orasidagi ruhiy markazga qarataman va
umuman og'riq sezmayman. Lekin og'riq manbaiga e'tibor
qaratganimda, buni illyuziya sifatida qabul qilaman. Agar siz
ruhiy ongingizni saqlab qolsangiz, qayg'uning xayoliy
soyalari qalbingiz oldidan o'tib ketganda azob chekmaysiz.
Xudoga tinimsiz ibodat qiling, toki U O'zini sizning
ichingizdagi noyob va quvonchli haqiqat sifatida namoyon
.etsin

Odamlar juda ko'p vaqtni behuda sarflashadi va o'lim ularni birma-bir tortib oladi. Hayotning maqsadi Xudoni bilishdir va bu maqsadga erishmasdan bu tanani tark .etmaslik kerak

Xudo bizning xabardorligimizni oshirishimizni va bu dunyoning ikkilanishlaridan ustun turishimizni xohlaydi, lekin U inson o'zini shahvat kasalligidan davolamaguncha, bu illuziyalar boshpanasini butunlay tark etishiga yo'l .qo'ymaydi

Biz qilayotgan barcha ishlarimizni Xudo uchun qilishimiz kerak. Ma'naviy taraqqiyotga erishish uchun Xudo uchun .ishlash meditatsiya kabi muhimdir

Kechasi, shogird Xudo haqida mulohaza qilganda, uning ruhi ko'tariladi va u Uning ne'matiga cho'mganini his qiladi.

Kunduzi ishini bajarganda, u o'zi bilan o'sha holatning xotirasini olib keladi va uning quvonchini saqlab qoladi, shu bilan Xudo bilan aloqada qoladi va u doimo tabassum qilib: "Bir oz qayg'u yoki bir oz zavq yoki bir oz tinchlik qalbimning doimiy yangilanib turadigan ne'matida hech qanday shov-shuv yoki bezovtalikka sabab bo'la olmaydi", deb ayta oladi

Biz hayotning aldamchi illyuziyalarini masxara qilishimiz va uni doimo o'zgarib turadigan, o'tkinchi kosmik tasvirlar qatori sifatida ko'rishimiz kerak. Shundagina biz kosmik illyuziya jozibasidan qutulamiz. Biz Xudoning inoyatida yashashimiz kerak. Hayotning xilma-xil hodisalari orasida qat'iyatli va qat'iyatli tura olsak, Xudo koinotdagi yagona haqiqiy haqiqat ekanligini anglaymiz. Xudo bizga zarar yetkazishni istamaydi, chunki U bizni O'z suratida yaratgan. Biz o'zimizni zaif insonlar deb o'ylashni bas qilishimiz va ichimizdagi ulkan kosmik salohiyatni, ozod bo'lishni .kutayotganini anglashimiz kerak

Biror kishi saraton yoki boshqa biron bir kasallikdan aziyat chekayotgan bo'lsa, bu ahamiyatsiz masala emas.

Shunga qaramay, payg'ambarlar va avliyolar ko'p azob chekishgan, kasallarni davolashgan va ba'zilari hatto o'liklarni tiriltirishgan va ularning ilohiy quvonchi butun hayotlari davomida ular bilan birga bo'lgan. Xuddi shunday, biz qalbimiz, ongimiz va niyatimiz bilan Xudoga qaytishimiz kerak. Lekin biz Uni hamma narsadan ustun qo'yishimizni .tasdiqlamagunimizcha, Unga erisha olmaymiz

Inson Xudoga shubha qilmasligi kerak, chunki agar shunday qilsa, u faqat shubhalarni o'rib oladi. U U bilan birlashmaguncha Uning qonunlarini bila olmaydi. Xo'sh, nega bu qonunlarni sof ratsional nuqtai nazardan tushunishga ?vaqt sarflash kerak

Agar siz qahramonga yomon munosabatda bo'lgan va yovuz odam g'alaba qozongandek tuyuladigan va har bir bob oldingisiga zid keladigan romanni o'qisangiz , muallifdan hafsalangiz pir bo'ladi va xafa bo'lasiz. Ammo oxirgi bobni o'qiganingizda, o'zingizni yengil his qilasiz va murakkabligi va murakkab syujeti tufayli uni ajoyib roman deb bilasiz. Xuddi shunday, Xudo mavjud bo'lgan eng buyuk romanning muallifidir va yaratilishning qarama-qarshiliklari va murakkabliklari hatto eng buyuk inson ongini ham hayratda qoldiradi. Ammo biz Uni oxirgi bobda topganimizda, U inson hayotining barcha sirlariga yechimlarni ochib beradi va biz Undan to'g'ridan-to'g'ri javob olganimizda Uning adolati va !donoligiga shubha qilmaymiz. Bu naqadar ajoyib

Ilohiy mavjudlik shubhalarni, qayg'ularni va qo'rquvlarni yo'q qiladi. Qalblarida Xudo bo'lganlar qo'rquvga berilib, undan qochib, o'zlarini kosmik illyuziyalardan ozod qiladilar. Keyin ular tabassum qilib: "Nihoyat, men hayotning sirini va mavjudlik sirlarini bilaman", deyishadi. Lekin biz avval bilim izlamasligimiz kerak. Biz avval Xudoni sevishimiz kerak,

keyin U bizga bilmoqchi bo'lgan hamma narsani ochib beradi. Bu sodir bo'lganda, do'stim, siz abadiy tabassum bilan tabassum qilasiz. Sizning fikrlaringiz, so'zlaringiz, yozuvlaringiz va qilayotgan barcha ishlaringiz o'sha tabassumning yorqin quvonchi bilan to'lib-toshadi. Qayerda o'ylasangiz ham, tabassum hidini qoldirasiz va o'sha joyga .tashrif buyurganlarning barchasi Xudo bilan tabassum qiladi

Uning so'z bilan ifodalab bo'lmaydigan baxtida yashaganingizda har doim tabassum qilishingiz mumkin, chunki bu haqda gapirish juda muqaddasdir

Sizga tinchlik bo'lsin

Xudbinlik va altruizm

Biror kishi boshqalarga so'z, amal va fikr orqali nimalarni taqdim etsa yoki yuborsa, ularga xuddi shu tarzda va bir xil darajada qaytariladi. Ularning asl tabiati yuz ifodalari va harakatlari orqali oshkor bo'ladi. Boshqalar ularning psixologik tebranishlarini yoki to'lqinlarini sezaдилar va ularga bo'lgan munosabati bu tebranishlarning tabiatiga mos keladi .- salbiy yoki ijobiy

Kimki yomon xudbinlik yo'lini tutsa, boshqalar undan bor narsasini tortib olishga harakat qilishadi, lekin agar u boshqacha yo'l tutsa, boshqalar unga saxiylik va hamdardlik .ko'rsatadilar

Biz hamma narsaga egalik qila olmaymiz. Bizda bor narsa Xudoning in'omidir, bu yerda yashayotganimizda vaqtinchalik foydalanishimiz uchun mo'ljallangan. Ertami-kechmi, baxtsiz hodisalar, o'g'irlik, eskirish yoki o'lim tufayli

mol-mulkimizdan voz kechishga majbur bo'lamiz. Shuning uchun, shunchaki egalik qilish uchun biror narsaga yopishib olishga yoki uni ushlab turishga harakat qilganimizda, .o'zimizni aldaymiz

Hatto shuncha yillar davomida yashab kelgan tanamiz ham bir kun kelib tark etiladi. Shuning uchun, chinakamiga ega bo'lib bo'lmaydigan narsalarga egamiz deb o'zimizni majburlash xatodir. Bizga biror narsa berilganda, biz u faqat cheklangan vaqt uchun bizniki ekanligini tushunishimiz va .uni boshqalar bilan baham ko'rishga tayyor bo'lishimiz kerak

Inson kerakligidan ko'proq narsaga havas qilsa, uni katta muammolar kutmoqda
Xudoni sevadigan kamtar inson hammadan buyukdir
Xudo bizdan yashirin emas, U biz bilan gullar, .fikrlarimiz va barcha mavjudotlar orqali gaplashadi
Borliqning yagona maqsadi insonni o'z sirini ochishga .va uning orqasida Xudo borligini anglashga undashdir
O'zida uyg'unlik va hamjihatlikni his qiladiganlar tabiatdagi uyg'unlik va hamjihatlikdan xabardordirlar

Shubhasiz, bizda oziq-ovqat, kiyim-kechak va moliyaviy ta'minot kabi asosiy ehtiyojlar bo'lishi kerak, ammo bu narsalarni qidirishda biz keraksiz ehtiyojlardan xalos bo'lishimiz kerak va men bu bilan zarur bo'lgandan ko'proq narsaga ega bo'lishga bo'lgan ochiq istaklar va yonayotgan .istaklarni nazarda tutyapman

Shuni yodda tutishimiz kerakki, ehtiyojlarimizni qondirish yo'lida boshqalarga ham yordam berishimiz va .topganimizni kambag'allar bilan baham ko'rishimiz kerak

Keling, biz global oilaning ajralmas qismi ekanligimizni va usiz yashay olmasligimizni yodda tutaylik. Duradgor, ixtirochi yoki fermersiz hayot qanday bo'lar edi? Xizmatlar va tajriba almashish orqali Xudo bizdan boshqalar haqida

o'ylashimizni xohlaydi, chunki faqat o'zimiz uchun yashash
.katta xatodir

O'z baxtimiz haqida o'ylaganimizda, boshqalarning baxti
haqida ham o'ylashimiz kerak. Global oila uchun hamma
narsadan voz kechish shart emas, chunki bu mumkin emas.

Lekin biz boshqalarga hamdard bo'lishimiz va ularning
ehtiyojlarini o'zimizning Xudoyimiz bir-birimizdan olganimiz
kabi bir-birimizga berishimizni istaganidek ko'rib chiqishimiz
kerak. Boshqalar bizning buyuk "men"imiz. Lekin oddiy
.odam, avvalo, faqat o'zi haqida o'ylaydi

Shubhasizki, omon qolish instinkti kuchli. Ammo dunyo
bizdagi bu tuyg'uni kuchaytiradi va o'zimizga tegishli bo'lgan
hamma narsaga yopishib olish zarurligini ta'kidlaydi. Biroq,
biz Xudoning barcha bandalari Uning oilasi ekanligini va biz
hammamiz bu yer yuzida aka-uka va opa-singillar
.ekanligimizni yodda tutishimiz kerak

Xudo insoniyatga aql va idrok ato etgan, bu bizga ochlik
va sovuqni boshdan kechirish imkonini bergan. Biz
atrofimizdagi boshqalar ham ochlik va sovuqni boshdan
kechirayotganini tan olishimiz kerak. O'zimizga tasalli
izlaganimizda, boshqalarga ham tasalli topishga yordam
berishga harakat qilishimiz kerak. Og'riq va azob-uqubatlarni
yoqtirmasligimiz sababli, atrofimizdagi muhtojlarga ularning
azoblarini yengillashtirish va azob-uqubatlarini yo'qotish
uchun yordam qo'lini cho'zishimiz kerak. Ular ham biz kabi
azob chekishadi va ba'zilari bizdan ham ko'proq azob
.chekishi mumkin

Agar insonning hamdardligi faqat oilasi va do'stlari bilan
cheklanib, boshqa hech kim bilan cheklanmasa, u o'zini
cheklaydi va baxt uning hayotidan qochib, kutilmagan
.muammolar bilan almashtiriladi

Biz boshqalarga qo'limizdan kelganicha yordam berishga tayyor bo'lishimiz va duch kelganlarga yordam berishdan zavq olishimiz kerak. Biz buni qurbonlik deb hisoblamasligimiz kerak, chunki agar shunday qilsak, yordam berish yukga aylanadi. Buning o'rniga, biz ichki quvonchni his qilishimiz kerak, chunki berish barakali va boshqalarga ham moddiy, ham hissiy jihatdan yordam berishga harakat qiladiganlar va singan qalblarini .davolaydiganlar uchun bu zavq bor

Agar dunyo o'zining yovuz xudbinligidan voz kechsa, biz bu yerda jannatni ko'rar edik

Urush urug'lari yovuz xudbinlikning markazida yotadi. Ilk odamlar dastlab tosh tayoqlardan foydalanishgan, keyinchalik ular kamon va o'qlarga aylanib, o'z xudbinliklarini boshqalarning xudbinligidan himoya qilishgan. Keyinchalik miltiq va to'pponchalar, keyin pulemyotlar, keyinchalik esa bombalar va zaharli gazlar ixtiro qilindi - bularning barchasi bir guruh odamlarning xudbinligini .boshqasining xudbinligidan himoya qilish uchun

Bu jirkanch xudbinlik natijasida urushlar boshlanadi, iqtisodiy muvozanat buziladi va retsessiya va keyin .depressiya hukmronlik qiladi

Insoniyatning vayronkor salohiyati uning konstruktiv salohiyatidan ko'ra ko'proq o'sdi va rivojlandi. Bu xavfli qaynoq — yovuz xudbinlikning qaynoq o'ti — oxir-oqibat yorilib ketadi. Afsuski, insoniyat uyg'onib, millatchilik xudbinligi shaxsiy xudbinlikdan kam emasligini anglab yetgunga qadar ko'p odamlar halok bo'ladi. Millat asosan kichik guruhlardan iborat va bu guruhlar alohida shaxslardan .iborat; o'zidan boshlash kerak

Mamlakatlar o'rtasidagi chegaralar qat'iy emas va dunyo .hukumatlari doimiy ravishda o'zgarib turadi

Boshqalarning huquqlari va baxtiga ahamiyat bermasdan baxt izlaydigan yoki o'z maqsadlari uchun boshqalarning huquqlari va manfaatlarini oyoq osti qiladigan xudbinlik qashshoqlik, baxtsizlik va baxtsizlikni keltirib chiqaradi. Boshqalar hisobidan boyish jiddiy xatodir. Buyuk odamlar baham ko'rish va berishga bo'lgan chinakam .ma'naviy istakka asoslangan altruizmni targ'ib qiladi

Tashqi ko'rinishidan xalqqa mo'l-ko'lichilik va farovonlikni va'da qilgan kommunizm muvaffaqiyatga erisha olmaydi va bir kun kelib qulab tushadi, chunki u majburlash va shaxsiy erkinliklarni bostirishga asoslangan (Izoh: Ushbu ma'ruza 1937-yilda usta Paramhansa tomonidan o'qilgan va bu xulosa haqiqatan ham amalga oshdi!)

Agar inson faqat qo'llari va oyoqlariga e'tibor qaratib, boshini e'tiborsiz qoldirsa, miya motor ko'nikmalarini boshqarish uchun ishlamaydi. Barcha tana funktsiyalari muvofiqlashtirilgan bo'lishi kerak. Xuddi shunday, millatlar va jamiyatlardagi onglar (qaror qabul qiluvchilar) qo'llar va oyoqlar (ishchi kuchi) bilan muvofiqlashtirilgan holda ishlashi kerak, chunki agar manfaatlar to'qnashsa, tartib buziladi, .betartiblik hukm suradi va azob-uqubatlar paydo bo'ladi

Dunyoda ikkita ustoz bor. Xudoni o'ziga yo'l boshchi va ustoz qilib olgan kishining qo'rqadigan joyi yo'q. Shaytonni o'ziga yo'l boshchi va yo'l boshchi qilib olgan kishi juda ko'p .azob chekadi

Bu hayotdagi ko'pchilik odamlar uchun kalit so'z "men". Ma'naviy kayfiyat va moyillikka ega bo'lganlar boshqalarni o'zlari haqida o'ylagandek o'ylashadi. Faqat o'zlari haqida o'ylaydiganlar atrofdagilarning adovati va g'azabini keltirib chiqaradilar. Ammo boshqalarning his-tuyg'ulari va manfaatlarini hisobga oladiganlar, boshqalar ular haqida o'ylashlarini va ularning his-tuyg'ularini hisobga olishlarini .ko'rishadi

Agar bir shaharda yuz kishi bo'lsa va har biri boshqasidan tortib olishga harakat qilsa, har birining to'qson to'qqizta dushmani bo'ladi. Agar har biri boshqasiga yordam berishga harakat qilsa, har birining to'qson to'qqizta do'sti bo'ladi.

Men shunday yashadim va boshqalarga berish orqali hech narsa yo'qotmadim. Aslida, bergan hamma narsam menga Xudoning inoyati bilan ko'paytirilib qaytdi. Endi men hech narsaga intilmayman, chunki ichimdagi tubsizlik dunyo taklif qila oladigan har qanday narsadan ulug'roq va qadrliroqdir. Inson chinakamiga baxtni izlaydi va baxtga erishgandan so'ng, unga olib keladigan sharoitlarga ehtiyoj yo'qoladi.

Mening bank hisobim yo'q, chunki bu dunyodagi yagona kafolatim - bu odamlarning menga bo'lgan yaxshi his-tuyg'ulari. Men boshqa hech qanday dunyoviy kafolatga ishonmayman. Haqiqiy boylik aka-uka va do'stlarning qalbida yashashdadir.

Biz fidoyi bo'lganimizda baxtli bo'lamiz. Agar biz bu yondashuvni qo'llasak, atrofimizdagi boshqalar bizning xatti-harakatlarimizdan ta'sirlanib, bizga taqlid qilishga harakat qilishadi. Biz barcha individual va milliy yovuzliklarning ildizi bo'lgan xudbinlikni yo'q qilishimiz kerak.

Altruizm xabardorlikni kengaytiradi

Boshqalarga yaxshi niyatlaringizni yuborganingizda, xabardorligingiz kengayadi. Qo'shningiz haqida o'ylaganingizda, borlig'ingizning bir qismi shu fikr bilan birga faollashadi. Lekin faqat fikrlashning o'zi yetarli emas; biz fikrlarimizni amalga oshirishga tayyor bo'lishimiz kerak.

Nikoh altruizmda saboq beradi Ikki kishi birgalikda
hayotlarini baham ko'rishga intiladi Keyin bolalar paydo
bo'ladi va ota-onalar ular bilan bor narsalarini baham
ko'rishadi Lekin faqat yaqin oila (ya'ni, faqat siz va men yoki
faqat biz) haqida o'ylash xudbinlikning bir shaklidir
Yaqinlarimiz bizdan ketadigan vaqt keladi va bu hayot
tarzidir Bu bizga insoniyatning asosiy maqsadi boshqalar
uchun ishlash va hayot ne'matlarini ular bilan baham ko'rish
.orqali ongimiz chegaralarini kengaytirish ekanligini eslatadi

Altruizm o'z egasiga ko'p ne'matlar va buyuk baxt
keltiradi, chunki altruizm orqali inson o'z baxtini saqlab
qoladi. Mening maqsadim boshqalarni baxtli qilishdir, chunki
.mening baxtim ularning baxtidan kelib chiqadi

Biz baxtimizni boshqalar bilan baham
ko'rmagunimizcha, chinakamiga muvaffaqiyat ta'mini his qila
olmaymiz. Men nafaqat oila a'zolarini, balki barcha
odamlarni nazarda tutyapman. Biz boshqalar haqida
o'ylashimiz va ularga qo'limizdan kelganicha yordam
berishimiz kerak. Bu o'zimizni qashshoqlashtirishni
anglatmaydi, balki chinakam do'stona g'amxo'rlik va baham
ko'rishga tayyorlikni ko'rsatishni anglatadi. Biz avvalo adolat
tamoyillarini o'zimizga qo'llashimiz kerak. Agar o'zimiz fidoyi
bo'lmasak, boshqalarga fidoyilikni o'rgata olmaymiz.
O'zimizdan boshlab, biz boshqalar uchun yaxshi o'rnak
.bo'lamiz

Men hayotimni boshqalarga xizmat qilish va ularga
foyda keltirishga bag'ishladim. Men ko'p sayohat qildim va
keng auditoriyaga ma'ruzalar qildim. Lekin men boshqalarga
eng yaxshi xizmat qilishimni yozuvlarim va ta'limotlarim
.orqali bilaman

Olomon ma'ruzalarni tinglash uchun keladi, bu
shunchaki chinakam muhabbatdan emas. Odamlar ilhom va
ma'naviy tasalli uchun kelishadi. Lekin men haqiqatni

izlaydigan, Xudoni sevadigan qalblarni xohlayman. Shuning uchun men Xudo haqida mulohaza yuritish zarurligiga e'tibor .qaratdim va e'tiborimni qaratishda davom etaman

Ma'naviy izlanishlarida jiddiy va qat'iyatli izlanuvchilar,
agar ular xohish va tirishqoqlik bilan davom etsalar,
muvaffaqiyatga erishadilar

Biz Xudoni butun qalbimiz, ongimiz, jonimiz va kuchimiz
bilan sevishimiz va qo'shnimizni o'zimizni sevganday
.sevishimiz kerak

Xudoni butun qalb, ong, jon va kuch bilan sevish nimani anglatadi? Yurak his qilishni, ong diqqatni jamlashni, ruh esa meditatsiyada chuqur ma'naviy uyg'unlikni, kuch esa barcha energiyamizni Xudoga yo'naltirishni anglatadi. Bu Xudoni barcha his-tuyg'ular bilan, butun diqqatni meditatsiyada jamlash bilan sevishni va hayot energiyasini yoki kuchini moddiydan ma'naviyga yo'naltirishni, diqqatni tanadan .Xudoga qaratishni anglatadi

Xudoni tafakkur qilmasdan sevishning iloji yo'q, chunki faqat tafakkur orqali biz o'z ruhiy tabiatimizni abadiy va .abadiy Xudo bilan bog'langan ruh sifatida anglay olamiz

Biz o'zimizda Xudoning ulug'vor sevgisi uchun taxt qurishimiz kerak Hayotda muhimroq narsa yo'q Uni sevishdan, U haqida gapirishdan va boshqalarni Uni bilishga undashdan boshqa yuksak maqsad yo'q Men odamlardan .boshqa hech narsa istamayman

Ma'naviy tajribamni chin dildan izlayotganlar bilan baham ko'rishdan zavqlanaman. Ular bilan Xudo haqida gaplashish va Uning borligini his qilishlariga yordam berishdan ko'ra menga hech narsa ko'proq quvonch .keltirmaydi

Xudoni va Uning bandalarini sevisish ajoyibdir. Uni topganimizda, biz Uning sevgisini hammada his qilamiz.
.Koinotda sevgi kuchidan buyukroq kuch yo'q

Men osmonlar va okeanlar ustida taxtda o'tirgan Eng Oliy Parvardigorni ko'raman va ongim taxtida Uni ichimda va barchaning qalbida ko'raman va Uni yaratilishdagi cheksiz .shakllari va namoyonlarida quchoqlayman

Insonlar doimo ularga to'liq va abadiy baxt keltirishiga umid qiladigan "boshqa narsani" qidirmoqdalar. Xudoni qidirib topgan qalblar uchun qidiruv tugadi, chunki Xudo .o'sha "boshqa narsa"dir

Alloh sizga baraka bersin va sizga tinchlik bo'lsin

Ruhlar va arvohlar

Uning haqiqati va mohiyati

Ruhlar, arvohlar, xazina qidiruvchi goblinlar, jodugarlar, murda yeyuvchi arvohlar va vampirlar haqida turli xil hikoyalar va ertaklar mavjud. Va bu mavjudotlar bilan uchrashganini da'vo qilgan odamlar soni ham oz emas.

Men duch kelgan ko'plab holatlar orasida eng ko'pi og'ir ruhiy gallyutsinatsiyalardan aziyat chekadigan odamlar bilan bog'liq edi. Shunday ayollardan biri qonxo'r, do'zaxga o'xshash mavjudotlar haqida kitob o'qigan edi va uning gallyutsinatsiyalari shunchalik yorqin ediki, u har kecha bir arvoh uning qonini so'rayotganini his qilardi. U har safar menga tashrif buyurganida sog'ayib ketardi, lekin kasallik qaytalanishi sababli tungi arvoh haqidagi fikr uning ongida saqlanib qolgan edi. U o'zining xayollari bilan band bo'lib, muddatidan oldin vafot etdi.

Jodugarlikka ishonish XVI asrda keng tarqalgan edi va jodugarlikda gumon qilingan yuzlab odamlar shayton bilan ittifoqda bo'lganlikda yolg'on ayblanib, vafot etdilar, natijada Janna d'Ark jodugar deb hisoblangani uchun ustunga bog'lanib, ustunda yoqib yuborildi.

Bu koinot ortida yana bir dunyo, efir olami yashiringan. Uning aholisi yorug'likdan tashkil topgan sayyoraviy shakllarda mujassamlangan. Bu mavjudotlar yoki "arvohlar" bizning ko'zimizga ko'rinmas va odatda o'z dunyosi bilan chegaralangan bo'ladi, xuddi biz jismoniy dunyomiz bilan chegaralanganimiz kabi. Agar sayyora olamining yovuz niyatli aholisi bizga zarar yetkazish uchun bizning yer tekisligimizga kirib borishi oson bo'lganida, biz abadiy qo'rquv va dahshat ichida yashar edik.

Bizning yerimizda allaqachon dahshatlar va dahshatlar yetarli. Albatta, Xudo azob-uqubatlarimizga arvohlar va jinlarning aralashuvini qo'shishni istamaydi!

Biroq, ba'zi sayyoraviy mavjudotlar, ya'ni adashgan ruhlar mavjud. Bu ruhlar Yerga kuchli bog'lanishlar va inson tanasiga kirib, uni o'zlarining shahvoniy zavqlari uchun vosita sifatida ishlatish istagi bilan bog'langan. Bu mavjudotlar odatda ko'rinmas va oddiy odamlarga ta'sir qilish kuchiga ega emas. Ba'zan yovuz ruhlar inson tanasi va ongiga kirib, uni egallab olishga muvaffaq bo'lishadi. Bu faqat o'sha odam ruhiy jihatdan muvozanatsiz bo'lganida, bo'sh yoki o'ylamasdan qoldirilganligi sababli ongi zaiflashganda sodir bo'ladi, masalan, mashinasini kalitlari ichida bo'lgan holda qulfsiz qoldirgan odam kabi. Bunday holda, daydi mashinaga kirib, ketib qolishi mumkin.

Sayohatchi ruhlar - bu o'lim tufayli tanalarini yo'qotgan, ammo ularga chuqur bog'langan ruhlardir. Shuning uchun ular maqsadlariga erishish uchun har qanday odamning tanasidan foydalanishga harakat qilishadi. Yaxshiyamki, adashgan ruhlar ruhiy fikr va ongning kuchli tebranishlariga dosh berolmaydi. Xudoni chin dildan izlovchilar, U haqida o'ylaydigan va mulohaza qiladiganlar bu adashgan va adashgan mavjudotlardan qo'rqmaydilar. Chunki Xudo Oliy Ruhdir va hech qanday ruh, qanchalik yomon bo'lmasin, Xudoni sevadigan va Uni doimo yodda tutadiganlarga zarar yetkaza olmaydi.

Sayyoraviy mavjudotlarning tabiatini tushunish uchun avval o'zimizni tushunishimiz kerak. Xudo bizni yaratganida, U bizni avval ong sifatida yaratdi. Uning hamma narsani qamrab oluvchi ongidan bizni shakllantirdi va shu nuqtai nazardan biz asosan aqliy mavjudotlarmiz. Yangi narsa yaratganingizda, birinchi qadam uning modelini ongingizda tasavvur qilish emasmi? Keyin siz kerakli materiallarni to'playsiz va nihoyat bu g'oyani hayotga tatbiq etasiz. Bu bizning tarkibimizga va barcha yaratilishning tarkibiga ham tegishli. Bizda uchta tabiat bor: aqliy tabiat (g'oya), efir tabiati (yaratilish material) va jismoniy tabiat (zich mahsulot).

Jismoniy tana 16 ta elementdan iborat. Ammo moddiy elementlarning bu kimyoviy moddalari qanday qilib birlashtirilib, tanani ong vositasiga aylantirgani chindan ham hayratlanarli!

Ba'zi odamlar har yili yangi mashina sotib olishni xohlashadi, lekin ular eski jismoniy modelni oltmish, yetmish yoki undan ham ko'proq yil davomida saqlashga majbur bo'lishadi! Hatto tana eskirgan taqdirda ham, uni saqlash istagi Xudo: "Yetarli! Meni bu tanadan ozod qiling!" demaguncha kuchli bo'lib

qoladi. Keyin, inson chirigan tanasidan sakrab, o'zini yorug'lik va hayotdan iborat efir tanasida topadi. Ular yangi tanasi orqali eshitish, ko'rish va teginish qobiliyatiga ega ekanliklarini va sindirish uchun suyaklari yoki shikastlanadigan go'shtlari yo'qligini bilib xursand bo'lishadi.

Inson vafot etganida, uning jismoniy tanasi parchalanadi, ammo uning sayyoraviy tanasi asl holatida to'liq holda qoladi.

Yerni tark etgan o'sha ruhlar qayerda? Ular efirda kezib yurishadi Siz "Bu imkonsiz" deyishingiz mumkin, lekin keling, mana bu taqqoslashni qilaylik:

Agar men ibtidoiy qabila a'zosiga musiqa efirda mavjudligini va uni eshitib eshitish mumkinligini aytsam, ular menga kulishadi yoki hatto vahimaga tushishadi. Lekin agar men radio olib kelib, uni musiqa va qo'shiqlarni uzatuvchi stantsiyaga sozlasam, ular mening da'vomni rad eta olmaydilar. Xuddi shunday, men boshqalarga yerdan tashqari mavjudotlar efirda harakatlanishini ko'rsata olaman va ular buni inkor etishga ojiz bo'lishadi. Yerdan tashqari dunyo bu yerda, jismoniy olamning zich tebranishlaridan tashqarida.

Agar odamlar atrofdagi efirdagi ko'plab sayyoraviy mavjudotlarni ko'ra olsalar, ko'pchilik qo'rquvga tushib qoladi va ba'zilar vafot etgan yaqinlarini qidirishga harakat qilishadi.

Agar siz ruhiy ko'zga chuqur e'tibor qaratsangiz, ichki ko'rish orqali efir olamiga o'tgan barcha ruhlar yashaydigan nurli dunyoni idrok eta olasiz. Odamlarda yurak qabul qiluvchi vazifasini bajaradi va ruhiy ko'z yorug'likni uzatadi. Agar siz vafot etgan yaqinlaringizni ko'ra olmasangiz ham, his-tuyg'ularingizni xotirjamlik bilan qalbgga qaratsangiz, siz uchun aziz bo'lganlarning borligini his qilasiz, ular

nurli tanalarda mavjud bo'lib, jismoniy tananing qulligidan ozod bo'lishdan zavqlanadilar.

Men Yer tekisligini tark etgan ko'plab sayyoraviy mavjudotlarni ko'rmoqdaman, lekin ular meni ko'ra olmaydilar. Men o'zimni ularga ko'rinadigan qilib qo'ymayman, lekin xohlasam, ularni ko'ra olaman.

Shuning uchun, o'lim paytida tanamizni tark etganimizda, biz to'liq ozod bo'lmaymiz. Bizning ruhimiz ikkita nozik shaklda: sayyoraviy (energiya tanasi) va sababiy (fikir tanasi)da qamalib qolgan.

Inson jismoniy shaklga kirganida, u bu dunyoda ko'rinadigan mavjudotga aylanadi. Jismoniy tanasi o'lgandan so'ng, u sayyoraviy dunyoda "arvoh" sifatida qoladi, ya'ni aqliy qobiliyatga ega ko'rinmas mavjudot va uni yer yuzidagi hayoti davomida ajratib turadigan mentalitet va xususiyatlarga ega.

Sayyoraviy dunyo aholisi, albatta, bir-birlarini nurli tanalarida ko'rishlari mumkin, ammo sayyoraviy mavjudotlar odatda Yerda biz uchun ko'rinmas bo'ladi, agar biz sayyoraviy dunyoga ruhiy ko'z orqali qanday kirishni bilmasak. Ruhlar o'zlarining efir tanalarini tashlab, sabab-oqibat dunyosining ruhiy holatiga kirganlarida, ular butunlay yo'q bo'lib ketmaydi, balki butunlay ko'rinmas bo'lib qoladi, xuddi fikrlar ko'rinmas bo'lgani kabi.

Ruhlar jismoniy istaklardan xalos bo'lganda, ular endi Yerda yana mujassamlanishlari shart emas. Keyin bu ruhlar sayyoraviy olam va sabab jannati o'rtasida harakatlanadilar va bu holatdan ruhiy ozodlikka erishilgunga qadar sayyoraviy tekislikda mujassamlanishda davom etadilar. Barcha sababchi istaklar tugagach, shaxs chinakam ozod bo'ladi yoki erkin ruhga aylanadi.

Agar vafot etgan ruh hali ham yer yuzidagi hayotidan beri amalga oshmagan istaklariga ega

bo'lsa, u sayyoraviy olamda bu istaklarni his qilishda davom etadi va o'zini jismoniy tanada ifoda etishga intiladi. Shunday qilib, bu ruh o'zining sayyoraviy tanasi bilan sperma va tuxumdan hosil bo'lgan hujayraga (sperma hujayrasi) qaytariladi va yangi tug'ilgan chaqaloq sifatida qayta tug'iladi.

Insonning biron bir jismoniy kamchilikni o'ziga doimiy ravishda bog'lashi aqlsizlikdir. Aytaylik, kimdir bu hayotda qo'lini yo'qotadi va bu yo'qotish haqidagi fikr uning ongiga singib ketadi va o'zlarini uni boshqa hech qachon ishlata olmasligiga ishontiradi. Ular qayta tug'ilganda, ular o'zlari bilan yo'qolgan qo'l hissiyotini olib kelishadi. Agar bu salbiy fikr etarlicha kuchli bo'lsa, u yangi tananing qo'llarini yaratadigan ongli hayotiy faoliyatning ijodiy ishiga to'sqinlik qilishi mumkin. Shuning uchun, inson hech qachon o'zini jismoniy tananing nomukammalligi va kamchiliklari bilan belgilamasligi kerak. Bunday cheklovlar Xudoning sof va mukammal qiyofasi bo'lgan ruhga tegishli emas.

Shunday qilib, siz jismoniy shaklga kirishdan oldin ruh bo'lganingizni va o'limdan keyin yana ruhga aylanasis. Biz hatto uxlayotganimizda ham ruhmiz, chunki uyqu paytida biz o'zimizni jismoniy tanalar sifatida umuman anglamaymiz. Shunday qilib, siz uxlayotganingizda ruh bo'lganingiz va o'limdan keyin ruh bo'lganingiz uchun, nega ruhlar qo'rqishlari kerak? Siz har doim shunday bo'lgansiz - ruh - va siz doimo shunday bo'lasiz - va abadiy shunday bo'lasiz.

Faqatgina farq shundaki, o'lim paytida sayyoraviy olamga kirganingizda, hozirgi kabi jismoniy tanani o'z xohishingiz bilan yarata olmaysiz. Faqat Oliy Yaratguvchi bilan birlashgan Buyuk Ustozlar buni qila oladilar. Ma'naviy jihatdan rivojlangan ruhlar

sayyoraviy transport vositasining nozik tebranishlarini moddiy tanaga aylantirishi mumkin.

Biz og'riq va yo'q bo'lib ketish g'oyasi tufayli o'limdan qo'rqamiz Bu noto'g'ri tushuncha Iso Masih o'limidan keyin o'zini shogirdlariga jismoniy shaklda ochib berdi Lahiri Mahasaya o'limidan keyingi kuni go'sht va qonda qaytdi Biz ularning halok bo'lmaganligini ko'rsatdik

(Payg'ambar sollallohu alayhi vasallam: "Tushingizda eng rostgo'yingiz - gapirishda eng rostgo'yingizdir" va "Kim meni tushida ko'rsa, go'yo meni haqiqatda ko'rgandek bo'ladi" deganlar).

Ma'naviy qutblar holatlari kam uchraydigan bo'lsa-da, ularning guvohliklari noto'g'ri deb aytmaslik kerak.

Men shaxsan o'zimning ustozim Shri Yuktsuvarni ko'rdim, u vafotidan uch oy o'tgach tirilgan edi (ushbu saytdagi "Ma'naviy olamlar: uning haqiqati va tabiati" ga qarang).

Muqaddas donolik kitoblarida inson qalbi asosan ilohiy ruhning aksidir, deb ta'kidlanadi. U hech qachon o'lim azobini yoki tug'ilish azobini boshdan kechirmaydi va uning mavjudligi abadiydir, agar mavjudlik o'zi davom etsa. Bu ruh abadiy tirik va o'zgarmas, parchalanishga tegmagan va yo'q bo'lib ketishga duchor bo'lmagan.

Ko'p marta uzoqda yashovchi kasal shogird mening sayyoraviy tanamni o'ziga sadoqati va sevgisi kuchi bilan jalb qilgan. Shunday voqealardan biri bu yerda Seva Devi ismli shogird bilan sodir bo'lgan. U nihoyatda fidoyi shogird edi. Bir marta u juda kasal bo'lib qoldi, lekin buni hammadan sir tutdi. Kasalxonada uni ziyorat qilganimda, u menga: "Iltimos, Xudodan meni bu tanada boshqa saqlamasligini so'rang", dedi.

Keyinchalik, men Tinch okeani sohilidagi Encinitas qabristoniga qaytib keldim va bir kuni ertalab to'satdan Seva Devining shaffof sayyoraviy tebranishini his qildim. Uning sadoqati va ma'naviy sevgisi orqali u mening efir tanamni o'ziga tortdi. Darhol jismoniy tanam muzlab qoldi, go'yo hayot undan ketgandek. Keyinchalik menga Seva Devi mening boshqa dunyoga olib ketilganimni ongli ravishda anglab, tanamni tark etishdan oldin to'satdan "Swamaji shu yerda!" deb baqirgani aytili.

Keyinchalik, men uni, tanasi nur sochayotganini, darslarimning birida o'tirganini ko'rdim, xuddi u hayoti davomida qanday paydo bo'lgan bo'lsa, shundayligicha. Agar o'shanda kimdir menga tegib ketganida, ular ham uni ko'ra olishgan bo'lardi, garchi ruhiy ongli odamlar boshqalarning ularga tegishiga yo'l qo'ymasalar ham.

Biz o'lim ostonasidan ko'p marta o'tib, hayotga qaytdik, shuning uchun nega o'limdan qo'rqish kerak? U bizni ozod qilish uchun keladi. Albatta, biz o'limni orzu qilmasligimiz kerak, lekin bizni turli muammolardan xalos qilish uchun o'z-o'zidan kelganda, unda taskin topishimiz kerak.

Odamlar bu jismoniy qamoqxonada uzoq vaqt qolishlari sababli o'limdan ham qo'rqishadi, hatto undan chiqib ketishdan ham qo'rqishadi. Lekin odamning qo'rqishi ahmoqlikdir.

Bu qadimiy jismoniy modelga o'limimizgacha egalik qilishimiz Xudoning irodasi bo'lgani uchun, biz uni saqlab qolishimiz va unga kerakli g'amxo'rlikni ko'rsatishimiz kerak.

Hindistonda o'lim to'shagida yotgan bir yigit haqida bir hikoya bor, u atrofidagi qayg'u va xayrlashuv azobini eshitib, qichqirgan:

**Hamdardlik faryodlaringiz bilan jonimni haqorat
qilmang**

**Yorug'lik va sevgining abadiy olamiga
kirganningizda**

**Men sizga achinishim va ahvolingizga achinishim
kerak bo'lgan odamman.**

**Menga kelsak
Bugungi kundan keyin boshqa kasalliklar
bo'lmaydi**

**Hatto singan suyak ham emas
Qayg'u yo'q, chidab bo'lmas og'riq yo'q
Chunki men quvonchni orzu qilaman va quvonch
dengizida suzaman**

**Va men quvonch bilan nafas olaman
Kengaytirilgan ish vaqti!
Inson bu dunyoda unga nima bo'lishini bilmaydi. U
qo'rquv va ruhiy xavotirlar orasida yashaydi.
O'tganlar unga achinib, uni o'z dunyosidan duo
qilishadi. Men buni o'g'lini yo'qotgan onaga aytdim va
tushuntirishni tugatishim bilan u darhol ko'z
yoshlarini artib: "Men hech qachon bunday
xotirjamlikni his qilmaganman. O'g'lim ozod
bo'lganidan xursandman. Unga dahshatli narsa
bo'lgan deb o'ylagandim", dedi.**

**Ko'plab ma'naviy rivojlangan odamlar o'zlarining
efir tanalarini ko'ra olishadi**

**O'lim vaqtida efir tanasi jismoniy tanaga
ko'tarilganda yoki uni tark etganda, ketayotgan odam
o'z tanasini o'lik deb biladi. Xuddi shu tajriba
rivojlangan yogislar iroda kuchi orqali jismoniy
tanadan o'tib, o'z tanalarini tark etish va xohlagan
paytda ularga qaytish imkonini berganda sodir
bo'ladi. Biroq, buni qila olaman deb ishongan ko'p
odamlar adashadilar. Biror narsani boshdan kechirish**

haqida o'ylash, bu sodir bo'ladi degani emas. Usulni bilish juda muhim.

Bir kuni Nyu-Yorkda bir kishi oldimga kelib, (jismoniy tanasidan) efir orqali sayohat qila olishini ta'kidladi. Men unga: "Menimcha, unday emas; sizda bunday qobiliyat bor deb tasavvur qilyapsiz", dedim. Lekin u meni sinab ko'rishda turib oldi. Men rozi bo'ldim va: "Mayli, unda efir orqali sayohat qiling va pastga tushing va u yerdagi restoranda nima bo'layotganini aytib bering", dedim.

U bir zum jim qoldi, keyin dedi: "O'ng burchakda katta pianino bor".

Uning nafas olishi va pulsi normal bo'lgani uchun men uning buni tasavvur qilayotganiga amin edim.

Shuning uchun men: "Aksincha, menimcha, siz u yerda stol atrofida o'tirgan ikkita ayolni topasiz", dedim. U menga masxara qildi. Keyin biz birga restoranga bordik va burchakda pianino yo'q edi, faqat stol atrofida o'tirgan ikkita ayol bor edi. Nihoyat, do'stimiz o'z xayollari bilan aldanganini angladi.

Ezoterik sayyoraviy tasavvurlarimda ko'pincha dahshatli voqealarni ko'raman, lekin ular menga film kabi tuyuladi. Dunyo bizni azoblash yoki qo'rqitish uchun emas, balki bizni ko'ngil ochish uchun yaratilgan. Va Qodir Xudo O'z yaratganlarining dramasini nihoyatda murakkab, yaxshilik va yomonlik qarama-qarshiliklari bilan to'ldirilgan qilib yaratdi.

Biz yashirin ma'naviy tabiatimizni tushunishga o'rgatishimiz kerak. Ammo biz doimo fikrlarimizni jismoniy tanamiz bilan cheklab qo'ysak, bu mumkin emas. Moddiy narsalar bilan doimiy ravishda band bo'lish bizni moddiylashtiradi va ma'naviy intilishlarimizni bo'g'ib qo'yadi. Biz Xudoni hayotimizda eng muhim jihatga aylantirishimiz kerak.

Agar biz Uni ikkinchi darajali mavqega tushirsak, U bizga kelmaydi va biz Uni bilmaymiz. Dunyoning vasvasalari ko'p va doimo mavjud. Ma'naviyatni istaganlar xavfsiz va osoyishta olamga erishish uchun o'z irodalarini faollashtirishlari va vasvasalarning zich o'rmoni orqali yo'l ochishlari kerak.

Efir sayyorasiga ko'tarilishni faqat inson chuqur ruhiy ekstaz holatiga kirganida, ongini yuqori darajadagi xabardorlikka kengaytirganda ongli ravishda boshdan kechirish mumkin. Ma'naviy ko'zlari orqali ular bu dunyoda yoki efir olamida bo'lsin, fazodagi istalgan nuqtani idrok eta oladilar. Ular vaqt va makon cheklovlaridan ham o'tib ketishlari mumkin. Ba'zi ma'naviy rivojlangan shaxslar o'zlarining efir va hatto jismoniy tanalarini istalgan joyga sig'dira olish qobiliyatiga ega. Bu holat bilokatsiya yoki ikki tomonlama mavjudlik deb ataladi, bu yerda bir vaqtning o'zida ikki yoki undan ortiq joyda bo'lish mumkin. Bu holatda jismoniy tana transga o'xshash to'xtatilgan animatsiya holatida bo'ladi. Ustoz ruhiy ekstazning eng yuqori bosqichiga (ilohiy bilim bosqichi) yetganda, ular muqaddas osmonga ko'tarilish holatida qolib, barcha funktsiyalarini normal bajarishlari mumkin.

Xudodan panoh so'ragan kishiga hech kim zarar yetkaza olmaydi va agar u Xudoga ishonsa va Uning yo'l-yo'riqlariga sodiq qolsa, u hech narsadan qo'rqmaydi. Ammo inson salbiy fikrlarning ongiga kirib borishiga yo'l qo'ysa va kimdir unga zarar yetkazmoqchi ekanligiga ishonsa, u bu odamga buni qilish uchun kuch beradi.

Tasavvur qiling-a, kimdir sizga yolg'on fikr yuboradi va siz uni qabul qilasiz. Sizga shubhasiz bundan zarar yetkazasiz. Lekin sizda yomon fikrlarni rad etish qudrati bor. Yomon niyatli odamlardan

qo'rqmang, chunki siz psixologik jihatdan zaif bo'lmasangiz, hech kim sizga ta'sir qila olmaydi. Qo'rquv va yopiq ong yomonlikning kirib kelishiga yo'l qo'yadi. Lekin o'zingizga: "Xudo men bilan va meni himoya qiladi", deb tasdiqlaganingizda, boshqalarning fikrlaridan sizga faqat yaxshilik keladi. Agar kimdir sizga yomon fikrlar yuborsa ham, ular sizga yetib bormaydi; aksincha, ular yuboruvchiga qarshi chiqib, unga bilgan yoki bilmagan yo'llari bilan zarar yetkazadilar. O'zingizni Xudo bilan o'rab oling va Uning muborak ismidan, koinotdagi eng kuchli kuchdan panoh so'rang. Bu barcha yovuzlik, yolg'on va ikkiyuzlamachilik o'qlari parchalanadigan va barcha salbiy fikrlar o'z manbai va manbasiga qaytariladigan o'tib bo'lmaydigan devordir!

Sayohatchi arvohlar va adashgan ruhlarning kuchlariga yoki qora sehr bilan shug'ullanuvchilarga e'tibor bermang. Hayot maydonlarida ko'plab buyuk va doimiy kosmik kuchlar o'ynaydi. Yaxshilik va yomonlik o'rtasida kosmik urush bor. Lekin o'z e'tiqodi va yaxshi niyatlariga muvofiq harakat qiladigan samimiy imonlilar uchun qo'rquv yo'q, chunki oxir-oqibat yaxshilik g'alaba qozonadi.

Bu dunyo ko'rinmas mavjudotlar va kuchlar tomonidan boshqariladi: bir tomonda Xudo, Uning payg'ambarlari va avliyolari, ikkinchi tomonda esa Shayton, uning xizmatkorlari va yovuz ittifoqlari. Xudo va Uning farishtalari hamda Shayton va uning ittifoqchilari o'rtasida katta tortishuv bor. Muammoni shunchaki illyuziya deb e'tibordan chetda qoldirib bo'lmaydi. Agar Shayton mavjud bo'lmaganida, biz unga qarshi Xudodan yordam so'ramagan bo'lar edik. Yovuzlik mavjud va unga barcha vositalar va usullar bilan qarshi turish kerak.

Xudo insoniyatni yaratganida, U Shaytonni ham yaratdi. Shayton o'zining aldamchi kuchi bilan odamlarni sinash uchun mavjud. Agar olov temirni eritib yubormasa, po'latni bolg'alash yoki zarb qilish mumkin emas. Shuning uchun kasallik yoki og'riq kelganda, bu sinovdan o'tish kerakligini unutmang. Bunday sinovlardan shikoyat qilmang yoki xafa bo'lmang. Ko'plab buyuk qalblar dahshatli kasalliklardan halok bo'lishdi va ulkan azob-uqubatlarga chidashdi. Ba'zilari jiddiy nogironlikka duchor bo'lishdi, ammo ular o'z imonlarini saqlab qolishdi va eng yuqori shon-sharafga mamnuniyat bilan o'tishdi.

Bizning Yer sayyoramiz eng zich joylashgan joylardan biridir. Bu Yerdan ham beqiyos darajada yaxshiroq olamlar bor, u har xil qiyinchilik va qiyinchiliklarga to'la. Shunga qaramay, Xudo bizni O'zining rahm-shafqati bilan unutmaydi; aksincha, U bizga azob-uqubatlارimizni va yo'limizda turgan to'siqlarni yengish uchun ko'p jihatdan yordam berishga harakat qiladi.

Xudo, Uning farishtalari va millionlab yaxshi ruhlar Yer yuzida muqaddas uyg'unlik tartibini o'rnatishga intilishadi. Har bir yaxshi fazilat va foydali xususiyat yaxshi ruhdan kelib chiqadi, chunki yaxshi ruhlar doimo ongimiz tuprog'iga yaxshi fikrlar va niyatlarning urug'larini sepadi. Biroq, shu bilan birga, zulmat shohi - Shayton - yovuz ruh izdoshlari yordamida dunyoda tartibsizlik va muammolarni keltirib chiqaradi. Shaytondan boshqa kim kasallik mikroblarini yaratdi? U vaboning ko'plab turlarini, keyin sil kasalligini va yana bir o'limga olib keladigan kasallikni, saraton kasalligini va boshqalarni - insoniyatni azoblashning barcha jinlar usullarini keltirib chiqardi. Ammo Xudo ko'plab tadqiqotchilarni

kasalliklarni yo'q qilishning yangi va foydali usullarini topishga ilhomlantiradi.

Jinsiy lazzat ilohiy saodatning aldamchi o'rnini bosadi. Jinsiy aloqa sodiq sevgidan ajratilganda va hayvoniy instinktlarni qondirish uchun ishlatilganda, u shayton qo'lida inson ongini his-tuyg'ularga asir qilib, ilohiy ongni boshdan kechira olmaydigan vositaga aylanadi.

Iblis tomonidan ruhiy ekstaz o'rnini bosuvchi soxta uchlik mavjud. Bu uchlik cheksiz shahvat, alkogolga bo'lgan ishtiyoq va pulga bo'lgan ochko'zlikdir.

Odam Ato va Momo Havo jinsiy tuyg'ularni boshdan kechirganlarida, ular Jannatdan tushib, Xudo bilan ruhiy ekstazda birlikni his qilishlariga imkon bergan ilohiy ongni yo'qotishdi. Shuning uchun ular Adan bog'idan quvib chiqarildi. O'shandan beri insoniyat boshqa barcha mavjudotlar singari jinsiy ko'payishga majbur bo'ldi. Ayol og'riqli va mashaqqatli tarzda tug'adi. Keyin er va xotin o'zlarida bor narsani qabul qilishlari kerak. Agar ularning xudbin va nuqsonli farzandi bo'lsa, uni tarbiyalashlari shart. Dastlab ular Xudo kabi aql kuchi bilan xohlagan narsalarini yaratish qudratiga ega edilar. O'sha begunohlikning dastlabki kunlari muborak bo'lsin. Haqiqatan ham, ular baxtli va shonli kunlar edi.

Va bularning barchasidan so'ng, oxir-oqibat, Shaytonning o'zi Xudoning qo'lida qurolga aylanadi. Shayton insoniyatga bergan va'dalarini bajarmaydi, shuning uchun umidsiz va umidsizlar yordam so'rab va umidlarini ro'yobga chiqarish uchun sodiq Rabbimizga murojaat qilishadi.

Lekin bizni Xudoga murojaat qilishga undash uchun umidsizlikni kutishimiz shart emas. Biz barcha tuxumlarimizni bitta savatga solmasligimiz kerak.

Biz baxtga bo'lgan umidlarimizni tananing nozik savati va dunyoning qisqa muddatli zavqlari bilan cheklamasligimiz kerak.

Kelinglar, do'stlarim, Xudoning ovozini tinglaylik, u bizga yaxshi fikrlarimiz orqali gapiradi. Xudo, Uning payg'ambarlari va farishta ruhlari bu olijanob fikrlarni yaratadi. Shayton va uning xizmatkorlari o'z suratlarida fikrlar va vasvasalarni yaratadilar.

Qachonki xayolingizga yomon fikr kelsa, uni afsuslanmasdan haydab chiqaring, shunda shayton endi sizga ta'sir o'tkaza olmaydi va sizga zarar yetkaza olmaydi. Yodingizda bo'lsin, noto'g'ri o'ylagan paytingizda, siz shaytonga bir qadam yaqinlashasiz.

Inson doimo harakatda, yaxshilik va yomonlik o'rtasida oldinga va orqaga harakatlanadi

Bu shattl diplomatiyasidan qochish uchun shayton va uning malaylarining qo'li yeta olmaydigan joyga borish kerak. Xudoning qalbiga va sizga tinchlik bo'lsin .

O'zgarishlar orasida ruhiy muvozanat

G'arbliklar jismoniy qulaylikka urg'u berishadi. Ob-havo juda issiq bo'lganda, ular sovutishning yo'qligidan aziyat chekishadi va juda sovuq bo'lganda, sun'iy isitishning yo'qligi sababli noqulaylik his qilishadi. Ammo hind o'qituvchilari boshqacha falsafani o'rgatishadi. Ularning aytishicha, issiqlik va sovuqqa, zavq va og'riqqa sezgirlik aldamchi hislarning xayoliy takliflaridan va insonning cheksiz talablari bilan bog'liqligi va ularga javob berishidan kelib chiqadi. Biroq, dono odam hislar changalidan qochib, barcha .ikkilanishlardan o'tib ketadigan odamdir Buyuk mutafakkirlar inson tanasiga zarar yetkazadigan darajada o'zini tarbiyalashi kerakligini ta'kidlamaydilar. Aksincha, ular issiqlik yoki sovuq chidab bo'lmas holga kelganda, o'zini ruhiy jihatdan issiqlik yoki sovuqlik

hissiyotidan xalos qilishni va shu bilan birga bu holat uchun
.oqilona chora izlashni maslahat berishadi
Gita shunday deydi: "Shahvoniy zavqlarga bog'langanlar
meditatsiya uchun zarur bo'lgan aqliy muvozanatga erisha
olmaydilar, shuningdek, ular Samadxi ruhiy saodatining
."ekstazi orqali Xudo bilan birlasha olmaydilar
Inson o'zini hissiy buzilishlardan ruhiy jihatdan xalos qila
olganda, u ichki xotirjamlikka erishadi. Kelayotgan va
ketayotgan hislarga ta'sir qilmasdan, ular ruhning muhim,
o'zgarmas xotirjamligini ochib berishadi. Bu qat'iy,
o'zgarmas ongda ular mutlaq, cheksiz va o'zgarmas bilan
.birlashadilar

Barcha tana sezgilariga passiv munosabat ham ongni,
ham ruhni bezovta qiladi. Ruh bezovta bo'lganda, inson
o'zining asl tabiatini, ya'ni xotirjamlikni yo'qotadi. Xudo Yer
yuzidagi eng issiq va eng sovuq joylarda mavjud. U Arktikada
va Bo'sh Kvartalda, yer yuzidagi yaratganlarining ekstremal
sharoitlari va haroratidan ta'sirlanmaydi. Uning suratida
yaratilgan insonlar Uning xatti-harakatlariga taqlid qilishga
intilishlari kerak. Xudo bizni bu tanaga joylashtirdi, issiqlik va
sovuqqa, zavq va og'riqqa duchor bo'ldi, lekin U bizdan bu
ikkiliklarga muvozanatli ong bilan qarashimizni xohlaydi. U
bizdan ikkilikning barcha shakllaridan ustun turishimizni
xohlaydi. Biz beparvolik yoki oldindan ko'ra bilmasdan kuch
va chidamlilikni rivojlantirishimiz kerak. Agar biz haddan
tashqari issiq yoki sovuqdan qochib qutula olmasak,
ongimizni ulardan ajratishimiz kerak. Bunga qancha ko'p
harakat qilsak, ong o'zini shunchalik ozod qiladi, shunda
kiruvchi sezgilar bizning ongimizga yoki his-tuyg'ularimizga
.salbiy ta'sir ko'rsata olmaydi

Teri yuzasi teginishni sezmaydi; bu hislar miyada qayta
ishlanadi. Inson faqat ong orqali ta'm bilishi, teginishi,
hidlashi, eshitishi yoki ko'rishi mumkin. Biz ta'mni til
yuzasida his qilayotgandek tuyulamiz, lekin aslida bu ta'mni
miya qayd etadi. Xuddi shunday, tananing bir qismi

shikastlanganda, og'riq asosan ongda seziladi, ta'sirlangan organda emas. Og'riqni sezishning ikkita mexanizmi mavjud: asab va miya poyasi. Sezgi miya asab va miya poyasi o'rtasida aloqa o'rnatishga imkon berganda yuzaga keladi. Agar miya og'riqni sezmasa, og'riq bo'lmaydi. Bu buyuk hind ustalarining ajoyib kashfiyoti. Biror kishi xloroform yoki anesteziya ta'sirida bo'lganida, ular og'riqni sezmaydilar, chunki hislar miyaga yetib bormaydi. Nerv uchlarida og'riq signallari miyaga uzatiladigan mayda tuklar mavjud. Anestetik bu og'riq signallarining uzatilishiga to'sqinlik qiladi. Miya ongning sezgi organidir va barcha tana sezgilari unga nervlar va miyaning o'zi orqali uzatiladi. Ong miyaga bog'liq bo'lganligi sababli, u bu sezgilarni qabul qiladi va talqin qiladi. Ijobiy fikrlash bilan mustahkamlangan ong zavq va og'riq sezgilaridan kamroq ta'sirlanadi. U bu sezgilardan xabardor, lekin ular bilan bog'lanmagan. Odamlarga o'z tanalarini himoya qilish uchun sezgi berilgan edi. Busiz, odam buni sezmasdan qattiq kesish yoki kuyishni boshdan kechirishi mumkin edi. Hayvonlarda bu qobiliyat rivojlanmagan va shuning uchun ularning og'riq hissi kamroq seziladi; aks holda, ularga o'ldirish va so'yishning ma'lum usullari orqali ko'rsatilgan shafqatsizlik chidab bo'lmas darajada bo'lar edi. Masalan, qisqichbaqalar tirikligida qaynoq suvga tashlanadi. Og'riq ham, zavq ham ongning yaratilishi bo'lgani uchun, jismoniy og'riqni ongni nazorat qilish orqali engillashtirish mumkin. Keyin, odam og'riqni his qilmasdan g'ayritabiiy holatning belgisi sifatida hissiyotni boshdan kechirishi mumkin. Bhagavad Gita bunga chuqurroq yondashadi. Lazzatlanish yoki og'riqqa yuqori sezuvchanlik ularning ta'sirini kuchaytiradi, sezgirlikning pasayishi esa odamni og'riqdan kamroq ta'sirlanadi va hissiy zavqlarning quliga aylanadi. Men tanam va ongimni stimullarga kamroq sezgir bo'lishga o'rgatdim va o'zimni hissiy chalg'ituvchi omillardan ozod bo'lganimni angladim. Bu mashg'ulot

hissiyotlar changalidan va ularning cheksiz talablaridan xalos
.bo'lish yo'lidir

Bir shifokor shunday ruhiy bardamlikka ega ediki, o'ziga

xavfli jarrohlik amaliyotini o'tkazishga muvaffaq bo'ldi!

Albatta, jismoniy bog'liqliklar qulligida bo'lgan ong uchun bu
imkonsizdir. Ammo mashg'ulotlar bilan ong nihoyatda kuchli
bo'lishi mumkin. Inson ongini qanchalik ko'p mashq qilsa va
takomillashtirsa, uni shuncha ko'p nazorat qila oladi.

Erkalangan bola hatto eng kichik zarardan ham chuqur
qayg'uga tushadi, bardoshlilik va chidamlilikka o'rgatilgan
bola esa jiddiy jarohatlardan ham kamdan-kam hollarda
.og'riqdan titraydi yoki orqaga chekinadi

Shu nuqtai nazardan, buyuk hind ustozlari tomonidan

qo'llab-quvvatlangan o'qitish usuli G'arbiy Hindistonda

o'rgatilganidan butunlay farq qiladi. Ruhiy ustozlar o'z

shogirdlarini tana va uning his-tuyg'ulariga qullikdan

butunlay ozod bo'lishga o'rgatishadi. G'arbda rivojlangan

qulayliklar tananing lazzatlanishiga undaydi va natijada aqliy

qobiliyatlarni rivojlantirishga sarflanadigan harakatlar

minimal va ahamiyatsizdir. Hindistonda biz

(yo'riqchilarimizning chekinishlarida) his-tuyg'ular kuchini

kurtakda qanday qilib yo'q qilishni o'rganamiz, shunda biz

ularga qul bo'lib qolmaymiz. Bihar shtatining Ranchi

shahridagi maktabimda ba'zan yosh bolalarni qattiq yerdagi

kichik gilamchalarda uxlatardik va ular ham jismoniy, ham

.ruhiy jihatdan sog'lom va baquvvat bo'lib ulg'ayishdi

G'arbliklar dam olish va xotirjam uyquning ko'plab

tashqi vositalariga o'rganib qolgan. Hindistonda biz

meditatsiya uchun issiq qum ustida o'tirardik. Asta-sekin, biz

kun bo'yi issiqda ham, sovuqda ham o'tira boshladik. Ushbu

mashg'ulot natijasida men shunday aqliy qobiliyatga ega

bo'ldimki, hech narsa ongimni bezovta qila olmaydi yoki

ta'sir qila olmaydi. Ongimni hislarimdan uzganimda, hech

.narsa meni bezovta qilmaydi

Yillar oldin, ob-havo chidab bo'lmas darajada issiq edi va hamma nafas olardi. Ruhiy assotsiatsiya orqali ularning noqulayligi menga o'tdi, bu menga diqqatimni jamlashga va maqolalar yozishga xalaqit berdi. Keyin o'zimni koyib, "Nega .bularning hammasi?" deb Xudoga ibodat qildim Ey Xudo, xuddi shu elektr toki pechda issiqlik va" muzlatgichda muz hosil qiladi, shuning uchun ob-havo
"!yumshoq

Darhol muhit menga yoqimli bo'lib qoldi, go'yo tanamni qor qatlami o'rab olgandek edi va men juda ilhomlanib, hech .qanday qiyinchiliksiz yoza boshladim

Bir necha yil oldin, men bir guruh yosh o'zini o'zi kashf etuvchi talabalar bilan ochiq ustki mashinada shtatlararo yo'l sayohatida edim, ulardan biri mening kotibim edi. U bilan men mashinada uxlab qoldik, kichik adyolni birgalikda yeb qo'ydik. Tun juda sovuq edi. Men qattiq uxlab yotganimda, u adyolni ustimdan tortdi va men yarim uyg'oq bo'lganimda, men ongsiz ravishda uning ustidan adyolni tortdim! Bu bir muddat davom etdi. Keyin ongim: "Nega bunday qilyapsan? .Hammasi joyida. Siz issiqsiz!" dedi

Keyin adyolni tashlab, o'tirdim va tanam non kabi iliq bo'lguncha meditatsiya qila boshladim. Ikki soatdan keyin shogirdlar sovuqdan titrab uyg'onishganda, meni harakatsiz holda topdilar. Men muqaddas ekstazga berilib ketgan edim va o'lgan deb o'ylab, qichqiriqlari bilan meni ruhiy hayajondan uyg'otishga harakat qilishdi. Lekin men tabassum qilib: "Nega buncha shovqin, yigitlar? Yo'limizda davom etaylik", dedim. Ular e'tiroz bildirishdi: "Sizlar sovuqda palto yoki adyolsiz o'tirgan edingizlar!" Shunga !qaramay, men shamollamadim. Men faqat iliq edim Nima qilish kerak bo'lsa, ongni ijobiyroq bo'lishga o'rgatish kerak. Agar siz shamollamaslikka qaror qilsangiz, uni yuqtirish ehtimoli kamayadi. Aqlni og'riqni yengishga ham o'rgatish kerak. Aqliy sezgirlik og'riqni kuchaytiradi va

og'riqni kuchaytirish o'zingizdagi Xudoning qiyofasini - bu .muqaddas va yengilmas qiyofani unutishni anglatadi Qadimgi hind donishmandlari barcha odatlar insonda uch yoshida shakllana boshlaydi, deyishgan. Bu odatlar ongli ongga singib, chuqur ildiz otgandan so'ng, ularni o'zgartirish juda qiyin. Agar oilangiz va atrofingiz ongingizga nimani yoqtirishingiz va nimani yoqtirmasligingizni singdirgan bo'lsa, bu taassurotlar siz bilan umrbod qolishi mumkin. Dono ustozim Shri Yuktisvardan o'rgangan birinchi narsam hissiyotlar bilan bog'liq psixologik impulslarni yengish edi.

Men birinchi marta uning oldiga mashg'ulotlarga borganimda, sovuq havoda issiq adyol ishlatmasam, shamollab qolardim. Lekin ustozim menga bu moyillikni yengish uchun ongim kuchidan qanday foydalanishni o'rgatdi. Natijada, men bolaligimdan ustozlik ta'limini !olgunimcha qiynalib kelgan shamollashdan xalos bo'ldim Ba'zi odamlar biz faqat aqlga tayanishimiz kerak, deyishadi. Boshqalar esa his-tuyg'ularimizni qondirishimiz kerak, deb hisoblashadi. Ikkala pozitsiya ham haddan .tashqari

Bir nazariyaga ko'ra, tananing salomatligi va farovonligini ta'minlash uchun muntazam tibbiy ko'rikdan o'tish tavsiya etiladi, xuddi mashinangizni vaqti-vaqti bilan tekshirtirib turish kabi. Bu mantiqan to'g'ri keladi. Lekin odamlar mashina emas. Agar ruhiy salomatligingiz jismoniy holatingizga bog'liq bo'lsa, ertami-kechmi ong tananing talablari quliga aylanadi, bu esa barcha turdagi va miqdordagi dori-darmonlar va boshqa jismoniy muolajalarni samarasiz qiladi. Bu biz davolab bo'lmaydigan kasalliklardan aziyat chekishimizning sababini tushuntiradi. Jismoniy zaiflik mustahkamlanib qolgan, chunki ong tananing xo'jayini .bo'lishdan bosh tortgan

Mo''tadillik boshidanoq eng yaxshisidir. Agar siz yengil jarohat olsangiz, ozgina yod surting, lekin butunlay dori-darmonlarga tayanmang. Asta-sekin aqlga ko'proq va

ko'proq tayanib bo'lmaguncha oqilona va tegishli choralarni ko'ring. Buyuk ustozlarning o'zlari dastlab Xudo tomonidan yaratilgan o'tlar va kimyoviy moddalardan tayyorlangan dorilarni ishlatishgan. Dori-darmonlar va dorilar ruhiy ustoz uchun zarur emas, lekin Xudoning kuchi son-sanoqsiz tarzda ishlashini namoyish etish uchun ular vaqti-vaqti bilan ma'lum dorivor preparatlardan foydalanishni tanlashlari mumkin. Qanday bo'lmasin, g'alaba aql kuchida. Barcha dorilarsiz hech qanday nojo'ya ta'sirlarsiz yashay olishingizga qat'iy ishonch hosil qilganingizda, siz g'alaba qozonasiz va .tanangiz ustidan hukmronlik qilasiz

Bir safar o'qituvchi qo'lini sindirib oldi va uni davolash va bog'lab qo'yish uchun ruxsat berdi. Baxtsiz hodisadan ko'p o'tmay, boy odam uni ko'rgani kelganida, xavotirga tushgan o'quvchilar mehmon o'qituvchining qo'lini bo'yniga osilgan holda ko'rib, hafsalasi pir bo'ladi deb o'ylashdi. O'qituvchi mehmonga: "Ko'rib turganingizdek, qo'lim singan va men og'riqdan azob chekyapman", dedi. O'quvchilar singan qo'limni ko'rib, Xudo meni tashlab ketgan va endi menga g'amxo'rlik qilmaydi deb o'ylaysiz deb o'ylashadi. Ularga .e'tibor bermang", dedi

Boshqa safar o'sha o'qituvchi Xudoga yuksak zavq bilan qo'shiq aytayotgan edi, u yaqin atrofdagi yonib turgan ko'mir uyumiga yiqildi. Shunga qaramay, u qo'shiq aytishda davom etdi. O'quvchilar uni ko'tarib ko'rishganda, ba'zi yonib turgan ko'mirlar uning orqasiga yopishib qolganini va tanasini kuydirayotganini ko'rishdi. Ular dahshatli manzaradan dahshatga tushishdi, lekin o'qituvchi jilmayib, xotirjamlik bilan: "Xo'sh, bu shovqin o'rniga ko'mirni tortib oling!" dedi. U hech qanday og'riqdan shikoyat qilmadi. Bu o'qituvchilar namoyish etadigan aqliy ustunlik. Bu safar o'qituvchi haqiqatan ham og'riqdan ustun ekanligini isbotladi. Birinchi marta u og'riqdan ta'sirlanganini, ammo sabr va kamtarlik .bilan chidaganini ko'rsatdi

Tana va uning talablariga nisbatan qat'iy pozitsiyani egallash kerak. Muqaddas Kitobda issiqlik va sovuq, zavq va og'riq tushunchalari hislarning bu his-tuyg'ular yoki sezgilar manbalari bilan aloqasidan kelib chiqishi aytilgan. Biroq, bu his-tuyg'ular va sezgilar boshlanish va oxir bilan cheklangan.

Ular o'tkinchi va o'tkinchi tabiatga ega va shuning uchun ularga sabr-toqat va bag'rikenglik bilan chidash kerak. Nima uchun ozgina sovuq yoki og'riq ta'sir qiladi? Aqlni oxir-oqibat og'riq va azob-uqubatlarning boshqa barcha turlaridan ustun turguncha chidashga o'rgatish orqali katta psixologik .jasoratni rivojlantirish kerak

Tana shunchaki go'sht bilan qoplangan qafas bo'lib, unda hayot qushi cheklangan vaqt yashaydi. Hayotning o'zi tanadan butunlay ozod, ammo hayot tananing cheklangan, cheklovchi holatlariga bog'langan va bog'langan va shuning .uchun u azob chekadi

Uyg'oqlik paytida siz jismoniy his-tuyg'ularni his qilasiz, ammo uyqu paytida, ongingiz tanadan ozod bo'lganda, siz bu his-tuyg'ularni sezmaysiz, aksincha chuqur xotirjamlikni .his qilasiz

Inson Xudo suratida yaratilganligi sababli, u tanada jismoniy hislardan butunlay ajralgan holda yashashga qodir. Aksincha, u tanaviy holatlarni o'ziga oladi va ularni yanada .real qiladi

His-tuyg'ulardan xalos bo'lish uchun inson o'zini aqliy jihatdan tanadan ajratishi kerak. Shuning uchun avliyolar zavq va og'riqning psixologik ustunligini maslahat berishadi va bunga faqat amaliyot orqali erishish mumkin. Men bu haqiqatni o'zimga isbotladim va bilamanki, haddan tashqari sezgirlik ko'plab zararlarga olib keladi. His-tuyg'ular talablariga bo'ysunish barcha og'riq va baxtsizliklarning ildizidir. Xudo biz uchun azob-uqubatlarni belgilamagan. U bizni yo'naltirish va ko'ngil ochish uchun hissiy idroklarni yaratgan va U bizni jismoniy tanadan oqilona foydalanishimizni, unga shunchalik bog'lanib qolmaslikni,

baxtsiz va baxtsiz bo'lib qolishimizni niyat qilgan va hozir ham niyat qilmoqda. Agar inson uy hayvonini chuqur sevsa, u o'sha hayvonning his-tuyg'ulariga javob beradi, garchi ular jismonan asab tizimi bilan bog'lanmagan bo'lsa ham. Xuddi shunday, bizning jismoniy og'riqlarimiz tanaga haddan .tashqari psixologik bog'liqlikdan kelib chiqadi

Aql tana ustidan ko'proq hukmronlik qilishi kerak. Aql kuchi bilan yashash ajoyib, chunki ong undan nima so'ralsa, shuni qila oladi. Qanday qilib odam ongga tobora ko'proq tayanishi mumkin? Asta-sekin o'zini issiq va sovuqqa, qattiq to'shakda uxlashga va tanish qulayliklarga qaramlikni .kamaytirish orqali

Gapirayotganimda, bugungi yuqori haroratni umuman sezmagan edim, lekin shunchaki issiqlikni eslatib o'tishim .bilan uni his qila boshladim

Bir marta juda issiq havoda ma'ruza o'qiyotgan edim.

Bundan tashqari, tanamdagi issiqlik kuchaydi, xuddi ma'naviy mavzular bo'yicha ma'ruza o'qiganimda bo'lgani kabi. Xayolim: "Terlagan yuzingizni artmasdan ma'ruzani .tugata olmaysiz", dedi

Cho'ntagimdan ro'molcha qidirdim, lekin topa olmadim.

Keyin ruhiy ko'zga qaradim va xayolimga pichirladim: "Hech qanday issiqlik yo'q". Darhol bo'g'uvchi issiqlik yo'qoldi va men ma'ruzani xotirjam va yoqimli tarzda, tinchlantiruvchi .salqinlik bilan davom ettirdim

Bu narsalarni o'zingiz mashq qiling va aytayotganlarim

rostmi yoki yo'qligini ko'ring. Siz og'riqni sezgirlik bilan kuchaytirishingiz va ruhiy erkinlik bilan kamaytirishingiz mumkin. Yaqin insoningiz vafot etganida, haddan tashqari qayg'u o'rniga, biz ularning Xudoning irodasiga muvofiq yuqori olamga ketganini va Xudo ular uchun nima yaxshiroq ekanligini bilishini qabul qilishimiz kerak. Ularning ozodligi uchun Xudoga shukur qilishimiz va ularga mehrli fikrlar va ezgu tilaklar yuborishimiz, Xudodan ularni qabul qilishini va ularga qo'rquv va qayg'u bo'lmaydigan abadiy makonda O'z

rahm-shafqatini va marhamatini ato etishini so'rashimiz
.kerak

Yaqinlaringizni yo'qotishdan qayg'urish tabiiy hol; aks
holda biz inson bo'lmas edik. Biroq, qayg'u hissi ularga salbiy
ta'sir qiladi va ularni samoviy olamga qaraganda yerga
yaqinroq tutadi. Haddan tashqari melanxoliya marhum
ruhning yanada katta tinchlik va erkinlik sari intilishiga
.to'sqinlik qiladi

Bugungi kunda yer yuzida yashovchilarning aksariyati
yuz yil oldin bu yerda bo'lmagan Boshqalar bizdan oldin bu
yerda bo'lishgan Va biz ham bir necha yildan keyin bu yerda
bo'lmaymiz Bizning vaqtimiz tugaydi va kelajak avlodlar
bizni eslamaydilar Aksincha, odamlar o'shanda, biz hozir his
qilganimizdek, bu dunyo ularning dunyosi ekanligini his
qilishadi, lekin u ulardan tortib olinadi va ular undan birma-
bir O'lim insoniy zarurat bo'lishi kerak; aks holda, Mehribon
Xudo bunga hech kimga yo'l qo'ymagan bo'lar edi. Shuning
uchun biz Xudoga bo'lgan imonimizni mustahkamlashimiz va
.o'limdan qo'rqmasligimiz kerak

O'limdan qo'rqadiganlar o'zlarining asl mohiyatini anglay
olmaydilar, Shekspir shunday degan: "Qo'rqoqlar o'limidan
oldin ko'p marta o'lishadi; jasurlar o'limni hech qachon bir
."marta tatib ko'rmaydilar

Qo'rqoq kunlarini ruhiy azob va sekin o'lim holatida
o'tkazadi. Jasur odam faqat oxirgi o'limni tez va og'riqsiz
boshdan kechiradi. Agar inson tabiiy o'lim bilan o'lsa yoki
ma'naviy jihatdan rivojlangan bo'lsa, uning ruhiy ongi
tananing o'limi bilan darhol uyg'onadi va u o'zini boshqa
hayot tekisligida - barcha his-tuyg'ularga ega, ammo tanasiz
.tekislikda topadi

Idrok ongga asoslangan. O'limda inson o'zining zich
jismoniy tanasini tashlaydi, bu quyi darajadagi ongning
.tasviri va ruhning barcha muammolarining sababidir
Ikki xil odam bor: dunyoning muammolaridan doimo
shikoyat qiladigan va noliydiganlar va hayotdagi

qiyinchiliklarni tabassum bilan yengib, noqulay sharoitlarga qaramay, ijobiyligini saqlab qoladiganlar. Vaziyatni juda jiddiy qabul qilishning hojati yo'q. Agar hamma ijobiyyoq va uyg'unroq bo'lganida, dunyo hozirgidan ancha yaxshi joy .bo'lar edi

Sivilizatsiya junglilarida, zamonaviy hayotning qiyinchiliklari va murakkabliklari orasida haqiqiy sinov yotadi. Inson qilgan barcha ishlari o'ziga qaytadi, yaxshilikka yaxshilik, yomonlikka yomonlik. Boshqalardan nafratlanganlar esa nafratlanadi. O'zini salbiy fikrlar va qarama-qarshi his-tuyg'ular bilan to'ldirganlar o'z xarakterini yo'q qiladi va o'z baxtini so'ndiradi. Agar siz g'azablansangiz, sayr qiling va birdan o'n beshgacha sanang yoki diqqatingizni yoqimli va quvonchli narsaga qarating. Boshqalar sizga yomon munosabatda bo'lganda, ularga ham shunday munosabatda bo'lishga urinish oqilona emas. G'azablanganingizda ongingiz qaynaydi, yurak klapanlaringiz azoblanadi va tanangiz hayotiylikdan mahrum bo'ladi va holdan toyadi. Ruhingizning asl mohiyatini, ichingizdagi ilohiy tasvirni eng yaxshi ifodalaydigan tinchlik va yaxshilik to'lqinlarini yuboring. Shunda hech kim sizni silkita olmaydi .yoki xotirjamligingizni buzolmaydi

Xulosa qilib aytganda, hamma narsa ongdan boshlanadi.

Gunoh - bu ongning yaratilishi. Yosh bolalar hech qanday gunoh hissisiz yalang'och yurishadi. Sof va tiniq ongga ega bo'lgan kishi uchun hamma narsa pokdir, lekin Shahvoniy libertin uchun hamma narsa yomon va yovuz ko'rinadi

Agar insonning xatti-harakatlari yomon bo'lsa, uning) shubhalari ham yomon bo'ladi va u o'zi tasavvur qilishga (odatlangan narsaga ishonadi Intizomsiz ong hayotimizda tartibsizliklarni keltirib chiqaradi. Onglari sezgilar quliga aylanganlar nizo va urushning qo'zg'atuvchilari, adolatsizlik va zulmat .ustunlaridir

Xudo bizning ruhimizni bu dunyoda yashashimiz va o'zimizning va boshqalarning tajribalaridan saboq olishimiz uchun, atrofimizdagi doimiy o'zgarib turadigan voqealar va sharoitlar baxtimizga ta'sir qilishiga yo'l qo'ymaslik uchun his-tuyg'ularga ega bo'lgan tanalarga joylashtirdi. Xudo bizdan istaklarimizni boshqarishga yo'l qo'ymaslikni va nafaqat hamma narsa yorqin va quvnoq bo'lganda, balki qiyinchiliklar va qiyinchiliklar o'rtasida ham aqliy muvozanatga ega bo'lishimizni xohlaydi. O'z-o'zini bilish .bizga bu mahoratni beradi

Hayot va o'lim raqsi hech qachon to'xtamaydi, lekin inson barcha hissiy tajribalardan ustun turish va hayot qarama-qarshiliklaridan ta'sirlanmaslik uchun psixologik .qobiliyatga ega

Insonlar narsalar va hodisalarga muvozanatli nuqtai nazar bilan qarasalar, hayot cheklovlarini yengib o'tishlari mumkin. Shu bilan ular o'zlarining yengilmas ma'naviy .tabiatini ochib berishadi

Intizomning bu bosqichiga yetganlar insoniyat orasida shohlar kabi yashaydilar va o'zgarishga yoki o'zgarishga .duchor bo'lmagan cheksiz mutlaq bilan birlashadilar
Yoga ma'naviy ta'limotlari hayotning tafsilotlarini puxta aniqlik bilan ko'rib chiqadi va har qanday vaziyatda qanday harakat qilish kerakligini ko'rsatib beradi. Insonlar Xudo suratida yaratilgan, ammo ular bu muborak surat bilan aloqani yo'qotgan va uni o'zlarida qayta kashf etishlari .kerak

Tuproq tepaliklari ostiga ko'milgan sof oltin sof oltin bo'lib qoladi va yashiringaniga qaramay, barcha xususiyatlarini saqlab qoladi. Uni ochish uchun tuproqqa chuqur kirib, topilmaguncha qidirish kerak. Xuddi shunday, loyga o'xshash odatlar va tuproq tuyg'ularining ko'plab qatlamlari olijanob, oltin qalbni qoplaydi. Bu "loy" asabiylashish, qo'rquv, nafrat, hasad, pastlik komplekslari va noto'g'ri tushunchalar kabi inson psixologik muammolarining

ildizi va boshqa barcha qoralanadigan fazilatlarining asosidir.

Bu tahqirlovchi loydan xalos bo'lish uchun tanaga va his-tuyg'ularga nisbatan kuchli va bardoshli ruhiy holatni rivojlantirish kerak. Tanaga bog'liqlik turli qo'rquvlarni keltirib chiqaradi. Men ongimda har xil og'riq turlarini .tasavvur qildim va ularning barchasini yengdim

Inson Xudoning sof suratida yaratilganligini anglash uchun qo'rquv va g'azabdan ustun turishi va haddan tashqari sezgirlikni yengishi kerak. Ba'zi odamlarni rozi qilish qiyin, chunki ular yuzaki odatlar va hayotning arzimasi tafsilotlari bilan bog'langan va yuklangan. Ammo kuchli aqlli odam: "Bugun men yumshoq to'shakda, ertaga esa polda uxlashim mumkin; men uchun barchasi baribir", deb aytishi mumkin.

Va hokazo. Bu psixologik betaraflik ongni tarbiyalaydi, uni sizning buyruqlaringizga itoatkor qiladi va sizning .so'rovlaringizni bajarishga qodir qiladi

Do'stlarim, aql juda aldamchi. Lekin nafislik orqali u odob-axloq va yaxshi xulq-atvorni o'rganadi. "Men bunday ovqatsiz yashay olmayman", deganingizda, aql: "Bunday .ovqatsiz yashash imkonsiz!" deb javob beradi

Lekin sizning ruhingiz aqldan ustundir. Agar siz: "Men hech bir inson yoki biron narsaning meni qul qilishiga yo'l qo'ymayman", desangiz, aql javob beradi, agar bayonot qat'iy va taklif kuchli bo'lsa. Siz ham aql, ham tananing xo'jayinisiz; ularning quli bo'lmang va ularning qo'shig'iga .raqsga tushmang

Hissiyotlar kishanlaridan xalos bo'lish - tinchlik va baxtga erishishning yagona yo'li. Qanday sharoitda bo'lmasin, barcha og'riqli sezgirliklardan ustun turishga va !o'zingizni baxtli qilishga intiling, chunki siz buni qila olasiz :Sharq donolik matnlarida shunday deyilgan

Yoga meditatsiyasi orqali erishiladigan to'liq ichki"

"xotirjamlik holati

Bu orqali ruh Oliy O'zlikni peshin paytida quyosh kabi porlayotganini ko'rib quvonadi

Qalbning idroki eng katta quvonchni idrok etadigan va
tatib ko'radigan joy

Yogi yashirin sirni bilishdan xursand
Kimki bu muborak holatga yetsa, o'zini xazinalar
xazinasini topgani bilan tabriklaydi
U vaqtning xiyonatidan va hayotning kutilmagan
hodisalaridan o'zida xavfsiz qoladi
Bu holat, yoga deb nomlanuvchi, qayg'u va og'riqdan
.xalos bo'lish holatidir

Unga jasoratli qalb va sobitqadamlik bilan erishishga
.intilganlar baxtlidir

Va uni topib, barcha tasavvurlardan ustun bo'lgan
baxtidan bahramand bo'lganlarni tabriklaymiz

Bu tavsifga zid
Sizga tinchlik bo'lsin

G'azabni nazorat qilish

Ba'zilar bu mavzu faqat osongina g'azablanadigan yoki
asabiylashadiganlar uchun deb o'ylashlari mumkin. Ammo
bu tuyg'u tashqi ko'rinishdan ancha chuqurroqdir. Inson
tashqi ko'rinishini yoki g'azabning zo'ravon ifodasini nazorat
qila olishi mumkin, ammo baribir yashirin g'azab va
bostirilgan nafratni saqlaydi. Bu g'azab ko'p jihatdan
namoyon bo'ladi: tez jahldorlik, asabiylashish, tez jahldorlik,
sabrsizlik, bezovtalik, norozilik, hasad, kayfiyatning pasayishi
.va baxtsizlik

Darhaqiqat, har bir kishi ma'lum darajada g'azab
muammosidan aziyat chekadi, agar ular xabardorlikning
yuqori bosqichiga, ya'ni ruhiy ekstaz yoki xotirjamlik holatiga
.yetmagan bo'lsalar

G'azab - qanday shaklda bo'lishidan qat'i nazar - istakni
qondira olmaslikdan kelib chiqadi. Ruhning ilohiy manbai
bilan bog'liqligidan kelib chiqadigan ichki quvonch yo'qligida,
inson o'z istaklarini o'zining abadiyligi va ko'pincha

nosog'lom oqibatlari tufayli yoqimsiz bo'lgan shahvoniy
.zavqlar orqali qondirishga harakat qiladi

Bu istaklar ko'pincha umidsizlikni, keyin esa g'azabni
keltirib chiqaradi, bu esa ma'naviy ongning yo'q qilinishiga
olib keladi

G'azabni yengishning eng samarali usuli - uning asosiy
sababini bartaraf etish: istaklar Qancha ko'p istak bo'lsa,
shuncha ko'p umidsizliklar bo'ladi Har bir istakni amalga
oshirishning iloji yo'q, chunki istaklar to'ymas va cheksizdir
Biz istakni bajarishga qanchalik ko'p intilsak, unga
shunchalik bog'lanib qolamiz va bog'lanishimiz qanchalik
kuchli bo'lsa, istaklarimizni qondiradigan va istaklarimizni
qondiradigan narsaga ega bo'lishdan mahrum bo'lishdan
.azob chekishimiz shunchalik kuchli bo'ladi

Masalan, tabiat bizga ochlik tuyg'usini ato etgan,
shuning uchun biz tanamiz qachon ovqatga muhtojligini
bilamiz. Ammo bog'lanish bu tuyg'uni kuchaytiradi va uni
psixologik og'riqqa aylantiradi. Agar ovqatni sevadigan odam
sog'lig'i yoki ma'naviy sabablarga ko'ra uch kun davomida
ovqat yemaslikka majbur bo'lsa, bunday ro'za ma'lum
.darajada g'azab bilan birga bo'lishi mumkin

Boshqa tomondan, ba'zi odamlar ovqat yo'qligidan
bezovtalanmasdan kunlar davomida ovqatdan bosh
tortishlari mumkin, chunki ular tananing istaklariga bog'lanib
.qolmaslikka mashq qilishgan va bunga erishgan

Istaklar g'azabning asosiy sababi ekanligini
tushunganimizdan so'ng, biz bu istaklarga konstruktiv
yondashishning samarali usullarini bilishni xohlaymiz. Bunga
:erishishning bir nechta usullari mavjud

Birinchisi: Istaklarni bajarish

Oddiy, zararsiz istaklar uchun mantiqiy harakat ularni amalga oshirishdir. Biroq, muammo ushbu istaklarni amalga oshirish natijasida yangi istaklar paydo bo'lganda yuzaga .keladi

Sizga tinchlik bo'lsin

Yaxshi kelajak uchun puxta rejalashtirish

Agar siz hayotda muvaffaqiyat qozonish imkoniyatlarini kutib maqsadsiz kezib yursangiz, bu imkoniyatlar, ehtimol, sizni taqillatmaydi va siz muvaffaqiyatga erisha olmaysiz.

Lekin agar siz o'z kelajagingizni o'zingiz yaratadigan va ertangi kuningiz xaritasini o'z qo'llaringiz bilan chizadigan odam bo'lsangiz, unda maqsadingizga erishganingiz uchun xursand bo'ling, chunki siz orzu qilgan maqsadingizga juda .yaqinsiz

Muvaffaqiyatli xaritani yaratish uchun avvalo maqsadingizni aniqlab olishingiz kerak. Muvaffaqiyat siz uchun nimani anglatadi? Muvaffaqiyatdan nimani xohlaysiz?

Agar javobingiz shuhrat, boylik yoki xudbin moddiy istaklarning bajarilishi bo'lsa, unda siz dahshatli umidsizlik va .mutlaq muvaffaqiyatsizlikka duch kelasiz

Eng muvaffaqiyatsiz odamlar - bu nomlari hammaning og'zida bo'lganlar, ular o'zlari xohlagan va egalik qiladigan narsani - moddiy me'yorlarga ko'ra - qalblari xohlagan hamma narsani sotib olish qobiliyatiga ega bo'lganlar, ammo ularda baxt yo'q! Xo'sh, nega o'sha o'lik yo'ldan davom etish ?kerak

Shuhrat va omad haqiqiy muvaffaqiyatning mevasi bo'lishi mumkin, ammo ular muvaffaqiyatning mohiyati emas, yoki eng muhim fazilatlar ham emas. Aslida, ular .muvaffaqiyatga erishish uchun umuman zarur emas

Xo'sh, maqsad nima? Hayotdan nimani izlash kerak?
Inson intilishga va unga intilishga arziydigan bitta maqsad
bor: baxt. Bu esa, izlashga mohir va bu xazinalar qayerda
ekanligini biladiganlar uchun har bir lahzadan hayotning
.yashirin xazinalarini ajratib olishni talab qiladi

Va bilingki, ey baxt izlovchi, agar e'tiboringizni faqat
kuningizga qaratsangiz

Va agar siz kuningizni mehrli so'zlaringiz, foydali
harakatlaringiz va yaxshi fikrlaringiz bilan boyitsangiz

Kuningiz sizning sodiq do'stingiz va oltin imkoniyatingiz
bo'ladi

Pasportingiz va vizangiz muvaffaqiyatga to'la istiqbolli
va yorqin kelajakka kirish yo'lingiz bo'ladi

Shuning uchun, kelajagingizni rejalashtirishdagi keyingi
qadam hayotingizning har bir kunining mazmunini diqqat
bilan kuzatib borish va foydali va ijobiy narsalarni yodda
saqlashdir. Agar buni amalga oshirishda kamchiliklarga duch
.kelsangiz, unda to'xtab, xulosa chiqarishingiz kerak

Muvaffaqiyatga erishish uchun quyidagi muhim
elementlarni hisobga olish kerak, ularsiz muvaffaqiyatga
:erishib bo'lmaydi

Ertalab uyg'onganingizda, darhol yotoqdan sakrab
turmang va kunlik ishlarni boshlamang

Asta-sekin kuchingizni tiklash uchun butun tanangizni
bir necha marta tarang va bo'shashtiring. Kundalik
ishlaringizni boshlashdan oldin, bu sizning hayotingizdagi
eng yaxshi kun bo'lishiga o'zingizga ishonch hosil qilish
uchun vaqt ajrating. Nima bo'lishidan qat'iy nazar, kuningiz
shunday bo'lishiga o'zingizni ishontiring. Ibodat va

meditatsiya bilan boshlash sizning ishonchingizni
.mustahkamlaydi va sizga kerakli kuchni beradi

Hayotingizni soddalashtiring. Undan zavqlanish uchun
inson ixtirolariga tayanmang. Agar o'zingizni vaqtinchalik
zavqlar bilan cheklasangiz, asabiylashasiz, chalkashasiz va
kayfiyatingiz buziladi. Ijtimoiy urf-odatlarga aylanib qolgan
televizor, tungi yig'ilishlar va ziyofatlarga doimiy bog'lanib
.qolishning hojati yo'q

Kimdir bir paytlar — va uning so'zlari qanchalik to'g'ri —
bizni o'ldiradigan narsa bizning ishimiz emas, balki bo'sh
vaqtimizni qanday o'tkazishimizdir, degan edi! Agar
hayotingizni soddalashtirsangiz va o'zingizni jamiyat
zanjirlari bilan bog'lamasangiz, Xudo xohlasa — uzoqroq
yashaysiz va hayotdan ko'proq zavqlanasiz. Kichik
.narsalarda topiladigan quvonchlarni izlang

Qo'lingizdagi vazifani iloji boricha yaxshiroq bajarish
uchun qo'lingizdan kelganini qiling

Agar siz hozirgi ishingizdan norozi bo'lsangiz, xavotir va
tartibsiz ishlash hech narsani o'zgartirmaydi. Qanday
bo'lmasin, vaziyatga ijobiy munosabatda bo'lishga harakat
qiling, shunda ikkita narsadan biri sodir bo'ladi: yoki siz
qimmatli imkoniyatni qo'ldan boy berganingizni anglaysiz,
yoki to'satdan yangi eshik ochilib, sizga ehtiyojlaringizga
ko'proq mos keladigan va orzularingizni qondiradigan ish
.topishga imkon beradi

Hayot - bu berish va olishning uzluksiz jarayoni

Berganingizdan ko'proq narsani olmang va o'zingizni
faqat olmasdan berish bilan cheklamaslik uchun muvozanatli
.bo'ling

Dunyoqarashingizni kengaytiring

Boshqalarning hayoti va faoliyatiga qiziqish bildiring.
O'zingizdan tashqariga — oilangizga, oilangizdan tashqari
do'stlaringizga va do'stlaringizdan tashqari barcha
odamlarga qarang. Ilm-fan sizning butun bir butunning bir
qismi ekanligingizni tasdiqlaydi, shuning uchun o'zingizning
.kattaroq "men"ingizni unutmang

Hayotingizni muvozanatlashtiring

Har bir kun ish, dam olish, bo'sh vaqt, o'qish va
mulohaza yuritishni o'z ichiga olishi kerak. Siz tana, ong va
ruhga ega bo'lgan mavjudotsiz. Sog'liq, hayotiylik va bilimga
erishish uchun ushbu muhim elementlarni muvozanatli va
.uyg'un tarzda tarbiyalang

Tez tabassum qiling

Qovoq solishga sekin

Yordam berish istagi bilan boshqariladi

Kutishga va o'zgarishga tayyor va imkoniyatlardan
xabardor

Kun oxirida hisobni tekshiring

Erishgan yutuqlaringiz bilan o'zingizni tabriklang. Siz bir
kechada o'zgarmaysiz, shuning uchun xatolarga yaxshiroq
.qat'iyat va aniqroq tasavvur bilan duch kelishdan qo'rqmang

Uxlashdan oldin, ishlaringizni Xudoga topshiring, chunki

U sizni yolg'iz qoldirmasligini, balki harakat qilib, Uning
yordami va yo'l-yo'rig'ini so'rasangiz, sizga imkoniyatlar va
.ochiq eshiklarni taqdim etishini biling

Uyquchanlik sizni qamrab olganda va uxlab qolishdan
oldin, Xudoning yordami bilan ertangi kun bugungidan
yaxshiroq bo'lishiga o'zingizni ishontiring

Agar siz puxta rejalashtiruvchi va mohir quruvchi
bo'lsangiz

Agar siz xaritangiz tafsilotlariga rioya qilsangiz

!Muvaffaqiyatsiz bo'lishning iloji yo'q

Ma'naviy e'tiqodlaringizni sinab ko'rishga harakat qilganingizda, yangi dunyo ochiladi. O'zingizni va Xudoni bilish uchun o'zingizni tekshirish juda muhimdir. Siz o'zingizni chuqur dindor his qilishingiz mumkin va ongingiz bunga qanoat qilishi mumkin. Ammo agar sizning borlig'ingiz ibodatlaringiz to'g'ridan-to'g'ri javob olayotganiga amin bo'lmasangiz, hech qanday diniy rasmiyatchilik sizni qutqara olmaydi. Xudoning javobini olish qiyin bo'lishi mumkin bo'lsa-da, bu mumkin. Jannatga haqiqiy kirishingizni ta'minlash uchun siz ibodatlaringizning kuchini his qilishingiz kerak, shunda siz ularni chinakam faollashtira olasiz

Bolaligimda, Xudoga iltijo qilib murojaat qilsam, ibodatlarim ijobat bo'lishiga qaror qilgan edim. Bu qat'iyatlilik - bu yo'l. Har bir sinov sizning qat'iyatingizni susaytiradi va irodangizni falaj qiladi, ammo Xudoning javob berish qudrati cheksizdir. Qat'iyatlilik va iroda kuchidan doimiy foydalanish Xudoning javobini keltirib chiqaradi

Aqlni to'g'ri yo'naltirishni o'rganish juda muhim. Yolg'izlik va shaxsiy mulohaza yuritish uchun yetarli vaqtga ega bo'lish ham muhimdir. Boshqalar bilan doimiy muloqot qilish ma'naviy o'sishga to'sqinlik qiladi. Ko'p odamlar gubkalarga o'xshaydi; ular sizdan hamma narsani o'zlashtiradi va siz kamdan-kam hollarda buning evaziga hech narsa olasiz. Albatta, ma'naviy jihatdan samimiy va kuchli bo'lgan boshqalar bilan birga bo'lish foydalidir. Agar har bir kishi bir-birining kuchi, samimiyligi va irodasidan xabardor bo'lsa, ular o'rtasida olijanob ma'naviy fazilatlar bo'lishi mumkin

Vaqtni arzimasi ishlarga sarflamaslik kerak. Ko'p odamlar o'zlarini behuda ishlar bilan band qilishadi va agar siz ulardan birortasidan nima bilan bandligini so'rasangiz, ular: "Men doim band edim!" deb javob berishadi. Lekin ular bu "ish" haqida deyarli hech narsa eslay olmaydilar! Bundan tashqari, haddan tashqari bo'sh vaqt va o'yin-kulgi psixologik farovonlikni susaytiradi. Agar siz har kuni film tomosha qilsangiz, ular jozibadorligini yo'qotadi va siz zerikasiz. Filmlar bir xil, faqat turli xil qahramonlar bilan: sevishganlar, sarguzashtchilar, qahramonlar, yovuzlar va boshqalar. Biz film hikoyasini tomosha qilishdan zavqlanishimiz mumkin, ammo hayot kamdan-kam hollarda bunday bo'ladi

Hayot nihoyatda aldamchi va biz unga shunday yondashishimiz kerak. Agar biz avval uning aldamchi va illyuziyalarini yengmasak, boshqa hech kimga yordam bera olmaymiz. Diqqatni jamlagan ongning yolg'izligida barcha buyuk yutuqlar fabrikasi yotadi. Buni eslang va bu ajoyib fabrikada har qanday salbiy to'siqni yengib o'tish uchun irodangiz naqshlarini doimiy ravishda to'qing

Irodangizni doimiy ravishda mashq qiling va mustahkamlang. Vaqtingiz yoki kuchingizni behuda sarflamasangiz, ushbu fabrikada kechayu kunduz ishlash uchun ko'plab imkoniyatlaringiz bor

Kechalari men dunyoviy talablardan voz kechaman, o'zim bilan yolg'iz, dunyodan uzoqda, ruhiy chekinishimda irodam bilan yolg'iz qolaman, u yerda fikrlarimni xohlagan yo'nalishga yo'naltiraman va o'zim ichida qarorlar qabul qilaman. Irodamni sog'lom va foydali faoliyat bilan shug'ullanishga undaganimda, bu men uchun muvaffaqiyat yaratadi. Shu tarzda men irodamdan ko'p marta samarali foydalanganman. Ammo bunga irodadan doimiy foydalanilmaguncha erishib bo'lmaydi

Umumiy iroda bilan to'ldirilgan Mening irodam, men" xohlagan narsani amalga oshiradi!" deb aytish va tasdiqlash qanchalik ajoyib tuyg'u bo'ladi. Agar siz xotirjam bo'lib, Xudo tomonidan sizga berilgan o'z irodangizdan foydalanmasdan hamma narsani ilohiy irodaga ishonib topshirsangiz, kerakli natijaga erisha olmaysiz. Ilohiy kuch sizga o'z xohishi bilan yordam berishni xohlaydi. Yolvorish yoki yolvorishning hojati yo'q; aksincha, siz o'z irodangizdan foydalanib, so'rashingiz va talab qilishingiz kerak - qonuniy merosxo'r sifatida - va shunga mos ravishda harakat qilishingiz kerak. Siz Xudo O'zining qudrati va ulug'vor kuchi bilan osmonda uzoq va yashirin ekanligi va siz bu yerning tashvishlari va qiyinchiliklari orasida yolg'iz ekanligingiz haqidagi fikrni ongingizdan chiqarib tashlashingiz kerak. Shuni yodda tutingki, ilohiy iroda sizning insoniy irodangizdan tashqarida, lekin cheksiz okean kabi ulkan kuch sizga ongingiz ochiq va .qalbingiz qabul qilmaguncha yetib bormaydi

Sizga tinchlik bo'lsin

Obsesif fikrlarni yengish

Iblis yoki kosmik aldamchilik bizni doimo o'z tuzoqlariga ilintirib, bizning johilligimiz va soddaligimizdan foydalanib, Xudoning maqsadlariga xalaqit beradi. Xudo O'zining mutlaq kosmik kuchi bilan iblisni osongina mag'lub qilishi mumkin edi, lekin U insoniyatning yovuzlik changalidan qochish uchun aql-idroki, irodasi va vijdonidan foydalanishini afzal ko'radi. Biz o'tkinchi shahvoniy zavqlardan ko'ra ma'naviy baxtni qanchalik ko'p tanlasak, qarama-qarshi kuch uning qorong'u kuchidan shunchalik mahrum bo'ladi. Shuning uchun, Shayton va uning tuzoqlarini yengish uchun Xudo bilan hamkorlik qilish bizning zimmamizda.

Inson dangasa, beparvo yoki ortga surib qo'ysa, ular Shaytonga ularni yaqinlashtirishga yordam beradi. Iso shogirdlaridan: "Va bizni vasvasaga solma, balki yomonlikdan qutqar", deb ibodat qilishni so'ragan. Qur'oni Karimda esa: "Ayting: "Men chekinadigan vasvasachining yomonligidan insoniyat Parvardigoridan panoj so'rayman", deb o'qiymiz. Bu vasvasachi bizning o'zimiz yaratgan narsa emas; aksincha, u moddiy dunyoga tegishli va barcha odamlar unga bo'ysunadi. Lekin Xudo bizga o'zimizni ozod qilishimiz uchun bizga aql, vijdon va iroda bergan.

Gunohkor ishlarni afzal ko'rishimiz o'zimizni qiyinchilik, tartibsizlik va havas qilib bo'lmaydigan muammolarga tashlashni anglatadi. Noto'g'ri fikrlarimiz tufayli yiqilganimizda yoki toyganimizda, shunday ibodat qilishimiz kerak: "Ey Rabbim, bizni bu yerda qoldirma, balki donolik va iroda kuchi bilan bizni ko'tar. Bizni yovuzlik changalidan ozod qilgandan so'ng, agar bizni sinab ko'rmoqchi bo'lsang, avval O'zingni bizga ochib ber, toki biz Sening har qanday vasvasadan ko'ra jozibaliroq va qalb va hislar uchun har qanday vasvasa yoki obsessiyadan ko'ra yoqimliroq ekanligingni anglaylik".

Inson o'zining farovonligiga zararli bo'lgan ba'zi zavqlardan voz kechishni istamasa, u shayton ta'sirida bo'ladi va ertami-kechmi zararli shahvoniy vasvasalarga berilishning dahshatli oqibatlarini boshdan kechiradi. Biroq, agar ular vasvasa yoki vasvasa xavfli va halokatli ekanligiga, chunki u katta baxtni va'da qilsa-da, oxir-oqibat faqat pushaymonlik, pushaymonlik va azobli vijdonni taqdim etayotganiga amin bo'lsalar, unda ular shaytonni yengishlari mumkin.

Shubhasizki, vasvasaning o'ziga xos jozibasi bor. Bizning sezgilarimiz butunlay tashqi dunyoga qaratilgan. Hayotiy energiya oqimi miyadan nervlar orqali ko'zlarga, quloqlarga, burunga, tilga va teriga oqib o'tadi. Bu organlar orqali boshdan kechiradigan his-tuyg'ularimiz shu chiqarish oqimining natijasidir va shuning uchun biz bu his-tuyg'udan zavqlanamiz. Sezgilar shunday ishlaydi. Biroq, ularga haddan tashqari berilib ketishning o'ziga xos xavflari va xavflari bor. Agar inson tushunish va bilimga mustahkam asoslanmagan bo'lsa, bu chiqarish energiyasi (sezgi organlariga oqib o'tadigan) ularni sezgilar quliga aylantiradi.

Beshta sezgi besh nurli projektorga o'xshaydi. Bu yorug'lik orqali biz moddiy dunyoni idrok etamiz va boshdan kechiramiz. Ko'z, quloq, hid, ta'm va teginish yoqimli narsalardan zavqlanishga odatlanamiz. Biror narsani boshdan kechirish istagi odatda singib ketgan odatga aylanadi. Muammo shundaki, ko'pchilik odamlar hech qachon materiya ortida yashiringan ilohiy ruhni boshdan kechirmaganlar va shuning uchun ular yoqimli va hayajonli hissiy idroklarni yashirin ruhning ta'riflab bo'lmaydigan baxti bilan taqqoslash uchun standartga ega emaslar. Agar odam aqliy jihatdan hissiy stimullardan ularni jalb qila olmaydigan yoki ta'sir qila olmaydigan darajada o'tmasa, bunday taqqoslashning iloji yo'q. Bu tuzoqdan qochishning yagona yo'li - intellektual yoki shaxsiy tajriba orqali yuqori quvonch va zavqlar haqiqatan ham mavjudligini anglash.

Zararli noto'g'ri ishlardan tiyilishga oid buyruqlar va tavsiyalar odatda befoyda, chunki siz kimdirdan biror narsani qilmaslikni so'rashingiz bilan, ular darhol buni qilishni xohlashadi.

Taqiqlangan meva dastlab mazali va shirin, ammo oxirida uning ta'mi achchiq bo'ladi. Shunga qaramay, odamlar boshdan kechirayotgan barcha azob-uqubatlarga qaramay, ular na o'rganadilar, na tavba qiladilar, balki jismoniy va ma'naviy zarar qanchalik katta bo'lishidan qat'i nazar, o'sha ishlarni qilishda davom etadilar.

Sensor tajribalarga bo'lgan afzallik mustahkam o'rnashganda, odat miyani egallab oladi va zolim despotga aylanadi, egasiga ehtirolarni qo'zg'atishni va hech qachon qondirilmaydigan yoki so'nmaydigan istaklarni qondirishni buyuradi, garchi bu insonning manfaatlariga zid bo'lsa va uning tamoyillariga zid bo'lsa ham.

Inson biror harakatni takrorlashni xohlamasligi mumkin, ammo o'zini majburan bajarishga majbur his qilishi mumkin. O'zingizni haddan tashqari charchagan holatga — zararli, buzg'unchi odatlar qurboniga va buzuvchi xayollar va yovuz obsessiyalar qurboniga aylanishga yo'l qo'ymaslikka harakat qiling. Siz o'zingiz va taqdiringizning xo'jayini bo'lishingiz kerak. Hech kimga yoki hech narsaga sizni boshqarishga yo'l qo'ymang. Muayyan tuyg'uni boshdan kechirish istagi odatiy odatga aylanganda, bu amaliyotni to'xtatish kerak.

Men limonadga o'xshash ichimlikni juda yaxshi ko'rardim. Ba'zi talabalar qayerga borsam ham menga tetiklantiruvchi ichimlik berishardi, shuning uchun uni doim qo'limda ushlab turardim. Lekin bir kuni o'sha ichimlikning zaxirasi tugaganini ko'rdim va uni o'tkazib yubordim, lekin: "Voy, tetiklantiruvchi ichimlik, siz chegarangizdan oshib ketdingiz, janob, endi yo'llarimiz ajralish vaqti keldi, xayr!" dedim.

Ertasi kuni men ataylab o'sha ichimlikdan bir dozasini sinab ko'rdim va uning ta'mi juda yomon ekanligini aniqladim. Buning sababi shundaki, oldingi kundagi fikrlarim shunchalik kuchli ediki, unga bo'lgan ishtiyoq darhol yo'q bo'lib ketdi.

Mendan tortib olingan hech narsani yo'qotmayman va hech narsadan ixtiyoriy ravishda voz kechmayman. Hech qanday jismoniy tasalli meni bog'lay olmaydi. Biz hayotning barcha tajribalarini bog'liqlik yoki qaramliksiz boshqarishimiz kerak. Darhaqiqat, o'zini tuta biladigan shaxs moddiy dunyoda intizomli hislar bilan, har qanday ehtiros shakllaridan xoli holda harakatlanadi va ichki xotirjamlikka erishadi.

Vosita va qulayliklarga ega bo'lish yaxshi, lekin inson keraksiz hashamatga ega bo'lish zaruratini qanchalik ko'p his qilsa, o'zini shunchalik qullik holatiga qamab qo'yadi. Ularning irodasi va aql-idroki shahvoniy bog'liqliklar zanjiriga asir bo'lganda, ular ma'naviy ongini yo'qotadilar va yuqori darajadagi ong bilan bog'lana olmaydilar. Payg'ambarlar va solih avliyolar oddiy hayot kechirishgan, ammo ular o'z hayot tarzlaridan baxtli va mamnun edilar. Ular baxtli yashadilar va osmonda Xudo bilan shunday qoladilar. Jaholat bo'yinturug'i ostida, istaklar bosimiga duchor bo'lganlarga kelsak, ular yer yuzidagi vasvasalar va chalg'ituvchi narsalarga qarshi turmaguncha, hayotdan keyingi hayotda shu holatda qoladilar.

(Shunday qilib, hech narsa bizning haqiqiy baxtimizga zarar yetkaza olmaydi. G'azab, ochko'zlik, ochko'zlik, hasad, haddan tashqari jinsiy qo'zg'alish, alkogol va giyohvand moddalar kabi halokatli his-tuyg'ular inson salomatligi va ongi uchun zararli,

chunki ular insonning ma'naviy quvonchni boshdan kechirishiga to'sqinlik qiladi. Agar baxtli bo'lishni istasangiz, his-tuyg'ularingizni haddan tashqari lazzatlanish orqali noto'g'ri ishlatmaslik kerak. Nosog'lom hissiy tajribalar)

O'zingizni donolik qal'asida himoya qiling, chunki bu eng katta boshpanadir. Haqiqiy tushuncha sizni yengilmas qiladi, shunda sizga hech narsa zarar yetkaza olmaydi. Ammo donolikka erishmasangiz, birinchi vazifangiz obsesif fikrlar paydo bo'lganda harakatni yoki majburlovchi istakni to'xtatishdir. Shundagina odam bu haqda oqilona va puxta o'ylashi mumkin. Agar odam avval o'ylashga harakat qilsa, u majbur bo'ladi va irodasi o'z xohishiga qarshi bo'ysunadi, chunki obsesif fikrlar ongni egallab oladi va idrokni ko'r qiladi.

Bunday vaziyatlarda odam: "Men buni sharmandalikdan ko'ra o'lim bilan qilmayman", deyishi va vaziyatni yoki joyni ikkilanmasdan tark etishi kerak. Bu jirkanch shaytonning tuzoqlaridan qochishning eng ishonchli va eng samarali usuli. Shaytoniy vasvasalar hujumi paytida javob bermaslik kuchini qanchalik ko'p rivojlantirsa, baxt shunchalik katta bo'ladi, chunki haqiqiy quvonch vijdon bizga buyurgan va yaqinlashish yoki majburiyatni bajarishdan man etgan narsani qilish qobiliyatida yotadi.

Do'stim, atrof-muhitingiz yoki shahvoniy istaklaringiz irodangizni buzishiga yoki sizni boshqarishiga yo'l qo'ymang. Bilingki, fazilat va ma'naviy hayot shahvatga berilishdan cheksiz ulug'vorroqdir. Vasvasa zanjirlari odamlarning qo'l va oyoqlarini bog'laydi; ular sizni bog'lashiga yo'l

qo'ymang. Agar siz Xudodan Uning sevgisini bir marta bo'lsa ham tatib ko'rishini so'rab ibodat qilsangiz va bu oliy ilohiy sevgini boshdan kechirsangiz, boshqa hech narsani xohlamaysiz va past istaklar ongingiz va qalbingizni egallamaydi.

Xudo koinotdagi eng buyuk joziba va eng buyuk xazina ekanligiga amin bo'lganingizda, boshqa hech narsa sizni vasvasaga sola olmaydi yoki sizning farqlash kuchingizni yengib chiqa olmaydi.

Xudoni bilish eng oliy orzu va eng aziz iltijodir, chunki bu cheksiz abadiy baxtdir! Biz Xudoni xohlashimiz kerak, chunki U barcha og'riq va kasalliklarimiz uchun shifobaxsh balzam va samarali doridir va U bizning barcha ehtiyojlarimizga haqiqiy javobdir.

Qalbimiz intiladigan, kuydiradigan va yig'laydigan barcha narsalarni — sevgi, obro', donolik, boylik va boshqa barcha narsalarni — biz baxt va boylik dengizi bilan mukammal ma'naviy uyg'unlik orqali topamiz.

O'lim insonning mavqe va shuhrat haqidagi xabardorligining oxiri bo'ladi, hatto u bu dunyodagi eng taniqli va ta'sirli shaxs bo'lsa ham va ular endi odamlar ularga sig'inayotganini bilishmaydi. Ammo payg'ambarlar va buyuk shaxslar, hatto bu dunyoni tark etganlaridan keyin ham, izdoshlarining ularga bo'lgan sevgisini chuqur bilishadi, chunki ularning ongi mavjudotning har bir atomida, ko'rinadigan va ko'rinmas holda yashaydigan hamma narsani biluvchi Xudoning ongi bilan birlashgan.

Xo'sh, nega bu dunyodan ketishi bilan yo'qotadigan narsangizni qo'lga kiritish uchun mehnat qilish va intilish kerak?

Pul, shon-sharaf, obro', maqom, istaklarni qondirish va moddiy farovonlik - bularning barchasi vaqtinchalik va cheklangan narsalar bo'lib, ular muqaddas uyg'unlikning haqiqiy quvonchini Xudoning ruhi va nuri bilan almashtira olmaydi.

Vasvasa faqat odamlar uni yaxshiroq narsa bilan solishtirish qobiliyatiga ega emasligi sababli kuchli.

Vasvasa shamollari esganda, sizning tushunchangiz vaqtincha istaklar va odatlarga asir bo'lib qoladi. Ammo ozodlikka olib boradigan eng yuqori yo'l - bu Xudoning cheksiz va cheksiz quvonchiga cho'mishdir va shu tariqa siz vasvasaning dahshatli oqibatlari bilan ko'rinmas magnit changalidan osongina qochib qutulasiz, ma'naviy zavqlar dunyoviy zavqlardan ko'ra ulug'vorroq va qalb tabiatiga ko'proq mos kelishini anglaysiz.

Agar bu hayotda chinakam quvonchni topsangiz, unga hozir ham, oxiratda ham ega bo'lasiz. Tanlov sizniki, izlovchi: Xudoning abadiy saodati, unga hozir o'zingizdan ba'zi dunyoviy zavqlardan voz kechish orqali erishishingiz mumkinmi yoki vaqtinchalik dunyoviy baxtmi? Ongoingiz oliy haqiqatlarga ochilganda va qalbingiz yorug'lik nuriga ochilganda, siz ikkalasi o'rtasidagi farqni bilib olasiz va eng yaxshisini tanlaysiz.

Balandlikka erishish va ma'naviy cho'qqilarga ko'tarilish uchun qilgan har bir harakatingiz Xudo tomonidan seziladi va U sizni eng yaxshi mukofot bilan taqdirlaydi.

Do'stim, o'zingni gunohkor deb o'ylama. Sen Xudoning sof qiyofasisan. Agar sen eng katta gunohkor bo'lsang ham, bu muhim emas, agar

noto'g'ri yo'lingni o'zgartirib, unga boshqa qaytmasang, tavba qilsang. Agar sen fazilat yo'lidan borishga qaror qilgan bo'lsang, unda sen gunohkorlar qatorida emassan.

Hatto o'zining egri yo'llaridan voz kechib, faqat Xudoga chinakam sadoqat bilan ibodat qilgan gunohkor ham solihlar qatoriga kirishi mumkin. Ma'naviy qat'iyati orqali u fazilatli bo'ladi, donolik va bilimda o'sadi, cheksiz muqaddas tinchlikka erishadi va Xudoning himoyasi, xavfsizligi va xavfsizligidan bahramand bo'ladi.

Yangi sahifani oching va o'zingizga doim yaxshi bo'lganingizni va faqat adashganingizni orzu qilganingizni eslatib qo'ying. Xudoning qalbi keng va Uning eshigi har doim hayotini yaxshi tomonga o'zgartirishni istagan sodiqlar uchun ochiq. Yomonlik - bu dahshatli kabus yoki qalbning sof tabiati bilan hech qanday aloqasi bo'lmagan qo'rqinchli tush.

Vasvasa shirin zahar yoki zaharlangan asalga o'xshaydi, ta'mi juda yoqimli, lekin u qonda oqadi va tana a'zolarini yo'q qiladi, shuning uchun undan uzoqroq turish yaxshiroqdir.

Odamlar bu dunyoda izlayotgan va izlayotgan baxt xayoliy va o'tkinchidir. Ilohiy quvonch abadiy va abadiydir. Doimiy bo'ladigan narsaga intiling va bu dunyoning abadiy bo'lmagan o'tkinchi zavqlari va zavqlarini rad etishda qat'iyatli bo'ling. Sizda shunday nuqtai nazar bo'lishi kerak. Dunyo sizni yo'ldan ozdirishiga yoki tayoqchasi bilan haydashiga yo'l qo'ymang va hech qachon Xudo yagona haqiqat ekanligini unutmang. Haqiqiy baxt faqat ilohiy borlikni his qilish va Uning cheksiz quvonchini boshdan kechirishda topilishi mumkin.

Inson jaholat orzulariga g'arq bo'lib, kasallik, qayg'u va qashshoqlik azoblarini boshdan kechirayotganini tasavvur qiladi. Bir kuni Xudoning buyuk odamlaridan biri ibodat qilayotganida, to'satdan shunday deb baqirdi: "Men bu jismoniy tuzilishda yolg'iz o'zim yashayman deb o'ylagandim, lekin endi unda namoyon bo'lgan abadiy mavjudotni ko'rmoqdaman. Bu kichik ego, go'sht va suyakdan boshqa narsa emas, men emasman. Cheksiz Mutlaq mening tanamda yashaydigan narsadir. Bu mening to'liq o'zim va men unga eng yuqori sadoqatimni bag'ishlayman".

Bu bilim bir kun kelib har bir samimiy izlovchiga keladi va ular endi o'zlarini o'lik mavjudotlar, erkak yoki ayol deb o'ylamaydilar. Aksincha, ular o'zlarini ilohiylik suratida yaratilgan ruhlar ekanligini bilishadi. Xudoning shohligi insoniyat ichida va oliy ruh ularning borlig'ida yashaydi.

Ruh tanaga istaklar, vasvasalar, muammolar, tashvishlar va qo'rquvlar zanjiri bilan bog'langan va u o'zini ozod qilishga intiladi. Agar u uni tana ongiga bog'laydigan zanjirni tortishda davom etsa, ilohiy qo'l bir kun aralashib, bu zanjirni uzib tashlaydi va ruh ozod bo'ladi.

Ma'naviy xotirjamlikni istaganlar Xudoni tushunish va chuqur mulohaza qilish orqali o'zlarini vasvasa va qayg'udan himoya qilishlari kerak. Xudodan bexabar, Uni koinot va undagi barcha narsalarning Yaratuvchisi sifatida tan olmaganlar Uning huzurini his qilmaydilar va Uning nurini ko'rmaydilar.

Meditatsiya - bu o'zimizga cheklangan jismoniy tana emas, balki mutlaq, erkin ilohiy ruh ekanligimizni

qayta-qayta eslatishdir. Meditatsiya - bu insonning asl o'zini ongli ravishda eslashi va soxta kimligini unutishdir. Agar mast shahzoda pasttekislik mahallasiga borib, xotirasini va asl kimligini vaqtincha yo'qotishi tufayli o'z ahvoli uchun nola qilib, afsuslana boshlasa va: "Oh, men qanchalik kambag'alman va menga qanchalik yordam kerak!", desa, uning hamrohlari unga kulib: "Hushyor bo'ling va o'zingiz shahzoda ekanligingizni unutmang, janobi oliylari!", deyishardi.

Xuddi shunday, inson xayol va chalg'itish holatidadir. U o'zini ojiz odam deb biladi, kurashadi va mehnat qiladi, har tomonga tashvishlar to'lqinlari bilan uloqtiriladi. Uning uyg'onishi va o'zini ruh ekanligini, bu dunyoning o'zgarishlari va ta'siriga bo'ysunmasligini, ular qanchalik shafqatsiz va dahshatli ko'rinmasin, to'liq ishonch bilan tasdiqlashi vaqti keldi. U o'zini muborak ilohiy ruhning tirik uchquni ekanligini va uning mohiyati sof va to'lib toshgan baxt ekanligini anglashi kerak. Agar u bu fikrlarni kechayu kunduz qayta-qayta takrorlasa, nihoyat o'zining asl mohiyatini: o'lmas ruhni anglaydi.

Vasvasa, ochko'zlik, odamlar va mol-mulkka bog'lanish, his-tuyg'ularga qullik, ma'naviy tabiatdan bexabarlik, bekorchilik va bir xildagi, mexanik hayot - bularning barchasi baxtning eng ashaddiy dushmanlari qatoriga kiradi.

O'z vazifalaringizni tafakkur maydonlarida gullab-yashnayotgan va o'sib borayotgan muqaddas ongga mustahkam ildiz otgan ong bilan bajaring, shunda siz chinakam baxtli bo'lasiz, xayolda emas va munosib hayotdan zavqlanasiz.

Meditatsiya qilishni boshlaganimda, bunday katta quvonchni boshdan kechirishim xayolimga ham kelmagan edi. Ammo kunlar o'tishi bilan meditatsiya dengizlariga chuqurroq kirib borgan sari xotirjamligim va baxtim ortib bordi.

Agar inson o'zi yashayotgan hayotdan charchagan bo'lsa-yu, uni ko'proq narsalar va yangi hissiy tajribalarga bo'lgan istak bilan to'ldirishda davom etsa, u adashgan va egri yo'lda va yo'nalishini o'zgartirishi kerak. Obsesif fikrlar ta'siridan qochishning eng ishonchli yo'li - bu Xudo bilan uyg'unlikda, cheklovlar va asoratlardan xoli bo'lgan sodda, tabiiy hayot kechirishdir.

Nima uchun odamlar g'ayritabiiy hayot kechirishadi?

Nega u dunyo allaqachon bera olmaydigan baxtni shunchalik umidsiz va qayg'uli holda izlaydi?

Hayot, do'stlarim, juda qadrli

Men har kuni Xudoga ibodat qilaman: "Agar siz mening barcha narsalarimni tortib olmoqchi bo'lsangiz, unda bu sizning xohishingiz bo'lsin va men sizning hukmingiz va donoligingizga e'tiroz bildirmayman, chunki men siz men uchun eng yaxshisini xohlayotganingizni bilaman, men boshqalarni rozi qilishga harakat qilaman, lekin sizning roziligingiz, ey Rabbim, birinchi o'rinda turadi va bu mening bu hayotdagi asosiy maqsadimdir".

Shunday ibodat qilganingizda, siz ko'plab sinovlar va istaklarga duch kelishingiz mumkin, ammo agar siz jirkanch ehtirosalar va noto'g'ri istaklarga qarshi turishda davom etsangiz, Xudo sizga yaqinlashadi va

sizga O'z ne'matlarini ato etadi. Siz Uning huzuri hayotingizdagi barcha salbiy narsalarni supurib tashlaydigan va qalbingizni butunlay poklaydigan shiddatli oqimga o'xshashligini ko'rasiz.

O'zini past istaklardan tiygan kishi shahvoniy istaklar qisqa vaqtga kamayib, faqat sog'inish va intilish qolib ketishini ko'radi. Ammo Xudoning nurini ko'rib, Uning huzurini his qilgan kishi qalb tabiatiga zid bo'lgan har qanday istakdan xalos bo'ladi.

Keling, zulmatni Xudoning nuri bilan yo'q qilaylik

Yomon fikrlarni yaxshi fikrlar bilan yengaylik

Keling, meditatsiya orqali oliy ilohiy jozibani topish vasvasasini yengib o'taylik

Bu obsesif-kompulsiv buzuvchilikka qarshi eng yaxshi va eng samarali quroldir

Qachonki irodangiz yovuz hukmronlik va nopok ta'sir qurboni bo'layotganini his qilsangiz, barcha yomon fikrlarni haydab chiqaradigan va qalbni quvonch, donolik, xotirjamlik va ishonch bilan to'ldiradigan Uning muborak huzurini his qilmaguningizcha, Xudoga umid bog'lang va Uning yordamini so'rang.

Sizga tinchlik bo'lsin

Sayyoralarining ta'sirini yengish

Bir kuni o'qituvchim menga shunday dedi:

"Nega, Mukunda (Paramhansa), sayyoraviy bilaguzuk taqmayasiz?"

Men: "Bu menga kerakmi, o'qituvchi? Men astrologiyaga ishonmayman", dedim.

U shunday javob berdi: "Muammo iymonda emas, balki inson egallashi kerak bo'lgan to'g'ri ilmiy pozitsiya bu mavzu haqiqatmi yoki yo'qmi. Tortishish qonuni Nyutondan oldin ham, undan keyin ham bir xil samarali ishlagan. Agar koinot qonunlarining ishlashi inson roziligiga bog'liq bo'lganida, betartiblik va tartibsizlik hukmronlik qilgan bo'lar edi".

"Sharlatanlar qadimgi astrologiya fanini hozirgi sharmandali holatga keltirdilar. Astrologiya matematik va falsafiy jihatdan ulkan va boy fan bo'lib, uni faqat bilimga chuqur ega bo'lgan va ilm-fanga sodiq bo'lganlar to'g'ri tushunishlari mumkin. Agar johil odamlar osmonni o'qish va talqin qilishda xato qilsalar va tushunarli so'zlar o'rniga (chizma-chizma) ko'rsalar, bu nomukammal va nuqsonli dunyoda buni kutish kerak va o'zlarini "dono" deb hisoblaydiganlarga donolikni sarflamaslik kerak."

**O'qituvchim davom etib, shunday dedi:
"Koinotning barcha qismlari bir-biri bilan chambarchas bog'liq va bir-biri bilan o'zaro ta'sirda. Koinotning muntazam va muvozanatli ritmi almashinuv yoki berish va olish asosida qurilgan. Inson o'zining insoniy qiyofasida ikki xil kuchga qarshi turishi kerak: birinchisi, yer, suv, olov, havo va efir elementlarining aralashishi natijasida yuzaga keladigan ichki tartibsizliklar, ikkinchisi esa tabiiy parchalanishning tashqi kuchlari. Inson o'zining o'lik hayoti bilan ziddiyatda ekan, u yerda va osmonda sodir bo'ladigan minglab o'zgarishlardan ta'sirlanadi".**

Astrologiya insonning sayyoraviy ta'sirlarga munosabatini o'rganadi. Yulduzlar ongli ravishda

xayrixohlik yoki yomon niyatga ega emas, balki ijobiy va salbiy nurlanishlarni chiqaradi. Bu nurlanishlarning o'zi insoniyatga na foyda keltiradi, na zarar yetkazadi, lekin ular o'tmishda insoniyat yaratgan sabablar va oqibatlarni muvozanatlashning tashqi jarayoni uchun qonuniy vositadir.

"Bola ma'lum bir kun va soatda, samoviy nurlar uning karmasi yoki shaxsiy o'tmishi bilan matematik mos keladigan vaqtda tug'iladi. Uning burjlar jadvali uning o'zgarmas o'tmishi va kelajakdagi mumkin bo'lgan natijalarini bashorat qiluvchi aniq rasmdir. Ammo bu tug'ilish jadvalini faqat o'sib borayotgan aql-idrokka ega bo'lganlar o'qishi yoki talqin qilishi mumkin va bunday holatlar kam uchraydi."

"Tug'ilish paytida ufqlar bo'ylab aniq uzatiladigan xabar taqdirni - o'tmishdagi yaxshi yoki yomon ishlarning natijasini tan olish uchun emas, balki insonning kosmik qullikdan qutulish irodasini rag'batlantirish va uyg'otish uchun mo'ljallangan. Inson bog'lagan hamma narsani yechish mumkin va faqat u endi uning hayotini boshqaradigan sharoitlarni, ularning tabiati qanday bo'lishidan qat'i nazar, yaratish uchun javobgardir. Va u bu sabablar va sharoitlarni yaratganligi sababli, u sayyoraviy bosimga duchor bo'lmagan ma'naviy resurslari tufayli barcha cheklovlarni yengib o'tish qobiliyatiga ega."

"Astrologiyadan xurofot qo'rquvi odamni itoatkorlik va kamtarlik bilan avtomatik yo'l-yo'riqlarga tayanadigan avtomatga aylantiradi. Dono odam sayyoralarni zabt etadi, ya'ni u o'zining sadoqatini yaratilishdan Yaratguvchiga o'tkazish orqali o'tmishidan qochadi. U ilohiy ruh bilan birligini qanchalik ko'p anglasa, materiyaga shunchalik kam

qul bo'ladi. Inson ruhi abadiy ozoddir, u tug'ilmagani uchun o'lmaydi va uning taqdirini sayyoralar va yulduzlarga bog'lab bo'lmaydi yoki ularning ta'siriga duchor qilib bo'lmaydi."

"Inson - bu tanaga ega bo'lgan ruhdir. U o'zining mohiyatini chinakam anglaganida, barcha majburllovchi va zolim modellar va naqshlarni ortda qoldiradi. Ammo agar u chalkashib qolsa va ma'naviy xotirasidan mahrum bo'lsa, u atrof-muhit va tabiat qonunlarining yashirin cheklovlariga duchor bo'ladi."

"Xudo uyg'unlik va hamjihatlikdir, va Unga mos keladigan ibodat qiluvchi noto'g'ri ish qilmaydi, balki uning barcha faoliyati osmon qonunlariga muvofiq to'g'ri va tabiiy tarzda amalga oshiriladi va chuqur ibodat va mulohazadan so'ng u ilohiy ruh bilan aloqasini his qiladi. Bu ichki himoyadan buyukroq kuch yo'q".

Men hurmatli Seri Yuktsuarning tushuntirishlarini tushunishga harakat qildim va uzoq sukutdan so'ng: "Unda nega men, aziz janobim, bu bilaguzukni taqishimni xohlaysiz?" dedim.

O'qituvchi javob berdi: "Sayohatchi faqat manziliga yetganida yo'nalishlar va xaritalardan voz kechishga haqli. Lekin sayohat davomida u har bir qulay yo'ldan foydalanishga harakat qiladi. Qadimgi donishmandlar insonning illyuziya va aldamchilik dunyosida begonalashish vaqtini qisqartirish uchun ko'plab usullar va vositalarni o'ylab topishgan. Karma qonunida donolik barmoqlari bilan mohirona sozlanishi mumkin bo'lgan ba'zi avtomatik xususiyatlar mavjud".

"Barcha insoniy kasalliklar umuminsoniy qonunni buzishdan kelib chiqadi. Muqaddas Yozuvlar insonga Xudoning qudratiga to'liq ishonchni saqlab, tabiat qonunlariga rioya qilishni maslahat beradi. Uning vazifasi: "Ey Rabbim, men Senga ishonaman va Sen menga yordam bera olishingni bilaman, lekin men xatolarimning oqibatlarini bartaraf etish uchun qo'limdan kelgan barcha ishni qilaman", deyishdir. Turli xil vositalar - ibodat, iroda, yoga meditatsiyasi, donishmandlar va avliyolar bilan maslahatlashish va astrolojik bilaguzuklardan foydalanish orqali o'tmishdagi zararli ta'sirlarni yumshatish yoki butunlay zararsizlantirish mumkin."

"Xuddi uy chaqmoq zarbalarini yutish uchun mis tayoq bilan jihozlanganidek, inson tanasi ham turli xil himoya choralaridan foyda ko'rishi mumkin. Shaffof elektr va magnit nurlanishlar koinot bo'ylab doimiy ravishda harakatlanib, inson tanasiga yaxshi yoki yomon ta'sir qiladi. Qadim zamonlardan beri donishmandlarimiz nozik kosmik ta'sirlarning salbiy ta'siriga qanday qarshi turish haqida o'ylashgan. Ular sof metallar sayyoralarning salbiy jozibasini yo'q qiladigan sayyoraviy nurlarni chiqarishini aniqladilar. Shuningdek, ba'zi o'simlik birikmalari foydali ekanligi ko'rsatilgan. Eng samarali elementlar sof, benuqson qimmatbaho toshlar bo'lib, ularning og'irligi kamida ikki karat. Astrologiyaning amaliy himoya vositalari Hindistondan tashqaridagi tadqiqotchilar tomonidan kamdan-kam hollarda e'tiborga olingan. Bitta oddiy, aniq haqiqat shundaki, mos qimmatbaho toshlar, metallar yoki o'simlik preparatlari, agar ular to'g'ri og'irlikda bo'lmasa, agar bu shifobaxsh vositalar teriga yaqin aloqada qo'llanilsa, befoyda."

Men: "Janob, men sizning maslahatingizga quloq solib, bilaguzuk olaman, lekin samoviy jismlarni yengib o'tish haqidagi fikrning o'zi meni hayratda qoldiradi!" dedim.

Keyin Shri Yuktisvar aniq ko'rsatmalarni qo'shib, shunday dedi:

"Umumiy maqsadlar uchun men oltin, kumush va misdan yasalgan bilaguzukni tavsiya qilaman, lekin sizning aniq holatingizda men sizdan kumush va qo'rg'oshindan yasalgan bilaguzuk olishingizni istayman."

Men: "Janob, aniq nimani maqsad qilyapsiz?" dedim.

O'qituvchi javob berdi: "Sayyoralar sizga nisbatan nodo'stona munosabatda bo'lishga tayyorlanmoqda, Mukanda. Lekin qo'rqma, chunki ilohiy inoyat seni himoya qiladi. Bir oy ichida siz jiddiy jigar kasalliklaridan aziyat chekasiz. Bu kasallik olti oy davom etishi kerak, ammo sayyoraviy bilaguzukdan foydalanish orqali siz bu vaqtni atigi yigirma to'rt kungacha qisqartirasiz."

Ertasi kuni zargarni qidirib topdim va tezda bilaguzukni oldim, uni taqib oldim. Sog'lig'im shunchalik yaxshi ediki, Serampurni tark etib, Varanasi shahriga tashrif buyurgan ustozimning bashoratini unutib qo'ydim. Suhbatimizdan o'ttiz kun o'tgach, jigarimda to'satdan og'riq paydo bo'ldi. Keyingi haftalar chidab bo'lmas og'riqlarga to'la dahshatli tushlar bo'ldi. Ustozimni bezovta qilishni istamay, sinovlarimga yolg'iz, sabr va jasorat bilan bardosh bera olaman deb o'yladim. Ammo yigirma uch kunlik azobdan so'ng, qat'iyatim zaiflashdi va

poyezdda Varanasi shahriga yo'l oldim, u yerda Shri Yuktisvar meni g'ayrioddiy ilqlik bilan kutib oldi. Biroq, u menga ahvolim yomonlashayotgani haqida shaxsiy gapirishga imkon bermadi. O'sha kuni ko'plab dindorlar uning duosini olish uchun uning oldiga kelishgan edi. Kasal bo'lganim uchun burchakka chekindim. Mehmonlar kechki ovqatdan keyin ketishmadi, o'qituvchim meni uyining sakkiz qirrali ayvoniga chaqirganida. U menga uzoqqa qarab, oldinga va orqaga yurib, ba'zan oy nurini to'sib, murojaat qildi:

"Menimcha, siz jigar kasalligingiz tufayli kelgansiz. Siz yigirma to'rt kundan beri og'riqdan azob chekyapsiz, shunday emasmi?"

Men javob berdim: "Ha, janob"

U: "Iltimos, men sizga o'rgatgan qorin mashqlarini bajaring", dedi.

Men javob berdim: "Agar siz, janob, mening azob-uqubatlarimning darajasini bilsangiz, mendan mashq qilishni so'ramagan bo'lardingiz". Shunga qaramay, men uning buyrug'iga bo'ysunish uchun kichik bir urinish qildim. O'qituvchi menga savol nazari bilan qaradi.

"Siz og'riq his qilayotganingizni aytasiz, men esa og'riq yo'qligini aytaman. Bu qarama-qarshilik qanday mavjud bo'lishi mumkin?"

Boshim aylanib ketdi, keyin baxt hissi meni qamrab oldi va endi meni uzoq haftalar davomida uyqu ne'matidan mahrum qilgan doimiy azobni his qilmadim. "Shri Yuktsur" so'zlari tilga olinishi bilan

og'riq butunlay yo'qoldi, go'yo u hech qachon bo'lmagandek.

Men minnatdorchilik bilan uning oyoqlariga egilishni boshladim, lekin u meni to'xtatib dedi:

"Buni unut. Tur va Gang daryosi ustidagi oyning go'zalligidan bahramand bo'l." Men uning yonida jimgina turganimda o'qituvchining ko'zlari quvonchdan porladi. Uning xatti-harakatlaridan u meni shifolagan Xudo ekanligini, u emasligini his qilishimni xohlayotganini angladim.

Va bugungi kungacha men o'sha kunning xotirasi sifatida o'sha og'ir kumush qo'rg'oshinli bilaguzukni taqib yuraman, bu men chinakamiga g'ayrioddiy va o'ziga xos inson bilan yashayotganimni anglaganimdagi qadrli xotira. Keyinchalik, men do'stlarimni Shri Yuktisvarga davolanish uchun olib kelardim va u har doim zargarlik buyumlari yoki bilaguzuklardan foydalanishni tavsiya qilar, ulardan sayyoraviy donolik amaliyoti sifatida foydalanishni maqtardi.

Bolaligimdan astrologiyaga ikki sababga ko'ra nafrat bilan qarardim: birinchidan, astrologiyaga berilib ketgan ko'pchilikni itoatkorlik va bo'ysunish bilan ko'rish, ikkinchidan, oilaviy munajjimning bashorati: "Siz uch marta uylanasz va ikki marta beva qolasiz". Men bu haqda uzoq vaqt o'ylardim va o'zimni uch marta nikoh qurbongohidagi qurbonlik qo'zisi kabi his qilardim. Bir kuni akam Ananta menga shunday dedi:

"Taqdiringizga tan berish sizning manfaatlaringizga mos keladi, chunki munajjimler bashorati sizning dastlabki yillaringizda uyingizdan

Himolay tog'lariga qochib ketishingizni va qaytishga majbur bo'lishingizni ko'rsatgan. Xuddi shunday, nikohlaringiz haqidagi bashorat ham albatta amalga oshadi."

Bir kuni kechasi, bashoratning mutlaqo yolg'onligini sezib, u minora xaritasini yoqib yubordi va uning kulini konvertga solib, ustiga shunday deb yozdi: "O'tmishdagi karma urug'lari muqaddas donolik olovida kuydirilganda unib chiqa olmaydi". Keyin u konvertni ko'zga ko'ringan joyga qo'ydi. Ananta bu ochiq chaqiruvni o'qib, istehzo bilan kulib dedi:

"Siz bu qog'ozni yoqib yuborganingiz kabi haqiqatni osongina yo'q qila olmaysiz."

Darhaqiqat, men balog'at yoshiga yetgunimcha uch marta oilam meni unashtirishga harakat qilishdi va men har safar rad etdim, chunki Xudoga bo'lgan sevgim o'tmishdan qolgan har qanday dunyoviy mulohazalardan kuchliroq ekanligini bilardim. Men har doim ustozimning dono so'zlari haqida mulohaza yuritardim:

"Inson o'zini qanchalik ko'p bilsa, uning shaffof ruhiy tebranishlari orqali butun olamga ta'siri shunchalik kuchli bo'ladi va shu bilan birga tashqi hodisalar unga shunchalik kam ta'sir qiladi."

Ba'zan men munajjimlardan sayyoralar joylashuviga ko'ra eng yomon vaqtlarimni bashorat qilishni so'rardim, ammo o'sha paytlarda nimaga intilsam ham, bunga erisha oldim. To'g'ri, o'sha paytlardagi muvaffaqiyatim juda qiyin bo'lgan, ammo ishonchim asosli edi. Ilohiy taqdirga ishonish va iroda kuchidan to'g'ri foydalanish - Xudoning insoniyatga

bergan in'omi - sayyoralar va yulduzlardan chiqadigan efir to'liqlaridan ancha kuchliroqdir.

Men yulduzlar tug'ilganda yozib olgan narsalar inson o'zining o'tmishining qo'g'irchog'i degani emasligini angladim. Aksincha, sayyoraviy ta'sirlar o'sish uchun katalizator hisoblanadi. Samoviy jismlar insonning barcha cheklovlardan xalos bo'lish irodasini uyg'otish uchun ishlaydi. Xudo har bir insonni noyob va qobiliyatli ruh bilan yaratdi va shuning uchun har bir inson umumiy yaratilishda muhim rol o'ynaydi, bu rol qo'llab-quvvatlashmi yoki qaramlikmi. Inson najoti tashqi g'alabalarga emas, balki ichki ma'naviy g'alabalarga bog'liq.

Manba: Paramhansa Yoganandaning "Yogi xotiralari - avtobiografiya" (yogi hayotidagi hind falsafasi)

ma'naviy taraqqiyot

Ustoz Paramhansa Yogananda ta'limotlaridan

Bugungi dunyoga, uning barcha muammolari, murakkabliklari, chalkashliklari, tartibsizliklari, johilliklari va mojarolariga nazar tashlasak, insoniyat rivojlanish va taraqqiyotning yangi bosqichiga kirganiga ishonish qiyin. Shunga qaramay, insoniyat og'ir, moddiy davrlarni ortda qoldirib, o'zining yuksalish evolyutsiyasining ushbu yangi bosqichi ostonasiga tez va keng qadamlar bilan qadam tashladi.

Ushbu atom davriga tobora yaqinlashib borayotganimiz sari, Qorong'u asrlarda noma'lum bo'lgan ko'plab tabiat kuchlari endi kashf etilmoqda va ulardan foydalanilmoqda, bu esa global aloqa va tibbiyot, qishloq xo'jaligi, transport va boshqa

sohalardagi taraqqiyot sur'atini tezlashtirishga yordam beradi.

Darhaqiqat, zamonaviy texnologik vositalar biz bilgan va bilgan kundalik hayotning tuzilishini tubdan o'zgartirdi.

Ammo insoniyat boshidan kechirgan qorong'u asrlar hali ham odamlarga kuchli va keng tarqalgan ta'sir ko'rsatmoqda. Shuning uchun odamlar ilg'or ilmiy usullardan nafaqat yaxshilik uchun, balki xudbinlik, vayronagarchilik va ochko'zlik kabi asossiz, materialistik instinktlarni oziqlantirish va mustahkamlash uchun ham foydalanadilar. Shunday qilib, qorong'u asrlarning ta'siri kelgusi yillarda ham saqlanib qoladi.

Bu yuksalish davri ilg'or texnologik usullar va vositalar tufayli ko'plab qulayliklarni taqdim etdi va shuningdek, odamlarga ilgari mavjud bo'lmagan bo'sh vaqtni berdi. Qorong'u asrlarda odamlar har bir uyg'oq lahzani va barcha kuchlarini asosiy ehtiyojlarini qondirish va tirik qolishga sarflashardi. Aholining juda oz qismi yuqori maqsadlarga bag'ishlash uchun yetarli vaqtga ega edi.

Hozir - hech bo'lmaganda sanoati rivojlangan mamlakatlarda - hamma shu toifaga kiradi. Lekin odamlar bo'sh vaqtlarida va bo'sh vaqtlarida nima qilishadi?

Ular hayotning maqsadidan bexabar bo'lganliklari sababli, vaqt va kuchlarini cheksiz o'yin-kulgiga sarflaydilar. G'arbdagi o'rtacha odam haftasiga deyarli ellik soat televizor ko'rishga sarflaydi. Agar o'sha uzoq soatlar samarali ma'naviy faoliyatga

sarflansa, odamlar qanchalik baxtli bo'lishini va dunyo qanchalik yaxshi bo'lishini tasavvur qiling!

Meditatsiya qiluvchilar vaqtlaridan oqilona va samarali foydalanadilar, afsuski, ko'p odamlar Xudodan va Uning qonunlaridan uzoqlashdilar.

Shu sababli dunyo hozirgi achinarli ahvolda. Qani endi xavfsizlik, farovonlik va tinchlik dunyosida yashaganimizda edi. Ammo notinch dunyoda yashash ham fikrlaydiganlar uchun o'z saboqlariga ega. Qiyin va achchiq sharoitlar bu dunyo bizning doimiy uyimiz emasligini eslatadi. Haqiqiy xavfsizlik va osoyishtalik tashqi dunyoda topilmaydi va shuning uchun biz Xudoni izlashimiz va Uning himoyasini so'rashimiz kerak.

Tinchlik va farovonlik davrida, ishsizlik yoki ekologik muammolar bo'lmagan joyda, odamlar faylasuf Toro aytganidek, "tinch, taslim bo'lgan umidsizlikda" yashaydilar. Nima uchun? Chunki bu farovonlikka qaramay, odamlar ruhiy ochlikni va hayotlarida yetishmayotgan boshqa narsaga bo'lgan tug'ma istakni his qilishadi.

Bu narsa Xudodir

Shuni yodda tutishimiz kerakki, tashqi sharoitlardan qat'i nazar, ma'naviy taraqqiyot individual harakatlarga bog'liq. Hatto eng qorong'u asrlarda va eng yomon sharoitlarda ham ba'zi erkaklar va ayollar ilohiy bilimga ega bo'lishga muvaffaq bo'lishdi. Shuning uchun biz dunyo sharoitlari tomonidan ruhiy ta'sirlanmasligimiz kerak. Biz hech qachon ma'naviy intilishning eng muhim ahamiyatini unutmasligimiz kerak.

Biz shu qiyin sharoitlarda yashayotganimiz sababli, kelajak va u kutayotgan yoqimsiz kutilmagan hodisalar haqida ham o'ylaymiz. Bu tabiiy hol. Lekin agar biz bu narsalarga juda ko'p e'tibor qaratsak va taxminlar va qo'rquv fikrlarimizni egallab olishiga yo'l qo'ysak, Xudoni hayotimizdan siqib chiqaramiz va U bilan bog'lanish va Uning himoyasidan bahramand bo'lish uchun qimmatli imkoniyatni qo'ldan boy beramiz.

Odamlar kelajakda nima bo'lishini aniq bilishni xohlashadi. Nima uchun? Xavotirlarini kuchaytirish uchunmi?

Agar biz qo'rquv va xavotirlarga berilib ketganimizda ongimizga yuklaydigan ulkan yukni chinakamiga tushunganimizda edi, shu paytgacha bo'lgan bardoshliligimizga hayron bo'lar edik. Xavotir va xavotirlar ongni zaiflashtiradi, qo'rquvning qalbga singib ketishiga yo'l qo'yadi va natijada biz psixologik va ma'naviy muvozanatimizni yo'qotamiz. Bizning muammomiz hozirgi zamonda yashash o'rniga, kelajakda va o'tmishda bir vaqtning o'zida yashashga urinishimizdadir. Bu yuklar ong uchun juda og'ir.

Biz fikrlarimizni tahlil qilishimiz kerak Ko'pincha biz kelajakka yoki o'tmishga qochamiz Bu butunlay behuda narsa Biz hozirgi zamonda yashashimiz va hozirgi zamonni Xudoning fikrlari bilan to'ldirishimiz kerak

Yer yuzida hech bir joy voqealar va xavf-xatarlardan chinakam xavfsiz yoki himoyalangan emas. Haqiqiy himoya halol va to'g'ri yashashda, boshqalar bilan rostgo'y va samimiy munosabatda bo'lishda, ibodatda, mulohaza yuritishda va Xudo bilan uyg'unlikdadir.

Shu sababli, biz Xudo bilan uyg'unlikda bo'lish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz kerak. Aynan shu uyg'unlik har qanday kasallikning davosi va hayotning zarbalari va vaqtning ko'karganlaridan shifodir.

Hayotdagi dahshatli voqealar va dahshatli tushlardan qo'rqqanligimiz kerak Kasallik, qashshoqlik yoki baxtsiz hodisalardan qo'rqqanligimiz kerak Sinov va azob-uqubatlar o'rtasida o'zimizni topsak, keling, bu tajribalarning xayoliy mohiyatini anglaylik va salbiy vaziyatlarni ijobiy fikrlash, sog'lom mulohaza yuritish va barcha yordam va himoya manbai bo'lgan Xudo bilan ma'naviy uyg'unlik orqali yengib o'tishimiz mumkinligini tushunaylik.

Xudodan tashqarida hech qanday himoya yoki xavfsizlik yo'q. Agar biz xavfsizlik va xotirjamlikni istasak, Unga to'liq murojaat qilishimiz kerak.

Bu dunyoda to'liq qoniqishga erishish qiyin, bu bizning haqiqiy uyimiz emas Bu yer yuzidagi mavjudligimiz vaqtinchalik Biz hayot saboqlarini o'rganish uchun shu yerda maktabdamiz Bu haqiqatni unutganimizda, muammolarimiz boshlanadi va muammolar bizni har tomondan o'rab oladi

Xudodan boshqa hech narsa uchun yashashga arzimaydi Qolgan hamma narsa o'tib ketadi va bizni yolg'iz qoldiradi Biz abadiy va abadiyni izlashimiz kerak Inson sevgisi o'tkinchi va asta-sekin so'nadi Inson sevgisi ortida ilohiy sevgi yotadi va bu eng buyuk sevgi, qalbning istaklarini qondiradi va qalbning chanqog'ini qondiradi Xudo bizga bergan barcha narsalardan boshqa hech narsaga intilmasdan bahramand bo'laylik Biz bu yerga Xudoni qanday

bilishni o'rganish uchun keldik Bu yerda bizning mavjudligimizning boshqa maqsadi yo'q

Samimiy izlovchilar Xudoni topadilar va ularning hayoti tinchlik, xotirjamlik, inoyat va quvonchga to'ladi. Uni bilish istagi kuchli va qat'iy bo'lishi kerak va natijalar kafolatlanadi (taqillatgan eshitadi). Xudoni bilganlar doimiy quvonch va baxtni boshdan kechiradilar.

Xudoni izlash insoniy do'stlik, nikoh yoki moddiy muvaffaqiyatga intilish bilan zid emas. Bu narsalar ham hayot saboqlarining ajralmas qismidir. Muhimi, haqiqat va illyuziya o'rtasidagi farqni aniqlash va moddiy maqsadlar va yutuqlar bizga barcha fikrlarimiz va harakatlarimiz orqali intilayotgan va erishishga intilayotgan baxtni bera olmasligini anglashdir.

**Bu falsafa hayotni qorong'u yoki salbiy qilmaydi
Sizga tinchlik bo'lsin**

Haqiqat va chuqur haqiqat

Haqiqat - bu noaniqlik bilan qoplangan va ko'p noaniqliklar bilan yashiringan so'z. Bu tushuntirish va aniqlashtirish qiyin bo'lgan tushuncha. Har bir insonning e'tiqodi va e'tiqodi bor, ular o'z e'tiqodlari bilan mutlaq haqiqat ekanligiga qasam ichadilar. Lekin bu ulkan g'oyalar orasida nima haqiqat va haqiqiy ekanligini qanday qilib aniq aniqlash mumkin?

Haqiqat ham nisbiy, ham mutlaqdir. U mutlaq holatiga yetgunga qadar ko'plab nisbiy rivojlanish va takomillashtirish bosqichlaridan o'tadi. Masalan, ikki kishi biznes loyihasini muhokama qilmoqda. Biri

muvaqqafiyatni kafolatlaydigan g'oyani taklif qiladi, ikkinchisi esa xuddi shu maqsadga erisha oladigan, ammo qo'shimcha foyda keltiradigan qarshi argumentni taklif qiladi. Keyin yana kimdir yaxshiroq g'oyani o'ylab topadi va hokazo. Taklif qilingan barcha yondashuvlar shubhasiz "to'g'ri" edi, lekin faqat nisbiy ma'noda.

Haqiqat abadiy baxt keltiradi

Mutlaq ma'noda, haqiqiy baxtga zid bo'lgan hamma narsa yolg'ondir va abadiy baxt keltiradigan narsa haqiqatdir. Haqiqiy baxt moddiy muvaqqafiyat yoki vaqtinchalik zavq bilan birga keladigan vaqtinchalik hayajon emas, balki ruhning manbai: Xudo bilan uyg'unligidan kelib chiqadigan quvonchdir. Ushbu mezonga ko'ra, siz har qanday harakatingizni uning natijasi va u sizga abadiy baxt keltiradimi yoki yo'qmi, baholay olasiz (chunki, harakatlar ularning oxiri bilan baholanadi!).

Oliy Haqiqat - bu Xudo va Xudo oliy Haqiqatdir. Butun koinot Xudoning abadiy qonunlari orqali shu haqiqatga asoslangan. Bu qonunlar fundamental, abadiy haqiqatlardir, mutlaqo o'zgartirib bo'lmaydi va har qanday insoniy manipulyatsiya yoki buzib ko'rsatishdan tashqarida. Masalan, mutlaq huquq - o'ldirishdan yoki zarar yetkazishdan tiyilish, lekin ikkita yomonlikdan kichikrog'i - begunohlarni yovuzlardan himoya qilish yoki rivojlangan mavjudotlarni kamroq rivojlanganlardan himoya qilish uchun kuch ishlatishdir. Biroq, shunchaki o'ldirish istagi tufayli biror narsani yo'q qilish noto'g'ri.

Umumjahon qonuni uyg'unlik va yaqinlikni sevgi orqali belgilaydi, bu esa mehr-oqibat va bag'rikenglikni anglatadi. Agar biz haqiqatni topishni

istasak, fikrlarimiz va harakatlارimiz ilohiy haqiqatning abadiy qonunlariga muvofiq, moddiy, axloqiy va ma'naviy jihatdan sog'lom bo'lishi juda muhimdir.

Haqiqat - bu oliy mohiyat. Lekin bu mohiyat qayerda va uni qanday topish mumkin?

Haqiqatga erishishning uchta yo'li bor: hissiy idrok orqali, mantiqiy fikrlash orqali va sezgi yoki ruhni anglash orqali.

Agar sizning hissiy idrokingiz noto'g'ri bo'lsa, mantiqiy xulosangiz ham noto'g'ri bo'ladi. Siz ufqqa qarab, tutunni ko'rganingiz uchun olovga o'xshagan narsani ko'rishingiz mumkin; lekin joyga yaqinlashganingizda, tutunga o'xshagan narsa chang bulutidan boshqa narsa emasligini ko'rasiz. Har qanday narsaning haqiqatini bilish uchun siz aql kuchidan tashqari ko'rish va eshitish, shuningdek, hid, ta'm va teginish sezgilaringizga tayanasiz. Ammo bu elementlar birgalikda haqiqatning yakuniy isboti bo'la olmaydi, chunki agar hislar yolg'on gapirsa, unda aql ham yolg'on gapiradi. Aql o'z taassurotlarini shakllantiradi va hislardan olgan xabarlariga asoslanib xulosalari va e'tiqodlariga keladi, ammo hislar o'z tabiati bilan juda cheklangan. Shuning uchun payg'ambarlar odamlarga ularning tushunish va aql darajasiga qarab murojaat qilishgan, chunki ular - odamlar - ko'rishadi, lekin sezmaydilar, eshitadilar, lekin tushunmaydilar yoki tushunmaydilar (ular kar, soqov va ko'r, shuning uchun ular aql yuritmaydilar)!

Inson qulog'i faqat ma'lum bir tebranish diapazonini sezishi mumkin; u eng baland yoki eng xira tovushlarni aniqlay olmaydi. Agar eshitishingiz

yetarlicha baland bo'lsa, cheksiz fazoda harakatlanayotgan koinot tomonidan yaratilgan ajoyib, ulug'vor tovushni eshitishingiz mumkin edi. Borliqdagi hamma narsa harakatda va bu harakat tovush bilan birga keladi. Harakatsiz hech narsa transsendental kosmik ruh olamidan boshqa mavjud emas, u yerda harakat ham, tebranish ham yo'q. Agar inson ruhining qobiliyatlari yetarlicha rivojlangan bo'lsa, efir quloq bilan nozik tovushlarni eshitish mumkin edi - bu shaffof kuchlar bo'lib, tanaga yuqori eshitish hissini beradi.

Xuddi shunday, agar ko'zlaringizning kuchi kuchaytirilsa, siz har xil rang va turdagi yorug'liklarni sezgan bo'lar edingiz. Jismoniy ko'zlaringiz sizga juda cheklangan yorug'lik diapazonini ko'rsatadi, ruhiy (efir) ko'zingiz esa narsalarning asl mohiyatini Xudoning ijodiy nuridan tashkil topgan tasvirlar sifatida ko'radi. Siz zich go'sht massasi sifatida ko'radigan butun tanangiz elektromagnit to'lqinlardan boshqa narsa emas. Doktor Kril o'lik buzoqning miyasi va o'lik odamning miyasi juda ko'p miqdorda elektr nurlanishini ko'rsatdi. Ko'zlaringizni yumganingizda, odatda faqat qorong'ulikni ko'rasiz. Ammo ruhiy rivojlanish bilan siz ajoyib yorug'liklarni ko'ra olasiz va yorug'lik zulmatda porlaydi, qorong'ulik esa uni (osmon va yer nurini) sezmagan.

Bu odamlar sezmaydigan asosiy haqiqatlardir, chunki ularning sezgi organlari faqat cheklangan diapazondagi kuchli tebranishlarga moslashgan.

Sezgi yoki vahiy: hamma narsani qamrab oluvchi bilim ruhining kuchi

Unda qanday qilib sezgilar va ularning idroklari ortida yashiringan haqiqatni bilishimiz mumkin? Buni

tahlil yoki ratsional tushuntirish orqali amalga oshirishning iloji yo'q, chunki ong sezgilarga bog'langan va faqat sezgilar taqdim etadigan narsani ajratib olishi mumkin. Uning atrofidagi cheksiz kuchlarni idrok etish qobiliyati yo'q. Haqiqatni faqat ruhning sezgi yoki ma'lum bir sezgi rivojlantirish orqali bilish mumkin. Idrok - bu to'g'ridan-to'g'ri idrok, sezgilar orqali emas - ruhning sof, rostgo'y va har doim aniq tuyg'usi.

Siz bu sezgi tabiati haqida boshdan kechirgan, ammo tushuntirib bera olmaydigan, ba'zan "insonning qalbi uning yo'l boshchisi" deb ataladigan his-tuyg'ularingizdan tasavvurga ega bo'lishingiz mumkin. Siz biron bir narsa sodir bo'lishini hech qanday hissiy dalilsiz his qilasiz. Bu voqealar bilan hech qanday mantiqiy bog'liqliksiz o'zini namoyon qiladigan haqiqat. Siz uzoq vaqtdan beri ko'rmagan yoki aloqada bo'lmagan odam haqida jimgina o'tirib o'ylayotgan bo'lishingiz mumkin, keyin esa to'satdan u bilan uchrashasiz yoki undan xabar olasiz. Bu qanday sodir bo'ldi? Bu sezgining o'tkinchi chaqnashlari orqali sodir bo'ladi. Har bir inson bunday chaqnashlarni boshdan kechirgan.

Hukm qilishdagi xatolar sezgi yetishmasligidan kelib chiqadi. Ko'pchilik odamlar o'zlarini hayotda buyuk ishlarga va buyuk yutuqlarga qodir deb his qilishadi, lekin ularda sezgi kuchi yetishmagani uchun bu yashirin salohiyat yashirinchalik qoladi. Muvaffaqiyatga erishish va xatolar keltirib chiqaradigan baxtsizliklardan qochish uchun hamma narsadagi asosiy haqiqatni tushunishga harakat qilish kerak. Bu faqat sezgi tushunchasini rivojlantirish orqali mumkin. Bu masalaning amaliy haqiqati. Shuning uchun men barchaga hamma narsada,

boshqalar bilan munosabatlarida, ishda, nikohda bo'ladimi - qisqasi, hayotning har bir jabhasida haqiqatni izlashni maslahat beraman. Sezgi juda muhim; u ajralmas va undan voz kechib bo'lmaydi.

Sezgi yo'qligi noto'g'ri qarorlar va ehtiyotsiz harakatlarga olib keladi, ayniqsa ishonchsiz biznes sheriklarini tanlashda yoki noto'g'ri shaxsiy munosabatlarga aralashib qolishda. Aql sezgilar tomonidan taqdim etilgan ma'lumotlar bilan cheklanganligi sababli, agar sezgilar aldanib qolsa, odamning asl mohiyatini bilmasdan ham uni nihoyatda ajoyib deb qabul qilishi mumkin.

Yoki siz hayot sherigingizni (ruhiy juftingizni) topdim deb o'ylashingiz va o'sha odamga turmushga chiqishingiz mumkin, ammo munosabatlaringiz nomuvofiqlik va uyg'unlikning yo'qligi tufayli ajralish yoki nizolar bilan tugaydi. Lekin ichki sezgi bunday xatolarga yo'l qo'ymaydi. U ko'zlardan yoki maftunkor, nurli yuzdan chiqayotgan magnitni ko'rmaydi; aksincha, u o'sha odamning qalbida nima borligini aniq sezadi va idrok etadi hamda ularni aslida kimligini biladi.

Buyuk ustozim Shri Yuktisvar yordamida rivojlantirgan sezgi tufayli men hech qachon inson tabiati haqida adashmaganman. Ichki tuyg'ularim bu borada menga doim katta yordam bergan. Lekin men odamlarning salbiy tomonlarini ko'rishga harakat qilmayman. Boshqalarga yordam berish uchun, hatto ular mening ishonchimdan o'z manfaatlari yo'lida foydalanishlari mumkinligini bilsam ham, ularga so'zsiz sevgimni bag'ishlayman.

Sezgi qobiliyatiga ega bo'lmagan ko'pchilik muvaffaqiyatsiz moliyaviy loyihalarga pul sarflaydi va

natijada xatosiz sezgi tufayli qabul qilgan har bir qarorimda muvaffaqiyat qozongan barcha narsalarimni yo'qotadi.

Inson o'sib ulg'aygan sari sezgi o'ziga xos tuyg'u yoki sokin ovoz sifatida paydo bo'ladi. Ayollar erkaklarga qaraganda his-tuyg'ularga ko'proq moslashganligi sababli, ular odatda ko'proq sezgiga ega, faqat his-tuyg'ular tomonidan yengilgan holatlar bundan mustasno. Erkaklar odatda aql-idrokka, ayollar esa his-tuyg'ularga asoslanadi. Agar erkak sog'lom aql va sezgir tabiatga ega bo'lsa, aql va his-tuyg'u o'rtasidagi bu muvozanat, shubhasiz, unga sezgi rivojlanishiga yordam beradi.

Intuitsiya orqali hayotning maqsadini bilish

Agar sezgiingizdan foydalansangiz, bu yer yuzidagi mavjudligingizning maqsadini bilib olasiz va bu maqsadni tushunganingizda baxt topasiz. Bu yer sahna va Xudo rejissyor. Agar hamma qirol yoki malika rolini o'ynashda turib olsa, muvaffaqiyatli spektakl bo'lishi mumkin emas. Xizmatkor, qahramon va qirol spektakl muvaffaqiyatli bo'lishi uchun o'z rollarini o'ynashlari kerak. Ilohiy spektaklning yaxshi syujetini buzadiganlar yovuzlardir. Bu rollarni tanlaganlar ilohiy ko'rsatmalarga bo'ysunmasliklari uchun katta narx to'laydilar.

Inson dunyoviy mavqega ega bo'lishidan yoki to'plagan boyligidan qat'i nazar, agar u o'z maqsadlari va yutuqlariga erishish uchun axloqsiz vositalardan foydalansa, uni muvaffaqiyatli deb hisoblash mumkin emas. Haqiqiy baxt faqat inson o'z rolini to'g'ri o'ynagandagina mumkin bo'ladi, aks holda emas.

Millioner rolini o'ynagan va kichik savdogar rolini o'ynagan kishi Xudoning nazarida tengdir, chunki Oxirat kuni Xudo ularning har birining mol-mulki va unvonini tortib oladi. Bu dunyoni tark etganingizdan keyin qalbingizda to'plagan narsangiz sizga hamroh bo'ladi.

Buyuk va olimlar, payg'ambarlar va donishmandlar o'zlarining sezgi kuchlari tufayli haqiqatni bilishadi. Ular narsalarni nafaqat ko'zlari va onglari bilan, balki hamma narsani biladigan aniq va yuqori darajada rivojlangan sezgilari orqali ham idrok etadilar.

Xudoning nazarida biz o'ynaydigan rol emas, balki uni qanday o'ynashimiz muhim. Agar rolingiz qiyin bo'lsa, xafa bo'lmang yoki tushkunlikka tushmang. Rolingizni to'g'ri bajarish Xudoning nazarida muvaffaqiyatingizni kafolatlaydi; aks holda siz chinakam ozod bo'lmaysiz.

Meditatsiya sezgi rivojlantiradi

Haqiqatni bilish va uning tamoyillariga amal qilishning yagona yo'li - bu ma'naviy tushuncha yoki sezgi rivojlantirishdir. Shunda siz hayotning mazmuni borligini va ichki ovozingiz sizni yo'naltirishini va qadamlaringizni yo'naltirishini, hayotdagi rolingiz qanday bo'lishidan qat'iy nazar, anglaysiz.

Bu ovoz — uzoq vaqt oldin — nosog'lom fikrlar tomonidan yo'q bo'lib ketgan va ko'milgan. Haqiqiy ishonch tuyg'usini tiklashning eng ishonchli yo'li — ertalab uyg'ongandan keyin va kechasi uxlashdan oldin meditatsiya qilishdir.

Xuddi inson o'zining professional va ijtimoiy uchrashuvlarini saqlab qolganidek, Xudo bilan uchrashuvlarini ham saqlab qolish kerak. Biz band hayotimiz bizga ma'naviy ishlar uchun vaqt qoldirmaydi deb o'ylashimiz mumkin, ammo hech narsa Xudoning biz haqimizda o'ylashiga va ehtiyojlarimizni qondirishiga to'sqinlik qilmaydi. Biz ibodat qilishimiz, chuqur mulohaza yuritishimiz va Uning javobini kutishimiz kerak. Agar biz Unga sevgi va chuqur diqqat bilan murojaat qilsak, U ibodatlarimizga javob beradi. Shunda biz Uning huzurini qalbimizda quvonch va xotirjamlik sifatida his qilamiz. Bu quvonch va xotirjamlik kelganda, Oliy Quvvat bilan jonli va samarali aloqa o'rnatiladi. Biz bu imkoniyatdan foydalanishga harakat qilishimiz kerak, chunki hech qanday muvaffaqiyatga harakat qilmasdan erishib bo'lmaydi.

Agar hayotingizni bir hayajondan keyin ikkinchisini quvib o'tkazsangiz, hech qachon haqiqiy baxtni bilmaysiz. Sodda yashang va hayotni osonroq qabul qiling. Baxt - bu o'zingizga chuqur o'ylash va buyuk narsalar haqida o'ylash uchun yetarli vaqt berishdadir.

Vaqtivaqti bilan yolg'iz vaqt o'tkazing va bir muddat sukut saqlang; farqni o'zingiz ko'rasiz. Agar radio yoki televizor doimo yoqilgan bo'lsa yoki doimiy ravishda stimulyatsiya va o'yin-kulgi hislaringizni band qilsa, bu asablaringizga zarar yetkazadi va sizni asabiylashtiradi.

Boshqalarni tuzatishga ko'p vaqt sarflamang. Avval o'zingizni tuzating - Xudo sizni tuzatsin! Mukammallik va muvaffaqiyat uchun eng katta maydon - bu uyda. O'z uyidagi farishta hamma joyda

farishtadir. Insonning muloyim ovozi va xotirjam xulq-atvori boshqa joylarga qaraganda ko'proq kerak.

Hech qachon muvaffaqiyatsizlikka uchramaydigan kuch

Biz Xudo bilan bog'langanimizda, intuitiv tushuncha bizni qilayotgan barcha ishlarimizda ilhomlantiradi va yo'naltiradi. Biz bu muborak kuchga ongli ravishda egalik qilishimiz kerak. Bu bizning ichimizda; biz uni faqat ochib berishimiz kerak. Men shunchaki qiziquvchanlarga emas, balki haqiqatni chin dildan izlayotganlarga qiziqaman. Men Xudo bilan doimiy aloqadaman va faqat Uni chin dildan bilishni istaganlarni qidiraman.

Siz bu kuch hamma narsada ishlayotganini va vaziyatingizni yaxshilash va ishlaringizni osonlashtirish uchun ishlayotganini ko'rasiz. Ushbu kuch bilan bog'lansangiz, farovonligingiz kosmik energiya bilan to'lib-toshadi va ongingiz yanada nafis, diqqatli, o'tkir va chuqurroq bo'ladi. Siz qalbingiz Xudoning tirik haqiqati va cheksiz donoligi uchun idish ekanligini anglaysiz.

Xudo sog'liq, farovonlik, donolik va abadiy quvonch manbaidir. Biz U bilan bog'langanimizda, hayotimiz to'liq va to'liq bo'ladi. Unsiz hayot to'liq emas. Bizga hayot, kuch va donolik beradigan bu oliy kuch haqida mulohaza yuritishimiz kerak. Haqiqat ongimizga, tanamizga kuch va qalbimizga cheksiz quvonch oqib kelishi uchun ibodat qilishimiz kerak.

Yopiq ko'zlar zulmatining ortida koinotning ajoyib kuchlari, barcha yaxshi qalblar va olijanob ruhlar

hamda ma'naviy olamlarning cheksiz kengligi yashiringan. Agar siz mulohaza qilsangiz, mutlaq haqiqatni anglaysiz va uning hayotingizda va yaratilishdagi barcha ajoyib va ulug'vor narsalarda ajoyib ishiga guvoh bo'lasiz.

Xudo sizga muvaffaqiyat va tinchlik ato etsin

Ro'za - bu sog'liq va farovonlik

"Ro'za tutishingiz kerak, chunki bunga o'xshash narsa yo'q" (Hadis)

[Bu mavzu Qur'oni Karimda aytilganidek ro'za tutishga zid emas, shuningdek, biz hurmat qiladigan an'anaviy ro'za tutish usulidan voz kechishga chaqirmaydi va biz ro'za tutganlarni hurmat qilamiz, Xudodan ularga doimo baraka berishini va ro'zalarini qabul qilishini so'raymiz. Bu yerda ma'lum jismoniy va ma'naviy natijalar uchun terapevtik ro'za nazarda tutilgan va shuning uchun bu aniqlik zarur edi]

Ro'za tutishning jismoniy natijalari va ma'naviy tajribalari chindan ham hayratlanarli. Ruh og'ir, qo'pol odatlardan xalos bo'lganda, tananing talablaridan xalos bo'ladi. Men o'ttizinchi kunlik ro'za tutishni yakunladim va bu xuddi umuman ovqat tatib ko'rmagandek tabiiy tuyuladi.

Imkoniyati bor har bir kishi iloji bo'lsa, uch kun yoki undan ko'proq ro'za tutishga harakat qilishi kerak va asta-sekin ovqatsiz yashash mumkinligini angelaydi.

Sog'lom odamlar uch kun ro'za tutishda qiynalmasligi kerak. Uzoq muddatli ro'za mutaxassis nazorati ostida amalga oshirilishi kerak. Surunkali kasalliklar yoki jismoniy nogironlikdan aziyat chekadigan har bir kishi faqat ro'za tutish va

ovqatlanish bo'yicha tajribali shifokor bilan maslahatlashganidan keyin ro'za tutishi kerak.

Jismoniy og'riqlar tana tizimlaridagi nosozlik va ta'mirlash va texnik xizmat ko'rsatish zaruratining ko'rsatkichidir. Odamlar o'z mashinalarini toza va yaxshi holatda saqlashadi! Inson tanasi har qanday mashinaga qaraganda ancha murakkab va murakkabroq va Xudo bizdan uni toza va to'g'ri ishlashini, tobora ko'proq Uning kuchiga tayanishimizni xohlaydi. Sog'lomlik siri nafaqat kimyoviy elementlarda, balki Xudoning kuchiga yoki tanadagi hayot kuchiga ham tayanishdadir.

Tanamizdagi bu hayot kuchi chindan ham hayot manbaidir. Bu Xudoning amri bilan organlarimizni yaratadigan va qo'llab-quvvatlaydigan doimiy kuchdir. Bu hayot kuchi ong kuchi bilan mustahkamlanadi va oziq-ovqat bilan oziqlanadi. Biroq, agar u noto'g'ri ishlatilsa, u ishlashni to'xtatadi va oxir-oqibat ishlashdan bosh tortadi. Masalan, uning kuchi ko'zlarda zaiflashishi mumkin, bu esa ko'rishning xiralashishiga olib keladi. Hech qanday oziq-ovqat kuch bera olmaydi, havo almashinuvi hujayralarni tetiklashtira olmaydi va ularni jonlantira olmaydi va tananing ichki hayot kuchi pasaya boshlaganda hech narsa unga energiya tiklay olmaydi.

Ro'za charchagan organlarni, shuningdek, tana tizimlarini va hayotiy energiyani dam beradi, uni ortiqcha ishdan xalos qiladi. Hayotiy energiyaga uning mavjudligi uchun tashqi oziq-ovqat, suv, kislorod va quyosh nuri manbalariga bog'liq bo'lishi kerakligini aytishni to'xtatsangiz, u ozod bo'ladi va o'ziga ishonadi.

Yiliga 365 kun davomida ortiqcha ovqatlanish turli kasalliklarga olib keladi. Doimiy ovqatlanish, tanaga kerakmi yoki yo'qmi, bu haqiqatan ham la'natdir.

Inson ta'm sezgisiga qanchalik ko'p e'tibor qaratsa va uni qondirishga harakat qilsa, shuncha ko'p kasalliklarga duchor bo'ladi. Ovqatdan zavqlanish yaxshi, lekin unga qullik og'riqli asoratlari va dahshatli oqibatlariga olib keladi. Shunday qilib, inson tanaga va uning talablariga bog'liqligi orqali o'ziga zarar yetkazadi. Odamlar tanani qo'llab-quvvatlaydigan va uni tetik va baquvvat qiladigan narsa hayot kuchi ekanligini anglashlari vaqti keldi.

Biz — obsesyonsiz — ongning kuchini kuchaytirish va uni o'ziga ko'proq ishontirish uchun unga eng katta e'tibor qaratishimiz kerak. Agar biror kishi ongini tanaga qul qilishda qat'iy tursa, ong o'z kuchidan voz kechib, odamni yordam uchun boshqa birovga yoki boshqa narsaga tayanishga majbur qiladi. Hech bir shifokor yoki dori ongi shunchalik zaiflashganki, kasalligi yomonlashadigan bemorga yordam bera olmaydi. Davolanishning to'rtdan uch qismi ongda.

Hindistonda biz tanani iroda kuchi bilan zabt etishni o'rganamiz, bu esa odamga ongga qattiq ishonish imkonini beradi. Sog'liqni saqlash va davolanish uchun doimo jismoniy vositalarga murojaat qiladiganlar ularga ko'nikib qoladilar va shuning uchun ularga doimiy ravishda qaram bo'lib qoladilar. Ammo aqliy kuch oliydir. Asta-sekin ong va uning imkoniyatlaridan maksimal darajada foydalanishni o'rganish kerak; shunda odam ong oliy vosita ekanligini va ong undan nima so'ralsa, shuni bajara olishini anglaydi. Men buni o'z hayotimda shaxsan ko'rganman va boshdan kechirganman.

Bir kuni ma'ruza o'qiyotgan edim, juda issiq edi. Yuzimdan ter tomchilab turardi va ro'molchamni topa olmadim. Bir zum o'zimni yo'qotib qo'ydim, lekin butun diqqatimni irodamning markaziga (qoshlarim orasidagi sohaga) qaratdim va ichimda ibodat qildim:

"Rabbim, Sening marhamating bilan tanam sovidi!" Darhol ter yo'qoldi va tanam kerakli darajada sovidi! Shuning uchun onnga tayanish juda katta foyda keltiradi! Biroq, odam haddan oshib ketmasligi va tanani butunlay inkor etmasligi kerak, chunki agar shunday qilsa, odam o'ylay, ovqatlana yoki harakatlana olmaydi.

Ba'zi odamlar, birinchi navbatda, sog'liqni namoyish etish uchun ongning tanani boshqarishini isbotlashga intiladilar. Ammo sog'liq hayotning asosiy maqsadi emas. Xudoga erishish - bu haqiqiy maqsad. Biror kishi o'zini bir muddat sog'lom his qilishi mumkin, ammo hech narsa yordam bermaydigan vaqt keladi. Unda kim yordam beradi? Xudo. Ro'za tutish Xudoga yaqinlashishning eng buyuk usullaridan biridir. U hayot kuchini ovqatga qullikdan ozod qiladi va Xudo tanamizni qo'llab-quvvatlashini va ularni tirik saqlashini tasdiqlaydi.

Lekin odatlar shunchalik kuchliki, shunchaki ovqat haqida o'ylashning o'ziyoq darhol ovqat yeyishni xohlaydi. Bir safar, Hindistonda yosh bolaligimda, shamollab qoldim, shamollash uchun juda yomon deb hisoblangan tamarind istadim. Opam o'jarlik bilan rad etdi, lekin mening qat'iyatligim tufayli u menga mevalardan bir qismini olib keldi. Men bir bo'lakni chaynadim va keyin uni yutib yubormasdan tupurdim, chunki ta'mga bo'lgan ishtiyoq qondirilgan edi. Odamlar ko'pincha ochko'zlik bilan boshqariladi. Afsuski, Xudo tanani ta'm tuyg'usidan zavqlanishimiz va zararli ortiqcha narsalarga berilishimiz yoki ovqat hazm qilish tizimi va boshqa organlarga zarar yetkazmasdan nosog'lom ovqat iste'mol qilishimiz uchun yaratmagan.

Lekin aslida, sog'liq va baxtga erishishning yagona yo'li - eng dono yo'l - bu o'zini tuta bilishdir.

Inson erisha oladigan eng katta yutuqlardan biri bu o'zini boshqarish, his-tuyg'ularining zulmiga bo'ysunmaslikdir. Agar siz bunday ortiqcha yukga bardosh bera olmaydigan qurilmani haddan tashqari elektr zaryadiga duchor qilsangiz, u yonib ketadi. Xuddi shunday, har safar ovqat hazm qilish tizimingizni ovqat bilan ortiqcha yuklaganingizda, ovqat hazm qilish uchun mas'ul bo'lgan hayot kuchi kamayadi. Ortiqcha ovqatlanishni to'xtatganingizda va ro'za tutganingizda, bu hayot kuchi dam oladi va kosmik energiya bilan qayta zaryadlanadi.

Agar mashinangiz buzilib qolsa, uni ta'mirlash ustaxonasiga yuborasiz. Kerakli protseduralar bajarilgandan so'ng, u boshqa narsa buzilib ketguncha bir muddat yaxshiroq ishlaydi va siz uni qo'shimcha texnik xizmat ko'rsatish va ta'mirlash uchun qaytarib yuborasiz. Xuddi shu narsa tanaga ham tegishli. Ro'za tutishning jismoniy ta'siri hayratlanarli. Apelsin sharbati bilan uch kunlik ro'za tanani vaqtincha tiklaydi. Ammo uzoqroq ro'za uni to'liq tiklaydi va siz o'zingizni po'latdek mustahkam his qilasiz. Agar siz uzoq muddatli sog'liqni istasangiz, iste'mol qilayotgan ovqatingiz sifati va miqdorini doimo kuzatib borishingiz kerak.

Ro'za tutish paytida nima qilish kerakligini bilishingiz kerak Uch kundan ortiq ro'za tutishni istaganlar uchun tibbiy nazorat juda muhimdir. Men hech kimga birinchi ro'zasini juda uzoq tutishni maslahat bermayman, chunki ular o'zlarini zaif va holdan toygan his qilishadi. Haftada bir kun meva sharbati yoki har oy ketma-ket uch kun apelsin sharbati bilan ro'za tutish ro'za tutishga ko'nikishning yaxshi usullari hisoblanadi. Ro'za tutgan kishi, agar ovqat yemasalar, kasal bo'lib qolishlari yoki o'lishlariga (Xudo saqlasin) ishontiradigan hamdardlar

bilan muomala qilishga psixologik jihatdan tayyor bo'lishi kerak. Uzoq ro'za paytida o'zingizni zaif his qilishingiz mumkinligi rost, lekin bu faqat dastlabki bir necha kun ichida sodir bo'ladi, chunki hayot kuchingiz ovqatga o'rganib qolgan. Ammo asta-sekin, kunlar o'tishi bilan siz har qanday zaiflik hissini yo'qotasiz. Hayot kuchingiz va ruhingiz ovqatdan ajraladi va tanangiz chindan ham hayot kuchi bilan ta'minlanganini ko'rasiz.

Men insonning vazn yo'qotmasdan ro'za tutishi mumkin bo'lgan sirni bilaman. Hayotiy kuch ongli ravishda boshqarilganda, u tana vaznini kamaytirish yoki uni saqlab qolish uchun ishlatilishi mumkin. Ushbu usul qo'llanilganda, ro'za tutish davri qancha davom etishidan qat'i nazar, tananing tabiiy harorati pasaymaydi. Kosmik energiyani tanadagi ma'lum bir kanal orqali tortib olish orqali hayot kuchi tashqi manbalarga tayanish o'rniga shu energiya bilan to'ldiriladi.

Hayot abadiydir va nafas olish, ovqat, suv yoki quyosh nuriga bog'liq emas. Esingizda bo'lsin, siz avvalo Xudoning kuchi bilan yashaydigan o'lmas jonsiz va boshqa hech narsa bilan emas.

Jismoniy o'limdan keyin ong tirik qoladi, ammo oddiy odam bu uzluksizlik tuyg'usini yo'qotadi va o'zini o'lgan deb hisoblaydi. Har birimiz bir kun jismoniy o'limni boshdan kechiramiz, shuning uchun undan qo'rqishga hojat yo'q. Siz uxlash paytida tanangizdagi sezgini yo'qotishdan qo'rqmaysiz; aksincha, siz uyquni intiqlik bilan kutgan ozodlik holati sifatida qabul qilasiz. Xuddi shunday, o'lim - bu dam olish holati - hayotdan nafaqaga chiqish. Qo'rqadigan hech narsa yo'q. O'lim kelganda, unga kuling. O'lim shunchaki chuqur saboq berish maqsadi bo'lgan sinovdir. Siz jonsiz va jon o'lmaydi. O'lim sizga

buni hozir bilishingiz mumkin bo'lganda o'rgatishini kutishning hojati yo'q. Siz o'rganishingiz kerak bo'lgan birinchi saboq shundaki, hayot ovqatga bog'liq emas. Ro'za tutish orqali buni o'zingiz tasdiqlashingiz mumkin.

Har bir inson o'z vazifalarini har qanday sharoitda yaxshiroq bajarishi uchun aqliy qobiliyatlarini rivojlantirish ustida ishlashi kerak. Tartib va intizomga rioya qilish kerak; ammo, hayot va uning qiyinchiliklariga nisbatan qattiqqo'l emas, balki moslashuvchan va mantiqiy bo'lish kerak.

Bolaning barcha asosiy odatlari uch yoshdan yetti yoshgacha shakllanadi. Qo'llab-quvvatlovchi muhit ularning rivojlanishiga yo'naltirishga yordam beradi. Biroq, o'zgaruvchan asosiy tendentsiyalar maxsus yo'l-yo'riqni talab qiladi.

Xususiy maktabimda o'g'il bolalarga tana bilan muomala qilish bo'yicha qat'iy mashg'ulotlar o'tkazardim. Ular ro'za tutishardi va yostiqsiz polda adyolda uxlashardi. Ba'zan ular soatlab meditatsiya qilishardi. Bolalarga tananing qulligidan xalos bo'lishga yordam berish juda muhim va umrbod ne'matdir. Bir marta, mening o'quvchilarimdan biri o'n ikki soat davomida ko'zlarini pirpiratmasdan meditatsiyada o'tirdi. Bunday muvozanat ulkan quvonch keltiradi. Ideal mashg'ulot tana, ong va ruhning muvozanatli, ilmiy intizomida yotadi. Bu ro'za tutishning mohiyati va ahamiyati.

Ro'za ortida metafizik, transsendental bilim bor Darhaqiqat, inson faqat non bilan yashamaydi Bizni yerga bog'lab turadigan ikkita narsa: nafas va oziq-ovqat Uyqu paytida inson nafas yoki oziq-ovqatga bo'lgan ehtiyojni sezmaydi, chunki ruh tana ongidan ajralgan Ro'za ongni xuddi shunday yuksaltiradi Ro'za orqali ong o'zining ichki kuchlariga tayanadi Bu

kuchlar namoyon bo'lganda, tanadagi hayot kuchi kosmik efirdan miya va umurtqa pog'onasi orqali tanaga uzluksiz oqib keladigan abadiy energiya bilan kuchayadi.

Hayot kuchi tanani qo'llab-quvvatlaydigan tashqi moddiy manbalardan ajralganida, u ichkaridan qo'llab-quvvatlanganini his qiladi va ong tananing tayanadigan qattiq materiallari shunchaki energiya qo'pol va jamlangan ko'rinishlari ekanligini angelaydi. Shunda ong hayot kuchi bilan to'g'ridan-to'g'ri o'zaro ta'sir qilishi va unga tanada kerakli o'zgarishlarni amalga oshirishni buyurishi mumkin.

Aql har qanday ishni qilishga qodir. Shuning uchun Iso Masih toshlarni nonga aylantira oldi, xuddi Payg'ambar alayhissalomning barmoqlari orasidan suv oqib chiqqani kabi, u qo'lini ozgina suv solingan idishga solib: "Muborak poklanish va Xudoning marhamatiga kelinglar", dedi.

Shuning uchun, oziq-ovqatga to'liq ishonish insonning aqli va hayotiy kuchiga nisbatan adolatsizlikdir. Uzoq muddatli ro'za tutish orqali ro'za tutgan kishi hamma narsa aql ekanligini angelaydi.

Bu koinotdagi har bir kuch, tana yoki buyum ilohiy ongning mahsulidir, xuddi tushda ko'rgan barcha narsalar ong osti tomonidan yaratilganidek.

Aql tanani boshqaradi. Ro'za paytida, agar tanangiz natijada zaiflashadi deb o'ylasangiz, u haqiqatan ham zaiflashadi. Agar ro'za tutish kuchingizni pasaytiradi deb o'ylasangiz, bu fikr natijasida o'zingizni zaif his qilasiz.

Lekin agar o'zingizni tanangiz kuchli ekanligiga ishontirsangiz, charchaganingizni his qilmaysiz; aksincha, ajoyib, tetiklantiruvchi energiyani his

qilasiz. Ko'pchilik buni bilishmaydi, chunki ular buni hech qachon boshdan kechirmaganlar.

Agar siz uning kuchlarini faollashtirmasangiz, aql o'zining mo'jizalarini ochib bermaydi. Va agar siz moddiy narsalarga juda ko'p tayansangiz, u ishlamaydi. Shuning uchun uning mo'jizalari oddiy idrokdan yashiringan.

Lekin ro'za tutish orqali aqlga tayanishni o'rganganingizda, uni hamma narsada, xoh kasallikni yengishda, xoh farovonlik va mo'l-ko'lchilik keltirishda, xoh hayotning asosiy maqsadiga erishishda: Xudoni topishda ishlayotganini ko'rasiz.

Kimki o'z ongini boshqara olsa, u o'z tanasini va uning ehtiyojlarini ham nazorat qila oladi va ruh va tanani bir-biriga bog'laydigan dunyoviy cheklovlardan ruhiy tinchlik va ozodlikka erishadi.

Boshqa tomondan, materiyaning yo'qligiga va ruhning universalligiga ishonish noaniq nazariyalarga yoki mantiqiy ravishda tushuntirib bo'lmaydigan nazariyalarga asoslanmasligi kerak, aksincha, u amaliy asoslar va chuqur o'zini anglashga asoslangan bo'lishi kerak.

Odamlar odatda o'zlarini oziq-ovqat bilan ta'minlangan tana bilan birlashtiradilar, lekin ular tananing asosiy manbai hayot kuchi ekanligini anglamaydilar. Na oziq-ovqat, na boshqa tashqi vositalar kosmik oqim tortib olingan tanani tiriltira olmaydi.

Jismoniy inson tanasi va ongi o'rtasidagi bog'liqlik energiya yoki hayot kuchidir. Qadimgi hind donishmandlari bu energiyani (prana) kashf etdilar va tanadagi hayot kuchini ongli ravishda boshqarishni anglatuvchi pranayama deb nomlangan fanni rivojlantirdilar .

**Iso Masih sahroda qirq kun ro'za tutdi.
Payg'ambarimiz sollallohu alayhi vasallam ro'za tutib:
"Ro'za tutinglar, sog'lom bo'lasizlar", der edilar.**

Hech qachon ro'za tutmaydiganlar, hayot oziq-ovqatsiz ham mumkinligini tajribadan bila olmaydilar.

Bir haftalik ro'za tutishning dastlabki bosqichlarida ochlik hissi paydo bo'ladi. Biroq, kunlar o'tishi bilan ochlik hissi kamayadi va ro'za tutgan odam yengillik, energiya, hayotiylik va jismoniy cheklovlardan xalos bo'lish tuyg'usini his qiladi. Nima uchun? Chunki tanani jismoniy oziq-ovqatdan mahrum qilish uni nomoddiy ozuqaga: oqimga, energiyaga, faollikka yoki hayot kuchiga tayanishga majbur qiladi.

Inson irodasi eng katta energiya generatoridir. Iroda va o'z-o'zidan paydo bo'ladigan istak orqali inson cheksiz suv omboridan tezda ma'naviy kuchga ega bo'lishi mumkin.

Kundalik vazifalarini bajarishni istamaydigan odam energiya va hayotiylikning yetishmasligini his qiladi. Boshqa tomondan, tirishqoqlik bilan, g'ayrat bilan va chinakam ishlash istagi bilan ishlaydigan odam kosmik oqim tomonidan qamrab olinadi va uning tanasi va ruhi hayotiylik elementlari bilan to'ldiriladi.

Kimki iroda kuchi bilan metafizik hayot kechirish usullarini bilsa va amalda qo'llasa va hayot kuchini uning bitmas-tuganmas kosmik manbasidan ongli ravishda qanday olishni bilsa, u ko'plab jismoniy cheklovlardan ozod bo'ladi.

Hindistonlik donishmandlar va yogilar materiyaning jamlangan aqliy mohiyat ekanligini aytishadi. Ularning ba'zilar bu haqiqatni o'z tanalarini va boshqa narsalarni iroda bilan moddiylashtirish va boshqarish qobiliyatini namoyish etish orqali isbotladilar.

Zamonaviy fan materiya tebranish kuchlaridan iborat ekanligini isbotladi. Toshlar va sayyoralardan tortib odamlargacha bo'lgan koinotdagi barcha shakl va shakllarni tashkil etuvchi kimyoviy elementlar elektron tebranishlarining turli shakllari va o'zgarishlaridan boshqa narsa emas. Masalan, muz o'zining sovuqligi, og'irligi va shakli bilan ajralib turadi. Uni ko'rish va teginish mumkin. Agar biz muzni eritib yuborsak, u suvga aylanadi. Agar biz suvni qaynatsak, u bug'ga aylanadi va keyin ko'rinmas bo'lib qoladi. Shuning uchun, ilmiy nuqtai nazardan, muz yoki qor, garchi u bizning sezgi organlarimiz tomonidan sezilsa ham, aslida mavjud emas. Uning mohiyati ko'rinmas elektronlar yoki energiya shakllaridir.

Boshqacha qilib aytganda, eritib yuborilishi yoki ko'rinmas holatga keltirilishi mumkin bo'lgan narsani haqiqiy mavjudlik deb bo'lmaydi. Shu nuqtai nazardan, materiya mavjud emas deb hisoblash mumkin, ammo uning mavjudligi nisbiydir.

Materiya bizning ongimiz bilan bog'liq holda mavjud. Lekin mohiyatan, u ko'rinmas kuch bo'lib, u faqat tashqi ko'rinishi va jismoniy shakli bilan yo'q bo'lib ketadi va o'zgaradi.

Xuddi shunday, inson ongi va materiyasi ilohiy ongning namoyonidir, ular faqat shaklda mavjud. Haqiqat shundaki, faqat universal ong haqiqatan ham mavjud

Bola ota-onadan tug'ilganidek, materiya ham o'zining mavjudligi uchun ongga bog'liq. Materiya ilohiy ongning mahsulidir va inson ongi uchun idrok etiladigan ko'rinadi. Materiyaning o'z-o'zidan haqiqati yo'q, chunki u ichki mavjudlikka ega emas.

Materiyaning elektron kuchlari, aqldan ozgan bo'lsa-da, o'z-o'zini anglaydigan kosmik hayot

kuchining tebranishlarini o'z ichiga oladi, ular esa o'z navbatida ilohiy manbadan chiqadi.

Xudo: "Osmonlar va yerning nuri", dedi, shuning uchun yorug'lik bo'lsin va yorug'lik paydo bo'ldi. Bu shuni anglatadiki, ilohiy ong va ilohiy irodaning markazi yorug'lik yoki tebranuvchi energiyaga aylandi.

Kosmik hayot oqimi va keyinchalik katta kuch bilan tebrangan elektronlar tabiatning xilma-xil, shaffof kuchlariga aylandi. Bu kuchlar jismoniy olamni tashkil etuvchi asosiy moddiy elementlar sifatida namoyon bo'ldi.

Materiya inson ongi uchun haqiqiy va idrok etiladi. Ammo tajriba, mantiq va ba'zi laboratoriya tajribalari orqali insoniyat ko'rinadigan dunyoning barcha xayoliy tasvirlari va shakllari ortida doimiy va o'zgarmas ijodiy kuch bo'lishi kerakligini aniqladi.

Bu haqiqatni okeanning tabiatini tushunish orqali anglash mumkin, garchi uning to'lqinlari yagona buyuk mohiyatning vaqtinchalik namoyon bo'lishiga qaramay: okeanning o'zi. To'lqinlar okeansiz mavjud bo'la olmaydi, lekin okean to'lqinlar bilan va ularsiz mavjud.

Bu tushunchalarni intellektual jihatdan tushunish mumkin, ammo ularni chinakamiga tushunish mumkin emas, agar inson materiyani hayot kuchiga, hayot kuchini esa kosmik ongga aylantirishni o'rganmasa, payg'ambarlar, ba'zi buyuk shaxslar va o'zini o'zi biladiganlar qilganidek va qilishda davom etayotganidek. Bu ma'rifatli shaxslar uchun materiya o'z-o'zidan mavjud emas, chunki ular yaratilish to'lqinlari ostida o'zgarmas va o'zgarmas ruh okeani yotganini aniq bilishadi.

Vedanta va Yoga falsafalarida koinot - bu Xudoning abadiy, uyg'oq ongi ichidagi tush (uni na

uyqu, na uyqu qamrab olmaydi). Materiya va ong, yulduzlari va sayyoralar bilan koinot, zich sirt to'liqlari va moddiy yaratilishning nozik, shaffof oqimlari, insonning his qilish, iroda va ong qobiliyatlari, hayot va o'lim, kecha va kunduz, sog'liq va kasallik, muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik holatlari - bularning barchasi bu kosmik tushni boshqaradigan nisbiylik qonuniga ko'ra haqiqatdir.

Nisbiylik nuqtai nazaridan idrok etilgan hamma narsa faqat buyuk kosmik tushda o'zining kichik rolini o'ynaydigan inson xayolparasti uchun haqiqiydir. Kosmik illyuziyadan yoki nisbiylik qonunidan qochish uchun insoniyat bu tushdan Xudoning abadiy ongiga uyg'onishi kerak.

Biz bu tushni tasavvur yoki inkor orqali, o'limni rad etib, hayotni qabul qilish orqali yoki kasallikni e'tiborsiz qoldirib, sog'liqni tan olish orqali o'zgartira olmaymiz. Har bir holat tanganing narigi tomoni yoki mato parchasi kabi o'zining qarama-qarshi tomonining ajralmas qismidir. Ikkiliklar alohida emas, balki o'zaro bog'liq. Haqiqat izlovchi ularni o'z ongida ajratishga urinmaydi, balki bilim va donolik orqali ulardan oshib ketadi.

Faqat ijobiy, baxtli va foydali jihatlarni dualistik tabiat faktlari sifatida qabul qilishni istagan har bir kishi orzular dunyosining illyuziyalariga botgan odamdır.

Xuddi inson bir muddat haqiqiydek tuyuladigan, ammo uyg'oqlik holatiga o'tganda o'z kuchini yo'qotadigan tushlarni ko'rgani kabi, inson ham haqiqiydek tuyuladigan materiya tushidan uyg'onib, haqiqiy va o'zgarmas ruh dunyosida yashashi mumkin.

Faqatgina meditatsiya va tafakkur orqali o'z ongini cheksiz Mutlaqqa kengaytirishni va

o'zgartirishni o'rgangan mukammal shaxs yaratilishni ilohiy orzu sifatida idrok eta oladi. Faqat ular materiyaning mavjud emasligini aniq e'lon qila oladilar. Doimiy o'zini o'zi tarbiyalash, ichki kuchni rivojlantirish va ilmiy yoga meditatsiyasi amaliyoti yoki ruhiy anglashga olib boradigan boshqa har qanday yo'l - xoh imon, sevgi, xizmat, o'zidan kechish yoki samimiy ibodat orqali - Xudoni izlovchi ikkiliklarni yo'q qila oladi va ko'plik va xilma-xillikning barcha ko'rinishlari ortidagi abadiy birlikni idrok eta oladi.

Kosmik illyuziyadan ozod bo'lgan har bir kishi Qodir Xudo barcha mavjudotda hamma narsa ekanligini biladi va shu tariqa uning ilohiy ongiga ta'sir qiladi va haqiqatning mohiyatini anglaydi.

Sizga tinchlik bo'lsin

Boy odam - bu Xudo boy qilgan odamdir.

O'qituvchi Paramhansa Yogananda tomonidan hikoya qilinganidek

**Imperator Akbar (milodiy 1556-1609)
Hindistonning Mug'ul imperatorlaridan biri va tarix davomida Osiyo qit'asining eng buyuk hukmdorlaridan biri bo'lgan. U o'z xalqiga nisbatan adolat va adolat hamda ularning farovonligi haqida chinakam g'amxo'rliqi tufayli "Insoniyat homiysi" unvoniga sazovor bo'lgan. Shuningdek, u yo'qolgan Hindiston hududlarini qaytarib olish va ularni kuchli, markazlashgan davlatga birlashtirish uchun astoydil harakat qilgan.**

Akbar Hindistonda turli dinlar o'rtasidagi bag'rikenglikning buyuk himoyachisi edi. Uning hukmronligi davrida hinduizm va islom to'liq

uyg'unlikda yonma-yon gullab-yashnadi. Musulmon imperatori (Akbar) ba'zan islomiy kiyim kiyib, masjidda ibodat qilish uchun borar, boshqa paytlarda esa hind kiyimlarini kiyib, meditatsiya va ibodat uchun hind ibodatxonasiga borardi.

Bu buyuk qalb egasi va saxovatpesha imperator bir kun ham to'xtamasdan, butun mamlakat bo'ylab muhtojlarga va ijtimoiy muassasalarga sovg'alar va xayriyalar ulashib turardi.

Uning odati sakkizta ajoyib otlar tortgan hashamatli qirollik aravasida minish edi. Soqchilar va jarchilar uning ulug'vor yurishi shahar bo'ylab barabanlar, zillar va karnaylar bilan e'lon qilishardi.

Bu shon-sharaf va ulug'vorlikka qaramay, agar fuqarolardan biri undan yordam so'ramoqchi bo'lsa yoki iltimos qilmoqchi bo'lsa, uning eng buyuklaridan istalgan vaqtda va istalgan joyda yurishni to'xtatish to'g'risida qat'iy buyruqlar bor edi.

Bir kuni, ulug'vor qirollik korteji ikki tomoni daraxtlar bilan qoplangan keng xiyobondan o'tayotganida, imperator bir necha metr masofada o'tirgan va yordam va xayriya so'rab baqirgan ikki ko'r odamni ko'rib qoldi.

Oqsoqol aravani birinchi ko'r odamning oldida to'xtatishni buyurdi, u baqirayotgan edi:

"Boylar - bu imperator boy qiladiganlardir"

Bu iborani diqqat bilan tinglab bo'lgach, u haydovchidan baqirayotgan boshqa ko'r odam tomon yurishni so'radi:

"Haqiqiy boy odam - bu Xudo boy qilgan odamdir"

Bir oy davomida imperator har safar undan va Xudodan boylik so'rab turgan ikki ko'r odamning yonidan o'tganda bir xil ikki iborani eshitdi. Nihoyat, uning ichida mehr-shafqat uyg'ondi va u birinchi odamga yordam berishni xohladi, uning shiori: "Imperator kimni boy qilsa, o'sha eng boydir".

Bir kuni Akbar saroy novvoyidan o'rtasi sof oltin bilan to'ldirilgan katta (qalin kamaj turidagi) non pishirishni so'radi. Akbar bu nonni birinchi ko'r odamga berdi va boylikni imperatordan emas, balki Xudodan umid qilgan ikkinchi ko'r odamni butunlay e'tiborsiz qoldirdi.

Ko'p o'tmay, Akbar ovga chiqdi va qaytib kelayotganda o'sha ko'chadan o'tib, unga oltin bo'lakni bergan ko'r odamni ko'rdi, u hali ham joyida turibdi va avvalgidek baqirib: "Boy - bu imperator boy qilgan odam", deb baqirdi.

U qirollik aravasini ko'r odamning oldida to'xtatishni so'radi va undan so'radi: "Men bergan non bilan nima qilding?"

Erkak javob berdi:

— Hazrati oliylari, menga bergan non juda katta edi va juda og'ir bo'lgani uchun yaxshi pishmadi, shuning uchun men uni boshqa ko'r odamga o'n filga sotdim va asl saxovatingiz tufayli bo'lgan fillarni olganimdan minnatdorman.

Akbar atrofga qaradi va boshqa ko'r odamni qidirdi, lekin topa olmadi. U haqida so'ragandan so'ng, u nonni xotiniga berganini bildi va u nonni ochishi bilan oltinni topdi. Ular kamtarona uy sotib olishdi va Xudo ularning xohishini bajarib, ularni mo'l-

ko'l marhamati bilan boyitgandan keyin ularning ahvoli yaxshilandi.

Buni eshitgan imperator voqeaning chuqur ahamiyatini angladi. Misli ko'rilmagan kamtarlik bilan u hayajon va g'azabni namoyon etib, birinchi ko'r odamga tanbeh berdi:

"Nima qilding, ahmoq? Mening oltin bilan to'ldirilgan nonimni boylik uchun menga emas, balki Xudoga tayangan do'stingga berding. Bundan buyon uning shiorini qabul qilib, u ilgari e'lon qilganidek e'lon qilishing kerak: Xudo boy qilgan odam boydir".

Yoki shunga o'xshash narsa:

Beruvchiga ega bo'lgan kishi beradi

U faqat boy deb ataladi

Sizga tinchlik bo'lsin

Magnit yoki intellektual oziq-ovqat

Odamlar oziq-ovqat yoki ovqatlanish haqida gapirganda, odatda tanani qo'llab-quvvatlash uchun ishlatiladigan jismoniy oziq-ovqatni nazarda tutadilar. Ammo jismoniy oziq-ovqatdan kam bo'lmagan va ko'pincha undan ham muhimroq bo'lgan boshqa turdagi oziq-ovqatlar ham mavjud.

Ushbu intellektual yoki ma'naviy oziq-ovqatlar orasida:

Aqliy faoliyat yoki ong, donolik va ma'naviy idrokning konsentratsiyasi

Jismoniy oziq-ovqat tana hujayralarini qo'llab-quvvatlaydi, intellektual oziq-ovqat esa ongni sog'lom

g'oyalar bilan to'ldiradi, donolik oziq-ovqati esa qalbni tetiklashtiradi va uning qobiliyatlarini rivojlantiradi.

Intellectual ozuqa odatda inson o'ylaydigan va boshqalar bilan aloqa va o'zaro ta'sir orqali ulardan oladigan g'oyalardan iborat.

Xotirjam va olijanob fe'l-atvorga ega odamlar fikrlarimizni jozibali va sog'lom qilishga yordam beradi. Inson o'zining intellektual ozuqasini tinch yoki buzg'unchi muhitdan oladimi, aniqlash qiyin emas. Xavotir, qayg'u va tartibsizliklarning barchasi noto'g'ri odamlar, xoh do'stlar, xoh qarindoshlar bilan muloqot qilishdan kelib chiqadi, bu esa xavotirli fikrlar va notinch kayfiyatga olib keladi.

Tana energiya va faollikni jismoniy oziq-ovqatlardan oladi, magnitli oziq-ovqatlar esa tanani ham, ongni ham tirik energiyaga aylantirib bo'lmaydigan qattiq va suyuq oziq-ovqatlarga qaraganda hazm qilish osonroq bo'lgan energiya zaryadlari bilan ta'minlaydi.

Jaholatni donolikka aylantira olganingizda

Zaiflik va ojizlikdan sog'liq va hayotiylikka

Hayot yo'llarida ishonch bilan va jasorat bilan yuring - hatto yolg'iz bo'lsangiz ham

Va tirik va hushyor vijdonga ega bo'lishning ichki quvonchi

Va Xudoning adolatiga va haqiqatning yolg'on ustidan, haqiqatning esa illyuziya ustidan g'alaba qozonishiga sobit ishonch.

Va har kuni fikrlaringizni yuqoriroq va yanada takomillashtirilgan darajalarga chiqarishga harakat qilganingizda

Uning mehribon va minnatdor qalbi bor

Va boshqalarga nisbatan yaxshi niyatlar

Sizning intellektual ozuqangiz magnitdir

Va keyin u sizga go'zal va foydali bo'lgan barcha narsani jalb qiladi

Narsalardan, odamlardan va sharoitlardan

U xavfsizlik va osoyishtalik qirg'oqlari tomon yo'lni davom ettirishga juda muhtoj.

Va nihoyat, lekin ahamiyatsiz emas

Sizga kerak bo'lgan narsani olish uchun harakat qilganingizda va Xudo siz uchun oson qilgan narsadan qanoatlanganingizda

Dunyo mol-mulkiga berilib, uning o'tkinchi lazzatlariga hirs qo'yganlardan ko'ra, ma'naviy jihatdan boyroq va qanoatliroq bo'ling.

Sizga tinchlik bo'lsin

Xudo Uni sevganlarni tark etmaydi

"Yogi xotiralari: avtobiografiya" (Yogi hayotidagi hind falsafasi) kitobidan

"Agar otamiz seni merosdan mahrum qilganida, Mukunda ⁽¹⁾, sen bunga loyiq bo'lar eding, chunki sen hayotingni ahmoqona va bema'nilik bilan behuda sarflayapsan!"

Akamning va'zi qulog'imga shunday yetib keldi. Men poyezddan Jitendra bilan endigina chang qatlami ostida qaytib kelgan edim, nihoyat eski Agra shahriga ko'chib o'tgan Anantaning uyiga yetib keldik. Akam hukumatning jamoat ishlari bo'limida buxgalter bo'lib ishlardi, shuning uchun men unga: "Bilasizmi, Ananta aka, men Xudodan merosimni so'rayapman", dedim.

U javob berdi: "Pul birinchi o'rinda, Xudo esa keyinroq keladi! Kim biladi? Balki umr uzoq bo'lar!"

Men: "Xudo birinchi o'rinda turadi, pul esa Uning xizmatkori! Va kim bashorat qila oladi? Hayot qisqa bo'lishi mumkin!", dedim.

Javobim o'z-o'zidan paydo bo'ldi, men hech narsa sodir bo'lishini sezmagan holda (Lekin afsuski! Ananta bu dunyoni yoshligida tark etdi)

Akamning ko'zlari mamnuniyatdan chaqnab ketdi, u hali ham mening oilaviy uyimga qaytishimni umid qilib, dedi:

"Menimcha, bu sahrodan kelgan donolik. Lekin menga sen Benaresni tark etganga o'xshaydi!"

Shuning uchun men unga: "Benaresdagi qo'lim behuda ketmadi, chunki u yerda yuragim orzu qilgan hamma narsani topdim! Ishoning, men topgan narsa siz bilan birga uchratgan (olim) yoki uning o'g'li emas edi", dedim.

Ananta bo'lib o'tgan voqealarni eslab, men bilan birga kulib yubordi va menga yo'l boshchi sifatida tanlagan bashoratchi olim Benaresning haqiqatan ham bashorat va idrok yetishmasligini tan oldi. U mendan so'radi:

"Xo'sh, rejangiz nima, adashgan, sarson-sargardon ukam?"

Men javob berib, tushuntirdim: "Jitendra mendan Toj Mahalning mo''jizalaridan bahramand bo'lish uchun Agraga borishimni so'radi, shundan keyin biz yaqinda topib olgan, Varanasida ziyoratgohi bor yo'l boshchimning oldiga boramiz".

Ananta bizga juda yaxshi munosabatda bo'ldi va kechqurun u menga qayta-qayta sinchkovlik bilan tikilib qoldi, shuning uchun men o'zimga:

"Men bu nigohning ortida nima borligini bilaman! U biror narsa pishiryapti!"

Darhaqiqat, men nonushta paytida bashorat qilgan narsa Ananta kechagi suhbatning mavzularini yig'ib, begunoh ko'rinardi: "Demak, siz otamizning puliga ehtiyoj sezmaysiz!"

Men: "Balki, mening tavakkalim faqat Allohgadir", dedim.

U javob berdi: "So'zlar arzon, Mukanda! Taqdir seni shu paytgacha himoya qilib kelgan. Lekin agar senga oziq-ovqat va boshpana berish uchun o'sha ko'rinmas qo'lga tayanishga majbur bo'lsang, ahvoling qanchalik sharmandali bo'lardi! Ko'chalarda tilanchilikka yuz tutganing aniq!"

Men: "Xudo saqlasin! Men Unga ibodat qiluvchi va tavakkal qiluvchilar uchun rizq eshiklarini ochadigan va ularga tilanchilik va so'rashdan tashqari son-sanoqsiz tirikchilik manbalarini beradigan Allohga emas, balki yo'lovchilarga ishonmayman", dedim.

U shunday dedi: "Bularning barchasi ritorik ifoda va bo'rttirma til! Aytaylik, men sizdan maqtanib, maqtanib yurgan falsafangizni ushbu moddiy dunyodagi real tajribangiz bilan sinab ko'rishingizni so'rasam, qabul qilasizmi?"

Men: "Ha, qabul qilaman! Xudoni faqat nazariy olam bilan cheklash joizmi?", dedim.

U shunday dedi: "Bugun ko'ramiz, sizda mening qarashlarimni kengaytirish yoki ularning haqiqiyligini tan olish imkoniyati bo'ladi".

Ananta bir zum dramatik tarzda to'xtadi, keyin sekin va xotirjam gapirishda davom etdi:

"Meni bugun ertalab do'stingiz Jitendra bilan birga yaqin atrofdagi Brindbane shahriga yuborishingizni taklif qilaman, sharti bilan o'zingiz bilan bir rupiya ham olmang, ovqat yoki pul so'ramang, ahvolingiz haqida hech kimga ayt mang va Brindbaneda ovqatsiz qol mang yoki qolib ket mang. Agar siz bu sinov shartlarining birortasini ham buzmasdan yarim tundan oldin mening uyimga qaytsangiz, men Agradagi eng hayratlanarli odam bo'laman!"

Men: "Va men bu qiyinchilikni qabul qilaman", dedim.

So'zlarimda ham, qalbimda ham hech qanday ikkilanish yo'q edi. Ilohiy aralashuvning quvonchli xotiralari ko'z o'ngimda chaqnab ketdi: Lahiri Mahasya tasviri oldida Xudoga iltijo qilish orqali halokatli vabodan davolanishim; Lahor uyining tomidan uchib o'tayotgan ikkita uçurtmaning sovg'asi; Bareillyning umidsizlik va umidsizliklari

orasida o'z vaqtida yetib kelgan tumor; Pandit hovlisi tashqarisidagi noma'lum zohid Banarasning hal qiluvchi xabari; Muqaddas Onaning ko'rinishi va uning ulug'vor sevgi so'zlarini eshitish va Guru Mahasya orqali mening xohishlarimga darhol javob berish; oxirgi daqiqada kelgan va menga o'rta maktab diplomini olishga yordam bergan yo'l-yo'riq; va keyin mahalla o'qituvchim, umr bo'yi orzular tumanida menga kelgan oxirgi ne'mat. Men hech qachon bu qattiq dunyoda, faqat aniq dalillar va dalillarga ishonadigan dunyoda kurash uchun "falsafam"ning yetarli bo'lishiga yo'l qo'ymayman.

Akam javob berdi: "Chaqiruvni qabul qilish siz uchun sharaf va men hozir siz bilan poyezdgacha boraman".

Keyin Ananta hayratdan og'zini ochib turgan Jitendraga o'girilib, unga murojaat qildi: "Siz unga guvoh sifatida va ehtimol jabrlanuvchi sifatida hamroh bo'lishingiz kerak!"

Yarim soat ichida Jitendra bilan men bu kutilmagan sayohat uchun bir tomonlama chiptalarni ushlab turdik. Ananta bizni bekat burchagida sinchiklab tekshirib, yonimizda pul yo'qligiga va belimizga o'ralgan mato parchalari kerak bo'lgandan ko'ra ko'proq yashirilmaganligiga ishonch hosil qilganidan keyin.

"Ananta, menga zaxira sifatida bir-ikki rupiya bering, omadsizlik yuz bergan taqdirda sizga telegramma yuboray", deb e'tiroz bildirdi do'stim pul va iymon o'rtasidagi kuchayib borayotgan ziddiyat orasida.

Men unga tanbeh bilan baqirdim: "Jitendra, agar oxirgi kafolat sifatida pul olib yursangiz, men bu sinovni davom ettirmayman".

Jitendra javob berdi: "Tangalarning jiringlashi taskin beradi". Lekin qiz uni qattiq tanbeh berganida, u jim turishdan boshqa chorasi qolmadi.

Akam: "Mukanda, men yuraksiz emasman", dedi.

Anantaning ovozida kamtarlik ohangi yangradi, ehtimol, vijdoni uni ikki pulsiz bolani notanish shaharga yuborgani yoki Xudoning kuchiga ishonmasligi uchun qiynayotgandir, keyin qo'shimcha qildi:

"Agar tasodifan yoki inoyat bilan Brandyban sinovidan muvaffaqiyatli o'ta olsam, meni shogirdingiz qilib tayinlashingizni so'rayman."

Bu va'da g'ayrioddiy va o'rnatilgan urf-odatlar va an'analarga zid edi. Hind oilalarida katta aka kamdankam hollarda o'zidan kichiklarga ta'zim qiladi; u o'zidan kichiklardan hurmat va itoatkorlik ko'rsatishda faqat otadan keyin ikkinchi o'rinda turadi. Biroq, uning aytganlariga izoh berishga vaqt qolmadi, chunki poyezd allaqachon harakatlana boshlagan edi.

Poyezd tezlashib borar ekan, Jitendra g'amgin jim qoldi, keyin nihoyat o'rnidan turib, meni og'riqli joyimdan qattiq chimchilab qo'ydi:

"Xudo bizga keyingi ovqatni berishiga hech qanday ishora ko'rmayapman!"

Shuning uchun men: "Xotir bo'l, ikkilanuvchi, chunki Xudo yashirincha ishlaydi", dedim.

U javob berdi: "Uni tezlashtira olasizmi? Men ochlikdan o'lyapman, shunchaki bizni nima kutayotgani haqida o'ylayapman. Men Varanasi shahridan o'z qabrimga kirish uchun emas, balki Toj Mahalni ko'rishdan zavqlanish uchun ketdim!"

Shuning uchun men: "Jasur bo'l va xursand bo'l, Jitendra! Biz Brindibanning muqaddas mo'jizalarini birinchi marta ko'rish uchun yo'lga chiqmayapmizmi?", dedim. "Xudo Krishnaning oyoqlari bilan baraka topgan yerga qadam qo'yaman degan fikrning o'zidayoq sog'inchga to'laman."

Shu payt bizning kupemizning eshigi ochilib, ikki kishi kirib keldi. Keyingi bekat oxirgisi edi.

Ro'paramda o'tirgan notanish odam menga sezilarli qiziqish bilan murojaat qilib, so'radi: "Salom bolalar, Brandenburgda do'stlaringiz bormi?"

Men sovuqqonlik bilan undan nigohimni boshqa tomonga burib: "Bu sening ishing emas", dedim.

U: "Balki siz Yurak O'g'risining sehri ostida oilangizdan qochib ketgandirsiz. Men ham ruhiy orzularga ega odamman va men sizning bu qattiq issiqdan oziq-ovqat va boshpana olishingizga ishonch hosil qilaman", dedi.

Men javob berdim: "Yo'q, janob, bizni tinch qo'ying. Siz saxiysiz, lekin bizni qochqin deb o'ylab adashyapsiz".

Suhbatimiz shu yerda tugadi. Poyezd to'xtab, Jitendra bilan platformadan tushishimiz bilan, ikki tasodifiy do'stimiz bizni quchoqlab, taksi chaqirishdi.

Biz doim yashil daraxtlar orasidagi ajoyib joyda joylashgan ulug'vor ibodatxona oldida otdan tushdik. U yerda xayriya qiluvchilar juda mashhur ekanligi aniq edi, jilmaygan bola bizga yaqinlashib, hech qanday izohsiz bizni qabulxonaga olib bordi, u yerda bizni hurmatli, nurli kampir kutib oldi.

Erkaklardan biri styuardessa ayolga murojaat qilib: "Ona Gauri, ikki shahzoda qatnasha olmaydi", dedi. So'nggi daqiqada ularning dasturi o'zgardi va ular sizga samimiy minnatdorchilik va chuqur uzr so'rashdi. Lekin biz poyezdda uchrashganimizda, menimcha, yana ikkita mehmonni olib keldik, ular Lord Krishnaning shogirdlari edi", dedi.

Ikki do'st eshik tomon yo'l olishdi va: "Xayrlashamiz, ikki kichkina do'stimiz, Xudo xohlasa, yana uchrashamiz", dedilar.

Ona Jouri kutilmagan mehmonlariga yoqimli va mehrli tabassum bilan: "Xush kelibsiz! Siz bu yerga bundan yaxshiroq kunda kela olmaysiz. Men bu yerga ikkita shahzoda kelishini kutgan edim. Sizning kelganingizdan juda xursandman, aks holda men juda ehtiyotkorlik bilan tayyorlagan taomim hech kimni tatib ko'rmaganida va undan zavqlanmaganida, uyatdan erib ketardim!", dedi.

Bu mehrli so'zlar Jitendraga kutilmagan ta'sir ko'rsatdi, u yig'lab yubordi. Brindbaneda qo'rqqan falokat qirollar va shahzodalar uchun mos ziyofatga aylandi. Voqealarning bu to'satdan o'zgarishi unga chiday olmasdi. Uy egasi unga qiziquvchanlik bilan qaradi, lekin hech qanday izoh bermadi, ehtimol, o'smirning hissiy portlashlaridan xabardor edi.

Bizni tushlikka taklif qilishdi va ona Jouri bizni ishtahani ochuvchi hidlar bilan xushbo'y ovqat xonasiga olib bordi, keyin qo'shni oshxonaga kirib ketdi.

Men shu lahzani kutayotgan edim, shuning uchun Jitendraning tanasidan mos joy tanladim va uni poyezdda meni chimchilaganidek chimchilab, shunday dedim:

"Xudo ishlaydi, tez ham ishlaydi, ey imonsizlar!"

Styuardessa yelpig'ichni ko'tarib qaytib keldi, u bizni an'anaviy sharqona uslubda to'xtovsiz yelpig'ich bilan ... qilib, kashta tikilgan adyollarga o'tirganimizda, rohiblar o'ttizga yaqin turli xil taomlarni olib kelishdi. Bu oddiy tushlik emas, balki dabdabali ziyofat edi! Bu sayyoraga kelganimizdan beri biz hech qachon bunday lazzatli taomlarni tatib ko'rmagan edik.

U styuardessamizga murojaat qilib: "Bular chinakam shahzodalarga mos taomlar, muhtaram onajon! Bilmadim, qirollik mehmonlaringiz bu ziyofatda qatnashishdan ko'ra qaysi shoshilinch ishni muhimroq deb bilishgan! Siz bizga hech qachon unutmaydigan umrbod xotirani berdingiz!", dedi.

Anantaning ahvoli bizga ko'proq ma'lumot berishga imkon bermagani uchun, biz hurmatli xonimga minnatdorchiligimiz ikki ma'noga ega ekanligini tushuntira olmadik, ammo sadoqatimiz aniq edi. Biz uning duosi va marhumni qayta ko'rishga iliq taklif bilan jo'nab ketdik.

Tashqaridagi jazirama chidab bo'lmas darajada qattiq edi, shuning uchun do'stim bilan men monastir

darvozasi yonidagi kadamba daraxti soyasida panoh topdik. Shundan so'ng Jitendra ikkinchi marta o'zining xavotir va shubhasini bildirganida, xafa qiluvchi so'zlar aytdi:

"Meni qanday ahvolga solib qo'ydingiz! Tushligimiz omad masalasi edi! Endi qo'limizda bir tanga ham bo'lmasa, bu shaharning go'zalligidan qanday bahramand bo'lamiz? Keyin, menga Anantaning uyiga qanday qaytishimizni ayta olasizmi?"

Shuning uchun men: "Endi qorningiz to'ygan ekan, Xudoni qanchalik tez unutasiz!" dedim.

Mening so'zlarim qo'pol emas, balki tanbeh edi. Jannat ne'matlari haqida gap ketganda, inson xotirasi naqadar qisqa! Bu dunyoda iltijolariga javob olmagan birorta ham odam yo'q.

Jitendra javob berdi: "Men siz kabi beparvo odam bilan tavakkal qilgan ahmoqligimni hech qachon unutmayman!"

Men: "Yetarli, Jitendra, chunki bizni oziqlantirgan Xudo Brindbanda bizga g'amxo'rlik qiladigan va bizni Agraga qaytaradigan Xudoning o'zi!" dedim.

Gapirib bo'lishim bilanoq, yuzidan ishonch va taskin nuri sochilib turgan bir yigit tezda bizga yaqinlashdi. U daraxtimiz tagida turib, menga ta'zim qilib dedi:

"Aziz do'stim, sen va hamrohing bu yerda notanish bo'lsa kerak, shuning uchun menga mezbon va yo'l boshchi bo'lishga ijozat bering."

Hind erkakning yuzi kamdan-kam hollarda oqarib ketgan bo'lsa-da, Jitendraning yuzi darhol kasallikning sarg'ayishiga sabab bo'ldi. Men taklifni xushmuomalalik bilan rad etdim. Lekin yigit juda asabiylashdi, boshqa sharoitlarda bu juda kulgili bo'lardi. U javob berdi:

"Siz, albatta, mendan qutula olmaysiz!"

Men: "Nega yo'q?" dedim.

U menga ishonch bilan qarab: "Chunki siz mening ustozimsiz", dedi. Peshinda meditatsiya qilayotganimda, muborak Krishna Xudoni vahiyda ko'rdim va u menga aynan shu daraxt ostida ikkita qiyofani ko'rsatdi. Ulardan biri sizning yuzingiz edi, ustozim, men buni meditatsiyalarimda tez-tez ko'rganman! Agar siz mening kamtarona xizmatlarimni qabul qilsangiz, men qanchalik xursand bo'lardim!"

Shuning uchun men: "Meni topganingizdan xursandman, na Xudo bizni tark etdi, na inson bizni tark etdi!" dedim.

Garchi men qimirlamay, qarshimdagi o'sha g'ayratli yuzga qarab jilmayib tursam ham, hurmat tuyg'usi meni ilohiy oyoqlar oldida ruhan bosh egishga majbur qildi.

Bola: "Do'stlarim, uyimga tashrif buyurishingizni juda xohlayman!" dedi.

Men: "Sen saxovatli yigitsan, lekin biz buni qila olmaymiz, chunki biz Agradagi akamning mehmonimiz", dedim.

U: "Unda hech bo'lmaganda ushbu uchrashuv esdaligi sifatida ikkalangizni ham Brindibanga kuzatib borishga ijozat bering", dedi.

Men taklifni mamnuniyat bilan qabul qildim. Pratap Chatterji ismli yigit ot aravasini so'radi va biz Madhana Mohana ibodatxonasi va boshqa Krishna ibodatxonalariga qarab yo'l oldik. Ma'badda ibodat qilayotganimizda qorong'i tushdi. Keyin Pratap shunday dedi:

"Shirinliklar yeyish uchun ruxsat so'rasam maylimi?"

U biz endi odamlar bilan gavjum va nisbatan sovigan keng ko'chada sayr qilayotganimizda, vokzal yaqinidagi do'konga kirdi. Do'stimiz qisqa vaqtga g'oyib bo'ldi va ko'p miqdorda shirinliklar bilan qaytib keldi. U Agra shahriga sayohatimiz uchun sotib olgan ikkita chipta bilan birga bir dasta banknotalarni ushlab, yolvorib jilmaydi va dedi: "Menga bu ma'naviy sharafni berishingizni iltimos qilaman".

Mening qabul qilishim o'sha ko'rinmas qo'lga bo'lgan hurmatdan boshqa narsa emas edi. Ananta masxara qilgan uning saxiyligi kerak bo'lgandan ham ko'proq emasmidi?

Biz stansiya yaqinidagi tanho burchakni qidirdik va men:

"Pratap, men senga Kriyani o'rgataman: zamonaviy davrning eng buyuk yogi Lahiri Mahasya usuli. Va uning bu usuli sening ma'naviy yo'l boshching bo'ladi."

Boshlanish yarim soat ichida bo'lib o'tdi va men yangi shogirdga murojaat qilib: "Kriya sizning

istaklaringizni ro'yobga chiqaradigan qimmatbaho tosh bo'ladi. Siz oddiy deb bilgan bu san'at tez ruhiy taraqqiyot usulini o'z ichiga oladi. Muqaddas hind yozuvlarida aytilishicha, insonning mujassamlangan o'zi kosmik aldovdan xalos bo'lish uchun million yil kerak bo'ladi, ammo bu uzoq tabiiy davrni Kriya Yoga ancha qisqartirishi mumkin. Xuddi Jagades Chandra Bose o'simlikning o'sishini odatdagidan ko'ra tezlashtirish mumkinligini isbotlaganidek, insonning ma'naviy o'sishini ham ezoterik bilim tezlashtirishi mumkin. Amaliyotingizda samimiy bo'ling, shunda siz Xudoga, Ustozlarning Ustozi va Yo'lboshchilarning Yo'lboshchisiga yaqinlashasiz."

Pratap o'ychanlik bilan dedi: "Men uzoq vaqtdan beri izlab kelgan bu muborak yogika kalitini topganimdan juda xursandman. Uning ma'naviy ta'siri meni his-tuyg'ularimning cheklovlaridan ozod qiladi va meni yuqori olamlarga olib boradi. Bugun Krishnani ko'rish mening hayotimdagi katta ne'matdir".

Biz bir zum jimgina tushunish bilan o'tirdik, keyin bekat tomon bemalol yurdik. Poyezdga chiqayotganimda quvonch meni qamrab oldi, Jitendra esa yig'ladi. Pratap bilan xayrlashuvim ta'sirli edi, ikkala do'stimning xo'rsinishlari va yig'ilari bilan yakunlandi. Jitendra yana bir bor bu safar o'zi uchun emas, balki o'ziga qarshi qayg'uga botdi va u shunday dedi:

"Voy, Xudoga bo'lgan imonim qanchalik zaif edi! Yuragim tosh bosgan edi, lekin endi men hech qachon Xudoning g'amxo'rligiga shubha qilmayman"

Yarim tunda, bir tiyin ham bermasdan yuborilgan ikki sarguzashtchi Anantaning uyiga kirishdi. Uning

yuzi, albatta, va'da qilinganidek, hayratga to'la edi. Jimgina stolga rupiylar yog'di. U hazillashib dedi: "Rostini ayt, Jitendra! Bu yigit yo'l o'g'irligiga qo'l urmadimi?"

Lekin u voqea tafsilotlarini eshitishi bilan jiddiylashdi, keyin tushkunlikka tushdi va men ilgari hech qachon ko'rmagan ruhiy ishtiyoq bilan gapirdi:

"Talab va taklif qonuni men o'ylaganimdan ancha shaffof ufqlarga yetib bormoqda. Va men birinchi marta nima uchun bu dunyoda pul va uning qo'pol yig'im-terimiga ahamiyat bermasligingizni tushunyapman."

Kech bo'lgan bo'lsa-da, akam uni Kriya Yogaga bag'ishlashni talab qildi. Shunday qilib, ustoz Mukanda bir kun ichida so'ramagan ikkita "shogird" uchun javobgarlikni o'z zimmasiga olishi kerak edi.

Ertasi kuni ertalab biz nonushta qildik, avvalgi kundagidek tinchlik va hamjihatlik muhitida. Men Jitendraga tabassum qilib dedim:

"Siz Toj Mahalni ko'rishdan mahrum bo'lmaysiz. Serampurga sayohat qilishdan oldin unga bir nazar tashlaylik."

Biz Ananta bilan xayrlashib, Agraning ulug'vor va eng faxrli yodgorligiga - Toj Mahalga - nigohimizni qaratdik, uning oq marmari quyosh nurida mukammal uyg'unlik orzusi kabi yarqirab turardi. Qorong'u sarv daraxtlari, yashil o'tloqlar va sokin ko'l bilan o'ralgan uning ichki qismi yarim qimmatbaho toshlar bilan bezatilgan murakkab o'ymakorlik naqshlari bilan bezatilgan edi. Naqshinkor gulchambarlar va naqshlar jigarrang va binafsha marmar ustida bir-biri bilan

chambarchas bog'langan va kesishgan, gumbazdan taralayotgan yorug'lik esa imperator Shoh Jahon va uning qirolligi malikasi va uning mehr-muhabbati obyekti bo'lgan Mumtazi Mahalning qabrlarini yoritib turardi.

Ko'rganlarimni yetarlicha his qilib, o'qituvchimni ko'rishni juda xohlab, darhol Jitendra bilan Bengal tomon janubga yo'l oldim. Hamrohim: "Mukanda, men oilamni bir necha oydan beri ko'rmayapman. Rejalarimni o'zgartirdim va keyinroq Serampurdagi o'qituvchingiznikiga borishim mumkin", dedi.

Hamrohim - uni xushmuomalalik bilan fe'l-atvorli deb ta'riflash mumkin - meni Kalkuttada qoldirib ketdi va men shimolda o'n ikki mil uzoqlikda joylashgan Cebrampurga mahalliy poyezdda yetib keldim.

Varanasi shahrida ustozim bilan uchrashganimdan beri yigirma sakkiz kun o'tganini va u menga: "To'rt haftadan keyin qaytib kelasiz!" deganini anglaganimda, hayratdan titradim. Mana, men tinch Rai Ghatdagi uning ibodatxonasi hovlisida yuragim tez urib turar, keyingi o'n yilning katta qismini Hindistonning buyuk donishmandlari, ustozim Svami Sri Yuktesvar bilan o'tkazishga nasib etgan ibodatxonaga birinchi marta kirdim!

**O'qituvchi Paramhansa va Tagore
("Yogi hayotida Hindiston falsafasi" kitobidan)**

**Donishmand Paramhansa Yogananda uchun
"Rabindranat Tagore bizga qo'shiqchi qushlar kabi o'zini ifoda etish vositasi sifatida tabiiy va o'z-o'zidan qo'shiq aytishni o'rgatdi"**

Bu tushuntirish menga Ranchi maktabining 14 yoshli aqlli bolasi Bhola Natdan keldi, men uning ohangdor qo'shiqlarini bir kuni ertalab

maqtaganimdan keyin. Bola vaqti-vaqti bilan yoki vaqti-vaqti bilan ohangdor oqim kabi oqardi. U ilgari Bulpurdagi Tagorening mashhur "tinchlik porti" degan ma'noni anglatuvchi Santinakitanida tahsil olgan edi.

Men hamrohimga: "Rabindranatning madhiyalari yoshligimdan beri og'zimda. Barcha bengallar, hatto savodsiz qishloq aholisi ham uning ulug'vor she'riyatini juda yaxshi ko'radilar", dedim.

Va u Bhola bilan birga minglab hind she'rlarini musiqaga qo'ygan Tagorning ba'zi she'rlarini o'qidi, ularning ba'zilari uning o'z asarlari, ba'zilari esa qadimiy edi.

Qo'shiq aytib bo'lgach, men kulib dedim: "Men Rabindranat bilan adabiyot bo'yicha Nobel mukofotini olganidan so'ng darhol uchrashdim. Men uning tanqidchilari bilan muomala qilishdagi diplomatik bo'lmagan jasoratidan hayratda qolganim uchun uni ziyorat qilish istagini kuchli his qildim".

Bhola hikoya haqida ishtiyoq bilan so'radi, shuning uchun men shunday dedim: "Tilshunoslar Tagorni achchiq tanqid qilishdi, chunki u tilshunoslar qadrlaydigan til chegaralarini hisobga olmagan holda, so'zlashuv va klassik iboralarni aralashtirib, Bengal she'riyatiga yangi uslubni kiritdi. Uning she'rlarida chuqur falsafiy haqiqatlar jozibali, hissiy ifodalarda, mavjud adabiy shakllarga rioya qilmasdan o'z ichiga oladi".

"Nufuzli tanqidchi bir paytlar Rabindranatni nafrat va nafrat bilan "o'zining qo'shig'ini bosmaxonalarga arzimas pulga sotgan kaptar shoiri" deb ta'riflagan edi. Ammo Tagorning qasosi yaqinda edi! Uning kitobi (Gitanjali: Qo'shiq takliflari) ingliz tiliga tarjima qilinganida butun G'arb adabiy olami unga hurmat bajo keltirdi. Uning sobiq tanqidchilari bilan birga

katta guruh olimlar tabriklarini bildirish uchun poyezdda Santiniketianga yo'l olishdi."

Rabindranath ataylab uzoq kechikishdan keyin mehmonlarini qabul qildi, keyin ularning xushomadgo'y maqtovlarini jimlik va befarqlik bilan tingladi. Nihoyat, u tanqid qurollarini ularga qaratib dedi:

"Janoblar, siz menga taqdim etayotgan xushbo'y ehtirom va izzat atirgullari avvalgi nafratingizning chirigan hidlari bilan aralashgan. Nobel mukofotini olishim bilan sizning to'satdan taqdirlanishingiz o'rtasida biron bir bog'liqlik bormi? Men hali ham Bengal ziyoratgohiga kamtarona gullarimni taqdim etganimda sizni xafa qilgan o'sha shoirman."

"Gazetalar Tagorning jasur tanbehi haqida qisqacha ma'lumot chop etdi va men xushomadgo'ylik va ikkiyuzlamachilikka aldanmagan odamning ochiqchasiga gapirishiga qoyil qoldim."

⁽¹⁾ tanishtirdi , u shunchaki bengal kiyimlarida edi va Tagorni mehr bilan o'zining farishta ustози (Gurudeva) deb atagan edi."

"Rabindranat meni iliq kutib oldi, xarizma, boy madaniyat va samimiy xushmuomalalik aurası bilan o'ralgan edi. Tagore o'z adabiyotining manbalari haqidagi savolimga javoban, uning asosiy ilhom manbalari diniy dostonlarimizdan va XIV asrda yashagan shoir Vidyapatining asarlaridan kelib chiqqanligini aytdi."

Ushbu xotiralardan ilhomlanib, men Tagore tomonidan yangi shaklga moslashtirilgan eski Bengal qo'shig'ini kuylay boshladim, u "Yorug'lik, sevging chirog'ini yoqing" bilan boshlanadi. Maktab hovlisida sayr qilar ekanmiz, Bhola menga qo'shilib, quvnoq qo'shiq aytdi.

Ranchi maktabi tashkil etilganidan taxminan ikki yil o'tgach, men Rabindranathdan Santiniketanda uning oldiga ta'lim ideallarimizni muhokama qilish uchun taklif oldim. Men mamnuniyat bilan qabul qildim va u bilan uchrashish uchun bordim. Men yetib borganimda, u stoliga o'tirdi va u menga har qanday rassom tasavvur qilganidek, haqiqiy erkaklikning timsoli bo'lib tuyuldi. Uning kelishgan, nozik shakldagi yuzi uzun sochlari, to'lqinli soqoli va katta, mehribon ko'zlari bilan olijanoblik va qadr-qimmatni aks ettirardi, barchasi farishtalarcha tabassum bilan bezatilgan edi. Uning ohangdor ovozi, nay cholg'ulari kabi, qalbni zabt etardi. U uzun bo'yli, kuchli va xotirjam edi, ayolning nafisligi va baxtli bolaning beg'uborligini o'zida mujassam etgan edi. Men ilhomlangan shoirning boshqa biron bir ideali bu muloyim, ruhiy qiroatchidan ko'ra haqiqiyoq ifodani topishiga shubha qilaman.

Men darhol Tagore bilan birgalikda noan'anaviy tamoyillarga asoslangan ikkita ta'lim muassasamizni qiyosiy va chuqur o'rganishga kirishdim. Biz ular orasida ko'plab o'xshashliklarni topdik, masalan, ochiq havoda o'qish, soddalik va yosh bolalarda ijodkorlikni rag'batlantirish. Biroq, Rabindranath adabiyot va she'riyatni o'rganishga, musiqa va qo'shiq orqali o'zini ifoda etishga katta ahamiyat bergan, men buni Bholada allaqachon kuzatgan edim. Santiniketan o'g'il bolalari sukut saqlash davrlarini mashq qilishgan, ammo ular maxsus yoga mashg'ulotlaridan o'tmaganlar.

Shoir tana hujayralarini faollik va hayotiylik bilan to'ldiradigan Yogoda mashqlarining tushuntirishini va barcha Ranchi shogirdlariga o'rgatiladigan yogik konsentratsiya usulini chuqur diqqat bilan tingladi.

Tagore menga o'zining dastlabki ta'limdagi qiyinchiliklari haqida gapirib berdi va menga kulib: "Men besh yoshimdan keyin maktabdan qochib ketdim", dedi. Men uning nozik she'riy tuyg'ulari maktabning dahshatli intizomiy muhiti bilan qanday to'qnash kelishini darhol angladim.

Shoir yam-yashil bog'da tahsil olayotgan bir guruh talabalarga nafis imo-ishora qilib:

"Shuning uchun men Santinikit institutini daraxtlar soyasida va osmonning ulug'vorligi ostida tashkil qildim. Bola o'zining tabiiy muhitida, gullar va qo'shiqchi qushlar orasida ekanligini his qiladi, shunda u o'z iste'dodlarining ichki boyligini ifoda eta oladi. Haqiqiy bilimni tashqi manbalardan tortib olish yoki to'ldirish mumkin emas, aksincha, bilim inson qalbining tubida yashiringan cheksiz donolik xazinalarini ochib berishga yordam berishi kerak" ⁽²⁾

Men u bilan rozi bo'ldim va qo'shimcha qildim: "Bolalarning idealistik moyilliklari va qahramonlar va qahramonlikka bo'lgan muhabbati oddiy maktablarda ochlikdan o'ladi, chunki ular statistika, voqealar va tarixiy davrlardan iborat ovqat bilan cheklangan".

Shoir uni Santiniketanga kirishga ilhomlantirgan otasi Devendranat haqida mehr bilan gapirdi. U shunday dedi: "Otam menga ma'bad va mehmonxona qurgan bu unumdor yerni berdi. Mening ta'lim tajribam shu yerda 1901-yilda atigi o'nta bola bilan boshlandi. Nobel mukofoti bilan menga kelgan sakkiz ming funtni men maktabni saqlashga sarfladim".

Maharishi (Buyuk Donishmand) nomi bilan mashhur bo'lgan oqsoqol Tagore (Devendranath), uning hayotiy hikoyasidan ko'rinib turibdiki, chinakam ajoyib inson edi. U yoshligining ikki yilini Himolay monastirlarida meditatsiya bilan o'tkazgan. Xuddi shunday, uning otasi Dvarkanat ham butun Bengal

bo'ylab saxovatli jamoat xayriya ishlari bilan mashhur bo'lgan. Bu unumdor zamindan taniqli shaxslar oilasi paydo bo'lgan. Rabindranat ijodiy ifodasida yolg'iz emas edi; uning qarindoshlari uning iste'dodini baham ko'rishgan. Uning amakivachchalari Gogonendra va Upanendra Hindistondagi eng taniqli rassomlar qatoriga kiradi ⁽³⁾ Rabindranatning ukasi Dvijendra ham o'rmon qushlari va hayvonlari tomonidan seviladigan chuqur faylasuf edi.

Rabindranat meni o'zining mehmon uyida tunashga taklif qildi. O'sha oqshom shoir hovlida bir guruh talabalar bilan o'tirganida qanday ajoyib manzara edi! Vaqt to'xtab qolganday tuyuldi va bu manzara menga qadimgi dafn marosimi kabi tuyuldi, shoir Tagore shogirdlari bilan o'ralgan, quvonch va muqaddas sevgi muhitida Tagore har bir mehr-muhabbat rishtalarini uyg'unlik va hamjihatlik iplari bilan to'qib, takomillashtirayotgan edi. Xudoning bog'ida naqadar noyob haqiqiy ma'naviy she'riyat guli ochildi, boshqalarni o'zining tabiiy go'zalligi va xushbo'y hidi bilan o'ziga tortdi!

Rabindranath o'zining ohangdor ovozida bizga yangi yozgan shirin she'rlaridan ba'zilarini o'qib berdi. Uning shogirdlariga quvonch va zavq bag'ishlash uchun yozilgan madhiyalari va rivoyatlarining aksariyati Santiniketanda uchraydi. Men uchun uning she'riyatining go'zalligi deyarli har bir oyatda Xudoga ishora qilishda, garchi muqaddas ism aniq tilga olinmagan bo'lsa ham. Masalan, u shunday deydi:

"Qo'shiq aytishdan mast bo'lganimda, o'zimni unutib, seni do'stim deb atayman, ey mening xo'jayinim!"

Ertasi kuni tushlikdan so'ng, men shoir bilan ikkilanib xayrlashdim. Uning kichik maktabi o'sib, hozirgi Vizva Bharati xalqaro universitetiga ⁽⁴⁾

aylanganidan juda xursandman, u yerda barcha mamlakatlardan kelgan talabalar ideal muhitni topadilar.

Aql qo'rquvdan xalos bo'lgan va bosh baland ko'tarilgan joyda

**Bilim erkin va cheklanmagan joyda,
Dunyo tor mahalliy devorlar tomonidan parchalanib ketgan qismlarga aylantirilmagan.**

Va so'zlar haqiqat tubidan kelib chiqadigan joyda,

Va mashaqqatli sa'y-harakatlar mukammallikka erishish yo'lini kengaytiradi

Aqlning sof bulog'i o'lik urf-odatlarning kimsasiz qumli cho'llarida yo'lini yo'qotmagan joyda,

Va u tobora kengayib borayotgan fikr va harakatda oldinga siljib borar ekan,

Toki mening yurtim o'sha ozodlik osmonida uyg'onsin, ey otam ⁽⁵⁾

Muvaffaqiyat sirlarining kaliti

Muvaffaqiyat insonning o'z muhitidan qoniqishi va qoniqishini anglatadi. Haqiqiy muvaffaqiyat adolat tamoyillariga asoslangan harakatlarning natijasidir va u boshqalarning baxti va farovonligini o'z baxtining ajralmas qismi sifatida qamrab oladi. Agar biz ushbu tamoyilni moddiy, intellektual, axloqiy va ma'naviy hayotimizga qo'llasak, muvaffaqiyatning to'liq va keng qamrovli ta'rifiga ega bo'lamiz.

Odamlar hayotdagi ambitsiyalariga qarab muvaffaqiyat haqida turli xil qarashlar va nazariyalarga ega. Ba'zi odamlar muvaffaqiyatni o'g'irlik bilan tenglashtirib, "U muvaffaqiyatli o'g'ri edi!" kabi gaplarni aytishlari odatiy hol. Bu barcha shakl va navlardagi muvaffaqiyat orzu qilingan va

intiladigan narsa ekanligini ta'kidlaydi. Biroq, bizning muvaffaqiyatimiz boshqalarga zarar yetkazmasligi kerak.

Muvaffaqiyatning yana bir mezoni bor: o'zimiz uchun uyg'un va foydali natijalarga erisha olsak, muvaffaqiyatimizga boshqalarni ham qo'shishimiz va uning samarasini ular bilan baham ko'rishimiz kerak.

Kimdir uzoq vaqt jim turishni tanlashi mumkin, bu vaqt ichida oila a'zolari bilan gaplashishdan bosh tortishi mumkin. Bu odam natijada ichki xotirjamlikka erishishi mumkin bo'lsa-da, uning xatti-harakati xudbinlik va oilasining baxtiga zarar keltiradi. Agar ularning yaqinlari ham ularning yutuqlaridan foyda ko'rmasa, ularni chinakam muvaffaqiyatli deb hisoblash mumkin emas.

Xuddi shunday, moddiy muvaffaqiyatga erishish nafaqat bizning farovonlikdan mustaqil ravishda bahramand bo'lish huquqimiz, balki boshqalarga nisbatan ularning moddiy sharoitlari va yashash sharoitlarini yaxshilashga yordam berish borasidagi axloqiy mas'uliyatimizdir.

Aqlga ega bo'lgan har bir kishi pul topishi mumkin. Lekin agar ularning qalbida sevgi bo'lsa, ular bu pulni hech qachon xudbinlik maqsadlarida ishlatmaydilar; aksincha, ular uni boshqalar bilan baham ko'rishadi. Pul xudbin va baxil odamlar qo'lida la'nat va baxtsizlik, mehribon qalb va saxovatli odamlar qo'lida esa ne'mat va sovg'adir.

Masalan, Genri Ford boylik orttirgan, ammo u xayriya ishlariga ishonmagan, chunki u buni bekorchilik va dangasalikka undaydi deb bilgan. Buning o'rniga u ko'pchilik uchun ish va tirikchilik

ta'minlagan. Agar Genri Ford pul topib, boshqalar uchun ham farovonlik yaratgan bo'lsa, unda u to'g'ri yo'l bilan muvaffaqiyatga erishgan.

Hatto eng buyuk avliyolar ham o'zlarining muvaffaqiyatlarini - ma'naviy tajribalarini va oliy bilimlarini - boshqalar bilan muqaddas tushunchaga erishishda yordam bermasdan baham ko'rmaguncha to'liq najotga erisha olmaydilar. Shu sababli, bunday bosqichlarga yetib borgan va bunday holatlarga erishganlar tushunchaga muhtoj bo'lganlarga tushuncha berishga intilishadi.

Agar siz chinakam muvaffaqiyatga erishmoqchi bo'lsangiz, nafaqat o'zingizning shaxsiy baxtingizni, balki boshqalarning baxtini ham kafolatlaysiz.

Sharq va G'arb o'rtasidagi muvaffaqiyat standartlaridagi farqlar

Sharq va G'arbda muvaffaqiyatning turli standartlari mavjud. Afsuski, Sharq G'arb filmlarida ko'rganlarining eng yomon tomonlarini tobora ko'proq taqlid qilmoqda. Ba'zi filmlar taskin bersa-da, real hayot muvaffaqiyat oson emasligini ko'rsatadi. Hayot ko'pincha qattiq va shafqatsiz bo'ladi va biz tirikchilik qilish uchun kurashishimiz kerak. Tanangizni saqlab qolish va uni sog'lom va kasallikdan xoli saqlash uchun zarur bo'lgan harakatlarni ko'rib chiqing! Agar muvaffaqiyatga erishsangiz ham, bu muvaffaqiyat o'tkinchi. Tana oxir-oqibat dafn etiladi. Istalgan muvaffaqiyatga erishish uchun ko'plab ichki va tashqi kuchlar bilan kurashish kerak. Bu kuchlar sizni har qanday mazmunli yutuqlardan mahrum qilish uchun tinimsiz ishlaydi.

G'arb hozirgi hayot bilan bog'liq qisman yoki vaqtinchalik muvaffaqiyatga e'tibor qaratadi. Sharq esa to'liq, uzoq muddatli va uzoq muddatli muvaffaqiyatga e'tibor qaratadi.

Abadiy muvaffaqiyat cho'qqisiga chiqqanlarni biz (ikki dunyoda ham g'oliblarni Hakam nazarida muvaffaqiyatli bo'lganlar deb ataymiz)

Bu odamlar tanada, ongda va ruhda baxtlidirlar. Ular ba'zi narsalarga ega bo'lishlari mumkin, ammo ular katta boylikka ega: ichki xotirjamlik va ruh bilan ilohiy ruh o'rtasidagi munosabatni, tana bilan kosmik hayot o'rtasidagi munosabatni ma'naviy tushunish boyligi.

Sharqda bunday muvaffaqiyat g'oyasi bolaning ongiga singdiriladi. G'arbda esa bolaga cho'chqachilik banki beriladi va istaklarini ro'yobga chiqarish uchun pulga intilish o'rgatiladi.

Yetarli moddiy muvaffaqiyatga erishish uchun ko'p mehnat qilish yaxshi, lekin bolalarga ham doimiy muvaffaqiyatning qadrini o'rgatish kerak. Ruhiy boylik abadiylik bankida abadiy qoladi va siz istalgan vaqtda bu bankdan baxtni olib qo'yishingiz mumkin.

Lekin agar siz bajara olmaydigan moddiy majburiyatlaringiz bo'lsa, hatto ma'naviy muvaffaqiyat ham bir tomonlama va muvozanatsiz bo'lishi mumkin.

Faqat o'zlarini tabiat qonunlaridan ozod qilgan eng buyuk yogislargina moddiy ishlarni butunlay e'tiborsiz qoldira oladilar.

Sharqda asosiy e'tibor ma'naviy baxtni rivojlantirishga qaratilgan bo'lsa, hayotning moddiy

jihatlari ko'pincha e'tibordan chetda qolgan. G'arbda ba'zi moddiy qulayliklar mavjud, ammo psixologik baxt juda kam. Kerak bo'lgan narsa bu ikkalasi o'rtasida muvozanatdir, chunki hayotning faqat bitta jihatiga e'tibor qaratish nomutanosiblikka va hayot talablariga oqilona yondasha olmaslikka olib keladi.

Masalan, agar rassom faqat san'atga e'tibor qaratib, boshqa hamma narsani e'tiborsiz qoldirsa, bu xavotir va baxtsizlik sifatida namoyon bo'ladigan nomutanosiblikka olib keladi. Biroq, san'atga ma'naviyat, mehnat, ilm-fan va xizmat bilan bir qatorda e'tibor qaratish ajoyib muvozanatga, to'liq muvaffaqiyatga va chinakam baxtga olib keladi.

Agar boylik kasallik va muammolar bilan birlashsa, oqibatlar juda ko'p bo'ladi. Gigiena va sog'liqni saqlash G'arbning kuchli tomonlaridan biridir. Rivojlangan mamlakatlarda zararli hasharotlar va halokatli mikroblar samarali nazorat qilinadi, boshqa mamlakatlarda esa ular ko'p. Ammo bu zararkunandalarni yo'q qilish yutuqning cho'qqisi emas, chunki rivojlangan mamlakatlarda boshqa turdagi muammolar, masalan, to'lash qiyin bo'lgan to'lovlar va to'lovlarni amalga oshirish tizimlari tufayli bo'g'uvchi moliyaviy inqirozlar mavjud - bu uyquni buzadigan va xotirjamlikni buzadigan muammolar.

Hayot shunchaki omon qolishdan ko'proq narsani anglatadi

Xudo bu yerni bizni shunchaki ovqatlanish, uxlash va o'lish uchun emas, balki Uning irodasini bilishimiz va mavjudligimizning maqsadini tushunishimiz uchun yaratdi. Bir nechta dono odamlar kosmik rejaning ma'nosini tushunishdi, ammo ko'pchilik odamlar ko'r va bu maqsaddan bexabar. Yer ilohiy rejadan bexabar

yashovchilar uchun azob kamerasiga aylanadi. Ammo hayot tajribalarini o'zingizning ustozingiz sifatida ko'rsangiz va ulardan bu dunyoning asl mohiyatini va kosmik dramadagi sizga yuklatilgan rolni o'rgansangiz, bu tajribalar abadiy mamnuniyat va baxt yo'lida qimmatli ma'lumotlarga aylanadi.

Xudo kosmik illyuziyani nihoyatda kuchli qildi

Biz tartibsiz va notinch dunyoda yashayapmiz. Siz pul baxt degani deb o'ylashingiz mumkin, lekin uni qo'lga kiritganingizda ham, baribir baxtsiz ekanligingizni anglaysiz. Siz boylik orttirishingiz va — Xudo saqlasin — sog'lig'ingizni yo'qotishingiz mumkin. Yoki sog'lig'ingiz yaxshi bo'lib, pulingizni yo'qotishingiz mumkin. Yoki siz ham boylik, ham sog'liqqa ega bo'lishingiz mumkin, lekin boshqalar bilan ko'plab muammolarga duch kelishingiz, mehr-oqibat ko'rsatishingiz va buning evaziga nafrat va xafagarchilikka duch kelishingiz mumkin. Xudosiz bu hayotda hech narsa sizni chinakamiga qoniqtira olmaydi.

Agar Xudo bizning faqat moddiy ongda yashashimizni istasa, biz moddiy narsalardan to'liq qoniqamiz va dunyoviy hayotdan mamnun bo'lamiz.

Siz hech qachon qo'y podasini ko'rganmisiz? Agar ulardan biri sakrasa, qolganlari ikkilanmasdan unga taqlid qilishadi. Ko'pchilik odamlar shunday. Kimdir g'oya o'ylab topishi yoki yangi tendentsiyani joriy qilishi mumkin, boshqalari esa darhol unga qo'shilib, uni taqlid qilishadi. Bu naqsh avlodlar davomida saqlanib qolgan. Har bir xalqning o'z urf-odatlar va an'analari bor va biz ularning barchasi to'g'ri yoki asosli deb da'vo qila olmaymiz. Lekin kim biladi? Bu

urf-odat va an'analarning ba'zilari bema'ni, ma'nosiz va ma'nosiz bo'lishi mumkin.

Bu urf-odatlar va an'analarni baholash va hukm qilishning bir usuli bor.

Dastlab, har bir an'ananing asosi bor edi. Agar biz asos hali ham haqiqat ekanligini aniqlasak, unda an'ananing ma'nosi va foydasi bor. Biroq, an'analarga ko'r-ko'rona ergashish oqilona emas. Biz haqiqatni bilib, unga amal qilishimiz, bizga nima baxt keltirishi mumkinligini ajratib olishimiz va keyin uni qo'llashimiz kerak.

Hayot soddalashtirilishi kerak Agar siz inson xatti-harakatlarining individual xususiyatlarini ob'ektiv tahlil qilsangiz, ba'zi urf-odatlarimiz va an'analарimiz kulgili ekanligini ko'rasiz.

G'arbda odamlar ko'plab qoidalarга amal qilishadi. Kechki sayrlar, kechki ovqatlar, tashriflar va sayrlar uchun maxsus kiyimlar mavjud. Hatto bir marta chekuvchilar uchun maxsus kurtkalar reklamasini ham ko'rganman!

Tashkilchilik ajoyib, ammo tashkilotchilik va metodologiyaga haddan tashqari rioya qilish ko'pincha baxtsizlikka olib keladi.

Sharqda uylar va kiyimlar oddiy. G'arbda hayot shu qadar murakkabki, narsalarni ma'lum bir tarzda bajarishga haddan tashqari e'tibor qaratishimiz tufayli baxt bizdan qochadi.

Uy va dasturxonni ma'lum bir tarzda qanday tartibga solishni ta'kidlab, nega hayotni murakkablashtirish kerak?

Sharqda odamlarni mehmonga taklif qilganimizda, hamma quvonchni his qiladi va bu tashriflarni intiqlik bilan kutadi.

G'arbda mehmonlar taklif qilinadi, keyin esa hamma narsa mukammal bo'lishini ta'minlash uchun soatlab qizg'in tayyorgarlik ko'riladi. Mehmonlar kelgandan so'ng, mezbon ularning ketishini intiqlik bilan kutadi!

Yashash, kiyim-kechak va oziq-ovqat soddalashtirilishi kerak. Restoranlarda ovqatlanish iqtisodiy jihatdan foydali bo'lmasligi mumkin, ammo vaqti-vaqti bilan shunday qilish mumkin. Oshxonada uzoq vaqt o'tkazish, boshqa muhimroq narsalardan zavqlanish uchun vaqt qoldirmaslik to'g'ri emas.

Sayohatlarim va ma'ruzalarim davomida ovqatlanishimni soddalashtirdim, shunchaki xonamda sut, salat bargi va pishloq saqladim va bu menga qulay edi.

Jannat narsalarda emas, balki bizning ichimizda

Hindistondagi asketik mashg'ulotlarimizda biz istaklarimizni nazorat qilishni va yoqtirgan, yoqtirmagan va afzal ko'rgan narsalarimizdan ustun turishni o'rgandik. Biz olgan barcha narsalar uchun minnatdor edik. G'arbda esa, ko'pchilik odamlar juda ko'p narsaga ega bo'lishlariga qaramay, baxtsiz bo'lishadi, go'yo ularda umuman yo'qdek. Istaklar chegarasi yo'q. Ertalab, soqol olib, kiyingandan so'ng, er birinchi navbatda nonushta qilishni xohlaydi. U stolga o'tirishi bilan xotini boshqa narsa tayyorlaganini orzu qiladi. U esa, o'z navbatida, undan yaxshiroq likopchalar, qoshiqlar, pichoqlar va vilkalarga ega bo'lishini orzu qiladi.

Kunlar o'tadi va bu va bu istaklar hech narsa ularni qondira olmaguncha davom etadi. Nihoyat, er-xotin bir-birlarini xursand qila olmaydilar va hatto farzandlaridan ham quvonch topmaydilar, oilaviy baxtlarini yo'qotadilar. Ular umidsizlikka tushganliklari sababli, eng yaqinlariga qarshi chiqadilar. Xotin erini haddan tashqari xafa qiladi, xafa qiladi va tanqid qiladi, er esa bolalarga baqiradi va bolalar ota-onalariga qarshi chiqadilar va do'stlari bilan ahmoqona ishlar qiladilar (va shunday qilib tsiki davom etadi).

Mol-mulkka egalik qilish yomon emas; noto'g'ri narsa, mol-mulkimiz bizga egalik qilishiga yo'l qo'yishdir. Biz odamlar va narsalarga bog'lanishdan xalos bo'lishimiz kerak, chunki bog'lanish baxtsizlik keltiradi.

Jannati mening ichimda. Xudoning ne'matlaridan bahramand bo'lar ekanman, Unga shukur qilaman va ichki quvonchim oshadi. Bu ichki mamnuniyatsiz, hatto dunyoviy zavq va quvonchlar ham do'zaxga aylanadi. Men shuni angladimki, bu ichki quvonchsiz menga yuklangan mas'uliyat yuki meni tinchligimdan mahrum qilib, baxtimdan mahrum qilgan bo'lar edi.

Baxtning eng katta dushmani - hashamatli buyumlarni sotib olish uchun qarz olish. Odamlar biron bir aniq narsaga ega bo'lmaguncha baxtli bo'la olmasliklariga noto'g'ri ishonishadi. Lekin o'sha narsaga ega bo'lgandan keyin ham, vaqtinchalik quvonchlariga qaramay, ular haqiqiy baxtni his qila olmaydilar. Xo'sh, va'dasini buzishni va'da qilgan dunyoviy baxt sarobining orqasidan quvishning nima keragi bor?

Odamlar doimiy e'tibor talab qiladigan ko'p narsalarga muhtoj bo'lmasdan, sodda yashashlari kerak

Yangi narsa sotib olish yoqimli tajriba ekanligiga shubha yo'q. Ammo bir muncha vaqt o'tgach, bu quvonchli tuyg'u asta-sekin yo'qoladi va siz hatto unga bo'lgan qiziqishni butunlay yo'qotishingiz, uni unutib, boshqa narsani xohlashingiz mumkin. Biroq, bu buyum uchun to'lov unutilmaydi, ayniqsa uni to'lov asosida sotib olgan bo'lsangiz!

Inson o'z hayotini nazorat qilishi va uni iloji boricha soddalashtirishi kerak. Ular zaruriy va favqulodda vaziyatlar uchun pul yig'ishlari, hashamatli narsalarga sarflashdan ko'ra tejashga ustuvor ahamiyat berishlari va boshqalarga qo'llaridan kelganicha yordam berishlari kerak. Boshqalarga yordam berganingizda, yordam sizga u yoki bu tarzda keladi va siz hech narsadan mahrum bo'lmaysiz va hech narsadan mahrum bo'lmaysiz.

Menga kerak bo'lgan hamma narsa menga kelishini aniq bilaman va shuning uchun kelajakda nima bo'lishi haqida qayg'urmayman. Bu maqtanish yoki da'vo emas, chunki men hayotimda bu muborak kuchning ishini va samaradorligini ko'p marta boshdan kechirganman.

Hayot yuzasida suzib yursam ham, dengiz tubida cho'kib ketsam ham, men Xudo bilan birga ekanligimni va U men bilan ekanligini va hech narsa menga zarar yetkaza olmasligini bilaman. Bu bilim menga ta'riflab bo'lmaydigan va chuqur baxt bag'ishladi.

Agar olgan ma'naviy tushuncham va tajribalarim bo'lmaganida, men yer yuzidagi eng baxtsiz odam bo'lardim. Men juda ko'p boylik orttirdim, lekin men uning meni qul qilishiga yo'l qo'ymadim, shuningdek, uning menga tegishiga yoki o'zgartirishiga yo'l qo'ymadim. Men topgan barcha narsamni Xudo yo'lida va muhtojlarga beraman. Mening ichki baxtim - bu mening eng katta boyligim - hatto shohlar ham faqat orzu qila oladigan xazina.

Muvaffaqiyat ichki yutuqlarga bog'liq

Ko'p sonli odamlar baxt yoki muvaffaqiyatdan mahrum bo'lganini ko'rsangiz, bu ularning taqdiri deb o'ylamang. Siz o'zingizni xohlagan narsangizga aylantirishingiz mumkin. Sizning ichki muvaffaqiyatingiz sizni chinakam muvaffaqiyatga olib boradi. Agar sizda ichingizda biror narsa yetishmasa, baxtli bo'lmaysiz. Lekin agar sizga tashqi narsa yetishmasa-yu, lekin o'zingizda baxtli bo'lsangiz, shubhasiz muvaffaqiyatlisiz. Shuning uchun, odamlarni faqat tashqi sharoitlariga qarab hukm qilishning iloji yo'q. Katta olomon orasida ma'naviy yuksalish erishgan va chuqur ichki xotirjamlik va ma'naviy baxtdan bahramand bo'lgan shaxslar bo'lishi mumkin.

Shu sababli, axloqiy va intellektual muvaffaqiyat - yomon odatlar va nosog'lom istaklardan xalos bo'lish - moddiy muvaffaqiyatdan ko'ra ko'proq baxt keltiradi. Intellektual muvaffaqiyatda tashqi sharoitlar tortib ololmaydigan psixologik farovonlik yotadi. Siz barcha vaqtingizni boylik to'plashga sarflashingiz mumkin, ammo bu boylik sizga izlayotgan doimiy tinchlik va xavfsizlikni bermaydi. Aksincha, u sizga ko'proq

baxtsizlik keltiradi, chunki haqiqiy baxt va tinchlik moddiy narsalarda emas, balki ongda yashaydi.

Agar ongingizni rivojlantirish uchun vaqt ajratmasangiz, hech qanday moddiy boylik sizni qoniqtirmaydi. Bu o'stirish qiynoq emas, balki ongingizni baxtga olib boradigan fikrlar va harakatlarni rivojlantirishga o'rgatishdir.

Baxtingiz - bu sizning muvaffaqiyatingiz, shuning uchun uni hech kim sizdan o'g'irlashiga yo'l qo'ymang. Sizni xafa qilishga urinayotganlardan o'zingizni himoya qiling. Bolaligimda, kimdir men haqimda yolg'on mish-mishlar tarqatsa, o'zimni yo'qotib qo'yardim. Keyinchalik, xotirjamligim odamlarning roziligi yoki maqtovidan muhimroq ekanligini angladim.

Vijdon - bu insonning asl tabiati va niyatlarini ochib beradigan intuitiv tuyg'u. Vijdoningiz toza bo'lsa va to'g'ri ish qilayotganingizni bilsangiz, qo'rqishga hech narsa yo'q. Vijdoningiz toza bo'lsa, Xudodan kelgan yaxshi xulq-atvorning dalilidir. Vijdon sudida oqlanish baxtga erishish va Xudoning marhamatlarini olish demakdir.

Agar biror kishi pul topmasa, bu uning pul topishga e'tibor qaratmasligi bilan bog'liq. Xuddi shunday, agar ular baxtsiz bo'lsa, bu ularning baxtga erishishga e'tibor qaratmasligi bilan bog'liq.

Orqasida oltin yuk ko'tarib yurgan xachir o'zi ko'tarib yurgan narsaning qadrini bilmaydi. Xuddi shunday, inson yo'l oxirida baxt topish umidida hayot yukini yelkasida ko'tarish bilan shunchalik bandki, u o'zida oliy va abadiy ma'naviy quvonchni olib yurganini unutadi.

**(Cho'lda tuyalar kabi, orqalarida suv ko'tarib
chanqab o'layotganlarida)**

**Chunki u baxtni "narsalarda" izlaydi, o'zida
baxtning boyligiga ega ekanligini bilmaydi.**

Burchni o'z zimmasiga olish

**Yoga hayotdagi mas'uliyatni e'tiborsiz qoldirishni
yoki undan qochishni maslahat bermaydi. Aksincha, u
sizdan hayot dramasida o'z rolingizni o'ynab,
ongingizni Xudo bilan to'ldirishingizni so'raydi. Agar
siz o'rmonlarda yoki tog'larda tanho hayot kechirishni
istasangiz, vazifalaringizdan voz kechib, Xudoni
topasiz deb ishonsangiz, avvalo tayyor bo'lishingiz va
bir necha kun davomida kun bo'yi meditatsiyada
(tinch holda) o'tirishga qodir bo'lishingiz kerak.
Bunday harakat, albatta, bunga qodir bo'lganlar
uchun hayratlanarli. Ammo dunyoda bo'lish, lekin
undan emas, balki boshqalarning manfaati uchun
haqiqiy mas'uliyatingizni bajarish va shu bilan birga
Xudo haqida o'ylashdan ham ulug'roqdir.**

**Katta va kichik vazifalar o'rtasida farq bo'lishi
kerak, shunchaki muhimlaridan ko'ra eng muhimini
ustuvorroq qo'yish kerak. Bundan tashqari, hech
qanday vazifa boshqasiga zid kelmasligi kerak.
Muqaddas Yozuvlarda aytilishicha, agar bir vazifa
boshqasi bilan ziddiyatga kirsam, bu uning haqiqiy
burch emasligidan dalolat beradi. Masalan, agar siz
sog'lig'ingiz hisobiga moliyaviy muvaffaqiyatga
intilsangiz, jismoniy farovonligingizni e'tiborsiz
qoldirasiz. Xuddi shunday, agar siz dinga shunchalik
berilib ketsangizki, moliyaviy majburiyatlaringizni
e'tiborsiz qoldirsangiz, muvozanatni yo'qotasiz,
chunki siz bitta vazifaning tanangiz va oilangiz
oldidagi majburiyatlaringizga zid kelishiga yo'l**

qo'ygansiz. Agar siz barcha e'tiboringiz oilangizga qaratilganligi sababli Xudo oldidagi burchingizni e'tiborsiz qoldirsangiz, bu haqiqiy burch emas.

Ko'pchilik shunday savol beradi: "Dunyoviy majburiyatlarimizni bajarish uchun avval moddiy muvaffaqiyatga erishib, keyin Xudoni izlashimiz kerakmi?" yoki "Avval Xudoni topib, keyin muvaffaqiyatga intilishimiz kerakmi?"

Xudo birinchi o'rinda turadi va biz kunimizni U haqida o'ylamasdan va U haqida chuqur mulohaza qilmasdan boshlamasligimiz yoki tugatmasligimiz kerak. Biz Xudodan oladigan kuch va quvvatsiz hech narsaga erisha olmasligimizni yodda tutishimiz kerak. Shuning uchun bizning eng katta burchimiz Ungadir. Agar biz Unga bo'lgan burchimizni bajarmasdan boshqa barcha majburiyatlarni bajarsak, U rozi bo'lmaydi. Amallarimizni Xudoga ma'qul keladigan tarzda bajarish eng yaxshisidir.

Xudoni izlashni moddiy muvaffaqiyat bilan birlashtirish haqida o'ylash ajoyib. Ammo agar inson chuqur va muntazam ravishda mulohaza yuritmasa, Xudo haqidagi xabardorligi avvalo mustahkam o'rnashib olsa, dunyo ularning ongini egallab oladi va ular ma'naviy ishlar uchun vaqt topa olmaydilar. Agar bizda Xudo biz bilan ekanligiga aniq tuyg'u bo'lmasa, bizning dunyoviy burchlarimiz ko'pincha psixologik azob manbaiga aylanadi. Ammo Xudo har doim siz bilan ekanligini his qilsangiz va burchlaringizni bajarayotganda Uni o'ylasangiz, siz eng baxtli odamlar qatorida bo'lasiz.

Xudoni sevganlar baxtlidir, chunki ular abadiy mamnuniyat va abadiy baxtdadirlar.

Agar menga ilohiy xabardorlikni bergan ustozim Svami Sri Yuktesvarning ta'limotlarini olmaganimda edi, men allaqachon qat'iyatimni yo'qotgan bo'lardim va odamlarga yordam bera olmagan va Xudoni izlash va mulohaza yuritish uchun ibodatxonalar qura olmagan bo'lardim. Bularning barchasiga qaramay, ba'zilar men bilan hamkorlik qilish o'rniga yo'limni to'sishga harakat qilishdi.

Kimki odamlarga o'zini itoat etishlari shart bo'lgan xo'jayinidek muomala qilsa, ular unga qarshi chiqadilar va undan barcha vositalar va usullar bilan qutulishga harakat qiladilar.

Lekin agar siz boshqalarga chinakam sevgi bilan yo'l-yo'riq ko'rsatishga va maslahat berishga harakat qilsangiz, ular sizni qalblarining shohi qilib ko'rsatishadi. Va barchani teng sevsangiz, bu sevgiga javob beradiganlarni taniy olasiz.

Ilohiy sevgi tengsizdir

Qani endi siz ba'zi dindorlar Xudo bilan boshdan kechiradigan ilohiy sevgi haqidagi hikoyani bilsangiz edi! Hayotdagi boshqa hech bir tajriba bu quvonchga teng kela olmaydi. Men doimo Xudoning sevgisiga berilib ketgan va yuzidan muqaddas sevgi nuri sochilib turgan bir avliyoni bilardim. Xudoning nigohi doimo Uni sevuvchilarda va U ularni bir lahza ham tark etmaydi.

Men atrofimdagi hamma narsada sevimli Xudoyimni ko'raman

Men uni gullar orasidan menga tikilib turganini va oy derazasidan pastga qarab turganini ko'rdim.

Men buni tabiat oldida va olijanob qalb va mehribon qalb egalarining yuzlarida ko'raman.

Biz barcha yaxshilik, sevgi va inoyat manbai bo'lgan Eng Buyuk Sevgilimni e'tiborsiz qoldirmasligimiz kerak. Shuningdek, qalblarimizni bu dunyoning xayollari va arzimas narsalari bilan to'ldirishga yo'l qo'ymasligimiz kerak, balki qalbnı jonlantiradigan, ongni ilhomlantiradigan va ruhning kuchini yangilaydigan ilohiy sevgi bilan to'ldirishga yo'l qo'ymasligimiz kerak. Bu sevgi tengsizdir. Ilohiy sevgi izlovchining borlig'iga ega bo'lganda, uning tanasining hujayralari quvonadi va u eng katta quvonchga to'ladi. Va bu tajriba haqida Xudoning sevuvchilaridan biri shunday kuylagan:

Koinot Parvardigori ruhiy ma'badga kirganida

Yuragimni quvonch qamrab oldi va men uning urishlarini unutdim

Xuddi tanamdagi barcha hujayralar o'zlariga berilgan vazifalarni unutganlari kabi

U abadiy hayot ovozini tinglab hayratda qoldi

Hayot manbai bo'lgan Xudoning ovozi, mavjudotdagi eng buyuk sevgilining ovozi

Yuragim, miyam va borlig'imning har bir atomi elektrlashtirilgan edi

Chunki u eng muqaddas ilohiy huzurdan ta'sirlangan edi

Bu ilohiy sevgi va uning Xudoni sevuvchilar hayotiga ta'siri haqida qisqacha ma'lumot.

Nafrat va urush odamlar qalbida yaratadigan va qoldiradigan qayg'ular ma'naviyat, rahm-shafqat, mehr-oqibat va muhabbat oliy kuchlar ekanligidan dalolat beradi. Nafrat halokatli, sevgi esa koinotdagi eng buyuk konstruktiv kuchdir.

Shuning uchun, aziz do'stlarim, biz nafratning befoydaligi va urushning ahmoqligini anglashimiz va butun vujudimiz bilan Xudoga murojaat qilishimiz va Uni butun qalbimiz bilan sevishimiz kerak. Chunki Uning sevgisi to'liq qoniqish va mamnuniyatga to'la muvaffaqiyatni beradi: aks holda erishib bo'lmaydigan muvaffaqiyat.

Faqat sevgi yaxshiroq dunyo quradi, uning aholisiga yaxshilik keltiradi va ularga munosib hayot baxsh etadi. Agar xalqlar bir-biriga noto'g'ri yo'llar bilan majburlashni bas qilib, buning o'rniga sevgi va o'zaro yordamni qabul qilsalar, biz global muvaffaqiyatga guvoh bo'lar edik, uning samarasidan yer yuzidagi barcha odamlar bahramand bo'lar edi.

Urushlarda bir insonni boshqasi tomonidan o'ldirishga sarflangan millionlab pullarni tasavvur qiling! Bu insoniyat uchun qanchalik sharmandalik! Va og'riq, azob-uqubatlar, vayronagarchilik va vayronagarchilikdan boshqa natija nima bo'lishi mumkin?

Bu insoniy azob-uqubatlarga chek qo'yishning yagona yo'li sevgidir

Bir millat ommaviy qirg'in qurollarini yaratib, rivojlantirar ekan, boshqa millatlar o'zlarini himoya qilish uchun yanada murakkab va halokatli usullar va qurollarni ishlab chiqishga harakat qiladi va odamlar doimiy qo'rquvda yashaydilar. Nima uchun barcha

millatlar nafrat va urushni avj oldirish o'rniga sevgi va tushunishni rivojlantirmaydilar? Haqiqiy yechim universal sevgi va tushunish dinida yotadi. Sevgi insoniyatni g'alaba qozonadi.

Har bir kuchning ortidagi kuch

Avvalo, Koinot Parvardigori bilan muvaffaqiyatga erishing. Odamlar o'z ishlariga shunchalik berilib ketishadiki, Xudo haqida o'ylashga vaqtlari yo'q deb o'ylashadi. Lekin agar Xudo O'z kuchini ularning tanasi va ongidan tortib olsa, inson bilan nima bo'ladi? Yurak urishdan to'xtaydi va miya fikrlash qobiliyatini yo'qotadi.

Xudo har bir insoniy sevgining ortidagi ilohiy sevgi, har bir ongning ortidagi umuminsoniy aql, har bir irodaning ortidagi oliy iroda, har bir dunyoviy muvaffaqiyatning ortidagi eng buyuk muvaffaqiyat va barcha kuchlarning ortidagi oliy kuchdir.

Bu har bir tomirdagi qon va so'zlar ortidagi nafas

Agar u mendan kuchini tortib olsa, men darhol gapirishni to'xtataman va ovozim abadiy jim bo'lib qoladi.

Agar Uning kuchi qalbimiz va ongimizda ishlamasa, biz jonsiz jasadlar bo'lar edik.

Keling, go'zallikni asrab-avaylaylik - Xudo sizni asrasin - va hayotdagi birinchi burchimiz Xudoga bo'lgan munosabat ekanligini yodda tutaylik

Biz bu muqaddas burchni bajarganimizda, manbamiz bilan bog'lanamiz va qalbimiz quvonchga to'ladi; bu eng katta muvaffaqiyat va yakuniy g'alabadir. Sizga tinchlik bo'lsin.

Asketik qirol haqidagi ertak

Qadim zamonlarda, Hindistonda Vyasa ismli buyuk donishmand yashagan. U hindlarning eng buyuk ma'naviy matnlari bo'lgan Bhagavad Gitaning muallifi edi. U o'zining ulkan ma'naviy kuchlari orqali xotinining bachadoniga ulug'vor ruhni chaqira olgan. Homila uning ichida o'sib ulg'aygan sari, ota tug'ilmagan bolaga xotinining ong osti orqali bilim sirlarini va donolik mohiyatini o'rgatgan.

Tug'ilganda, bolaga Sukdeva deb ism qo'yildi. Dono otasining tarbiyasi va g'amxo'rligi tufayli u barcha ma'lumotlarga ko'ra g'ayrioddiy bola bo'lib chiqdi. Yetti yoshida u barcha falsafa va donolik kitoblarini yodlab oldi va ko'proq bilim olish uchun bilimdon ustoz izlab dunyodan voz kechishga tayyor edi.

Hindistonda haqiqatga chanqoq izlovchi ruhiy ustozlarni izlaydi, toki u o'zini Xudo tomonidan johillik zulmatidan bilim nuriga qutqarish uchun yuborilgan yo'l boshchi ekanligini ich-ichidan anglab yetadigan ustozni topmaguncha.

Ma'naviy bilimga bo'lgan istak dastlabki bosqichda bo'lganida, izlovchi turli manbalardan vaqti-vaqti bilan ruhiy ta'lim oladi. Ammo Xudoga bo'lgan intilish kuchayganda, Xudo unga ilohiy ilmlarga mustahkam asoslangan ruhiy ustozni yuboradi, u izlovchini ruhiy uyga - inson ichidagi Xudoning shohligiga qaytarishning muqaddas vositasi bo'lib xizmat qiladi.

Sukdeva ruhiy yo'l boshchi izlashga qaror qilganida, otasi unga qirol Janaka oldiga borishni maslahat berdi, viloyat hokimi Sukdeva kitoblarini

olib, qirollik saroyiga yo'l oldi. Saroy darvozasidan kirishi bilan u qirolni yoqut va olmos bilan bezatilgan oltin taxtda o'tirganini, atrofida esa palma shoxlaridan yasalgan yelpiqlar bilan uni yelpib turgan bir guruh ayollar borligini ko'rdi (qadimgi Hindistonda jazirama yozda odat bo'lganidek).

O'shanda qirol Gnaka (monji) taxtida sharqona qalyan chekayotgan edi va Sukdeva ismli bola bu manzaradan hayratda qoldi va o'ziga: "Meni bu dunyoviy shohga yuborgani uchun otamdan uyat! Bunday moddiy narsalarga moyil va xarakterli odam qanday qilib mening ustozim bo'lishi mumkin?!" dedi.

Lekin qirol Gnaka ham shoh, ham avliyo edi. U dunyoda yashagan, lekin dunyodan emas edi. Ma'naviyatda juda rivojlanganligi sababli, u telepatiya orqali Sukdevaning ongida nimalar bo'layotganini angladi, u o'z saroyini tark etib, qayerdan kelgan bo'lsa, o'sha yerga qaytib keldi.

Shoh-avliyo bolaning orqasidan elchi yuborib, undan qaytib kelishini so'radi. Qaytib kelgach, ustoz va shogird yuzma-yuz uchrashishdi, shundan so'ng shoh yordamchilarini tarqatib yubordi va darhol Xudo va Uning mo'jizalari haqida qiziqarli va chuqur suhbatga kirishdi.

To'rt soat o'tdi va Sukdeva bezovtalana boshladi va och qoldi, lekin u Xudoning dengizlariga cho'mgan va sevgisidan mast bo'lgan Qirol Gnakani bezovta qilishni istamadi.

Yana bir soat o'tmay, ikkita xabarchi kelib, baqirishdi: "Janobi oliylari, butun shahar yonmoqda va alanga saroyga yaqinlashmoqda. Yong'inni o'chirish ishlarini nazorat qilib bersangiz yaxshi bo'lardi?"

Podshoh javob berdi: "Men do'stim Sukdeva bilan Unga panoh so'ragan va Uning yordamiga ishonganlarning barchasini himoya qiladigan rahmdil Xudo haqida suhbatlashyapman. Boshqa hech narsa qilishga vaqtim yo'q. Meni tinch qo'ying va borib, boshqalarga olovni o'chirishga yordam bering".

Yana bir soatdan keyin o'sha ikki xabarchi Qirol Janakaning oldiga qaytib, baqirishdi: "Ey asrning shohi, biz sizdan darhol chiqib ketishingizni iltimos qilamiz. Saroy olov bilan o'ralgan va alanga sizning xonangizga tez yaqinlashmoqda".

Podshoh javob berdi: "Muammo yo'q! Meni bezovta qilmang, men hali ham aziz do'stim bilan ilohiy sharob ichyapman. Boring va qo'lingizdan kelganini qiling".

Sukdeva shohning munosabatidan hayratda qoldi, lekin u atrofdagi shovqin-suronga ta'sir qilmasdan xotirjamlikni saqlashga harakat qildi. Biroz vaqt o'tgach, alanga ichida kuygan ikki kishi shohga yaqinlashib, bor kuchlari bilan baqirishdi: "Ey qudratli shoh, qarang! Yonayotgan alanga taxtingizga yaqinlashmoqda! Olov sizni kuydirib yubormasdan oldin qoching, qirolicha!"

Podshoh javob berdi: "Bor, o'z xavfsizliging uchun men o'zimni hamma narsani himoya qiluvchi Xudoning qo'lida xavfsiz va xotirjam his qilyapman va olovdan va uning halokatli alangasidan qo'rqmayman".

Ikki kishi jonlarini saqlab qolishdi va olov yonidagi Sukdevaning kitoblari uyumiga yaqinlasha boshladi, ammo shoh xotirjam bo'lib, sodir bo'layotgan barcha narsalarga befarq qoldi.

Shunda Sukdeva vahimaga tushib, o'zini yo'qotdi. U o'rnidan turdi va qimmatbaho kitoblarni himoya qilishga urinib, qo'llari bilan alangani ura boshladi. Keyin qirol Gnaka jilmayib qo'ydi va imo-ishora bilan alanga hech qachon bo'lmagandek yo'q bo'lib ketdi. Sukdeva ko'rgan narsasidan hayratda qoldi va hayrat va hayratdan o'z o'rindig'iga qaytib cho'kdi.

Nihoyat, shoh xotirjamlik bilan dedi: “Ey bolam Sukdeva, meni ko'rganingizda, meni dunyoviy narsalarga botib ketgan shoh deb o'ylagandingiz, lekin o'zingizga qarang! Siz kitoblaringizni himoya qilish uchun Qodir va Himoyachi Xudoni tark etdingiz, men esa yonayotgan shohligim va saroyimga e'tibor bermadim. Xudo bu mo'jizani sizga dunyoda zohidligingizga qaramay, siz Xudodan ko'ra kitoblaringizga ko'proq bog'langaningizni va mening shohligimga ko'proq bog'langaningizni ko'rsatish uchun qildi, garchi men dunyoda yolg'izlik va dafn marosimi o'rniga yashasam ham”.

Sukdeva uyaldi va shu bilan birga bu muqaddas shoh - va boshqa hech kim - uning ruhiy yo'l boshchisi ekanligini angladi.

Keyin shoh Ganakka Sukdevadan dunyoda uning tuzoqlariga tushmasdan va cheklovlariga bog'lanib qolmasdan yashash san'atini o'rgatish uchun qattiq sinovdan o'tishni so'radi. Bir kuni shoh Sukdevaga moy bilan to'ldirilgan ikkita kosa berdi va unga shunday dedi: "Har bir qo'lingga bittadan kosa solib, hashamatli mebellari bilan saroyning barcha xonalariga kir va uning ichidagi barcha narsalarni ko'rib chiqqandan keyin menga qaytib kel. Lekin shuni yodda tutingki, agar gilamlarga bir tomchi moy

tushishiga yo'l qo'ysangiz, men sizni shogird sifatida qabul qilmayman".

Qirol ikki qo'riqchisidan Sukdevaga hamroh bo'lishni so'radi

Bu sinov chindan ham qiyin edi, lekin ikki soatdan keyin Suxdeva g'alaba qozondi. U cho'zilgan qo'llarida turgan ikkita to'lib toshgan idishdan bir tomchi ham moyning to'kilishiga yo'l qo'ymadi.

Podshoh unga: "Sokdeeva, menga saroydagi har bir xonaning tafsilotlari haqida gapirib bering", dedi.

— Qirollik xo'jayini, — deb javob berdi Sukdeva, — mening xayolim moyning gilamlarga to'kilmasligiga butunlay berilib ketgan edi, shuning uchun saroyda boshqa hech narsani sezmadim.

Qirol javob berdi: "Sen meni hafsalamni pir qilding, Sukdeva! Sen mening sinovimdan o'tmading. Men sendan saroy xonalaridagi hamma narsani tekshirishingni va shu bilan birga ikkita kosadan bir tomchi ham moy to'kilishiga yo'l qo'ymaslikni so'radim. Qaytib borib, yana urinib ko'r va tugatgandan keyin oldimga kelib, ko'rganlaringni aytib ber."

O'n soatdan keyin Suxdeva xotirjamlik bilan qaytib keldi. U hech qanday moy to'kmagan edi va avvalgidek terlamagan yoki bezovtalanmagan edi. Shuningdek, u qirolning saroydagi narsalar haqidagi savollariga javob bera oldi va xonalarning tafsilotlarini ajoyib aniqlik bilan tasvirlab berdi.

Qirol Gnaka Sukdevaning imtihondagi muvaffaqiyatidan mamnun bo'lib, yumshoq ovozda dedi:

"O'g'lim, baxtsizlikning manbai mol-mulkning o'zi emas, balki mol-mulkka bog'liqlikdir"

Ey Suxdeva, bu dunyoda biz hech narsaga ega emasmiz; narsalar bizga bu yerda vaqtinchalik qolishimiz davomida foydalanish uchun berilgan. Ba'zilarida boshqalarga qaraganda ko'proq foydalanish mumkin, lekin unutmangki, boylar ham, kambag'allar ham ketish vaqti kelganda hamma narsani tashlab ketishadi. Inson faqat Xudoni o'ylab, dunyoviy burchlarini e'tiborsiz qoldirib, muvozanatsiz hayot kechirmasligi kerak, masalan, saroy ichidagi narsalarni ko'rmasdan ongingizni moyga qaratishingiz kerak. Lekin ikkinchi tashrifingizda siz diqqatingizni asosan moyga qaratdingiz, shu bilan birga saroydagi hamma narsani ko'rdingiz va uning eng nozik tafsilotlarini o'zlashtirdingiz. Xuddi shunday, siz ongingizni Xudo bilan band qilishingiz, donolik moyining aql idishidan to'kilishiga yo'l qo'ymasligingiz va shu bilan birga o'zingizga va Xudo sizning qaramog'ingizga topshirganlarga yordam berish uchun to'g'ri ish qilishda va yaxshilik qilishda faol bo'lishingiz kerak.

Sizga tinchlik bo'lsin

O'lim boshlanishmi yoki oxiri?

Yillar va oylar davomida men hayot va o'lim sirini va ruhlar eskirgan tanalarini tark etgandan keyin mujassamlanishga qaytish-qaytmasligini bilmagunimcha puxta va uzluksiz izlanishlar olib bordim.

Ko'pchilik uchun bu shunchaki g'oya yoki shunchaki dalil yo'qligi sababli e'tiqoddan boshqa

narsa emasdek tuyuladi. Lekin men shunchaki e'tiqod bilan gapirmayapman; men o'limdan keyingi hayot va reen Karnatsiyaning dalillarini topdim. Shuning uchun men bu faktni o'z shaxsiy tajribamdan tasdiqlay olaman.

Odamlar o'limga dahshat va qayg'u bilan qarashsa-da, bizdan oldin bu baxtli dunyoga kirganlar o'limni quvonch, tinchlik va erkinlikning ajoyib tajribasi deb bilishadi.

O'limdan keyingi hayot naqadar ajoyib bo'ladi! Bu og'ir suyak bog'lamini, unga bog'liq barcha og'riq va muammolarni ko'tarishga hojat qolmaydi. Efir dunyosidagi ruhlar o'z onglarini saqlab qoladilar va barcha jismoniy va moddiy cheklovlardan ozod bo'lishlaridan xursand bo'ladilar.

O'limdan so'ng, inson jismoniy tananing cheklovlarini unutadi va o'zining chinakam erkinligini anglaydi. Bir necha soniya davomida qo'rquv hissi paydo bo'ladi: noma'lum narsadan qo'rqish, inson ongiga notanish narsadan qo'rqish. Ammo keyin ruh chuqur bilim va barcha cheklovlardan, ayniqsa jismoniy qafasdan tashqarida mavjud bo'lish hissiyotidan ozod bo'lishdan cheksiz quvonchni boshdan kechiradi.

Qo'rqadigan hech narsa yo'q, chunki inson o'lmaguncha, u hali ham tirik va u o'lganda, bu oxiri va qo'rqadigan hech narsa qolmaydi.

O'lim odatiy tajriba: har bir inson boshidan kechiradigan o'zgarish. Keling, o'lim hamma bilan sodir bo'lishi va bu hayot yuklari va tashvishlaridan dam olish davri ekanligi bilan o'zimizni taskinlaymiz.

O'lim yoqimli tajriba, lekin uni hayotning qattiq saboqlaridan qochish deb orzu qilmaslik kerak. Qochish xatodir. Bu dunyoda inson qanday sharoitda bo'lishidan qat'i nazar, ularga jasorat va jasorat bilan qarshi turishi kerak. Hayot qiyinchiliklariga dosh berishda muvaffaqiyat qozonganida, o'lim munosib mukofotga aylanadi.

O'lim - bu oxiri emas, balki ruhlar o'z vazifalarini yaxshi bajarganlarida yoki og'riq ularning kuchini tugatib, yashashga va yo'llarida davom etishga chiday olmaganlarida, ularga ilohiy adolat qonuni (karma) tomonidan berilgan vaqtinchalik ozodlikdir.

Azob chekayotganlar (va tafakkur qiluvchilar) uchun o'lim tananing og'riqli azoblaridan xalos bo'lish, xotirjamlik, uyg'oqlik va xotirjamlik holatiga o'tishdir. Qariyalar uchun bu yillar davomida uzluksiz mehnat va kurash orqali qo'lga kiritilgan munosib pensiyadir. Hamma uchun bu yoqimli dam olishdir. Ammo bu dam olish paytida, yer yuzidagi hayot davomida amalga oshmagan uxlab yotgan istaklar uyg'onadi va ruh ularni amalga oshirish zarurligini his qiladi. Bu istaklar yetarlicha kuchli bo'lganda, ruh yerga qaytadi va qayta tug'iladi.

Bizning asl o'zligimiz yoki ruhimiz o'z mohiyatida o'lmasdir. O'lim deb ataladigan o'zgarish tufayli biz bir muddat uxlab qolishimiz mumkin, ammo bizning asosiy kimligimiz hech qachon yo'q bo'lib ketmaydi. Biz mavjudmiz va bizning mavjudligimiz abadiydir. To'lqin qirg'oqqa keladi va keyin o'z mohiyatini yo'qotmasdan dengizga qaytadi; aksincha, u okean bilan birlashadi yoki yana bir to'lqin sifatida qaytadi.

Tana kosmik okeandan paydo bo'ldi va yo'q bo'lib ketadi, lekin tanada yashovchi ruhning mohiyati

abadiy mavjud bo'lishdan to'xtamaydi, chunki bu ilohiy mohiyatni yo'q qilish mumkin emas.

Yaqinlarimiz vafot etganda nega yig'laymiz? Chunki biz yo'qotishimizga qayg'uramiz Agar yaqinlarimiz bizni hayot maktablariidan ko'ra yaxshiroq maktablarda o'qish uchun tark etgan bo'lsa, biz ular uchun qayg'urish o'rniga ular uchun xursand bo'lishimiz kerak. Marhum ruhlar uchun qayg'u ularni qayg'u arqonlarimiz bilan yerga bog'lab qo'yadi va ularning Xudoning cheksiz ufqlarining yuqori darajalariga ko'tarilishiga to'sqinlik qiladi.

Hayotda tinimsiz va tirishqoqlik bilan mehnat qiladiganlar uchun o'lim yuqori mavqe va martabaga ko'tarilish sifatida keladi. Muvaffaqiyatsiz bo'lganlar uchun esa, bu ularga yangi muhitda qayta urinib ko'rish va muvaffaqiyatga erishish uchun yangi imkoniyat berish uchun ham keladi.

Ma'rifatsizlar o'limni do'stlari va yaqinlarini abadiy yashiradigan qalin devor sifatida ko'rishadi. Ammo bog'liqlik va xudbin istaklardan ozod bo'lganlar, boshqalarni Xudoning insoniy ifodasi sifatida sevganlar, o'limda yaqinlari Xudoning keng hududida erkinlik va sof baxt shabadalarini nafas olish uchun Uning oldiga qaytishlarini tushunishadi.

Biz vafot etganlarga mehrli fikrlarni yo'llashimiz va Xudodan ularga yangi dunyolarida tinchlik va tasalli berishini so'rashimiz kerak. Buni qoshlar orasidagi nuqtaga diqqat bilan e'tibor qaratish va oxiratdagi yaqinlarimizga ruhiy xabar yuborish orqali amalga oshirish mumkin. Shuningdek, biz ularga dalda va sevgi haqida fikrlar yuborishimiz kerak. Agar bizning xabarlarimiz doimiy bo'lsa, ular, albatta, ularni his qilishadi va bizning his-tuyg'ularimizga

javob berishadi. Chunki ular, o'z navbatida, biz haqimizda o'ylashadi va bizni sog'inishadi, xuddi biz ularni eslab, ularga sevgi va sog'inch xabarlarini yuborganimizda quvonganidek.

Va Xudo bir-birini sevganlarni qayta birlashtiradigan kun keladi va biz o'shanda bu insoniy hayot mavjud bo'lgan hamma narsa emasligini, balki bu va keyingi hayotda do'stlarimiz va yaqinlarimiz bilan abadiy va uzluksiz munosabatlar zanjirining bir bo'g'ini ekanligini bilib olamiz.

Sizga tinchlik bo'lsin

adolatli natija

Aql hamma narsani yaratadi va yangilaydi, shuning uchun uni yaratmaslik uchun to'g'ri boshqarish kerak

Faqat yaxshi g'oyalar va narsalar Agar siz biror g'oyani iroda va qat'iyat bilan ushlab tursangiz, u amalga oshadi

Inson o'z irodasidan maqsadlar uchun foydalana olganda, u ko'rinadigan va moddiy shaklga ega bo'ladi.

Doim foydali va konstruktiv bo'lib, u o'z taqdirining xo'jayiniga aylanadi

Irodangizni kuchaytirish va uni kuchli va samarali qilishning uchta muhim usuli mavjud:

Ilgari mashq qilish va o'zlashtirish imkonsiz bo'lgan oddiy ish yoki kasbni tanlash va bunga qat'iy qaror qilish

Bu ishda yoki kasbda muvaffaqiyat

**Birinchidan, tanlangan narsaga erishish
mumkinligiga ishonch hosil qiling va keyin
muvaffaqiyatsizlikka duch kelganda taslim bo'lmang**

Va muvaffaqiyatsizlik

**Bitta maqsadga erishish uchun barcha mavjud
kuch va imkoniyatlardan foydalanish va sa'y-
harakatlarni birlashtirish**

Maqsad shu

**Insonning xotirjamligi va intilishining tubida, har
doim o'z xohishiga va intilishiga ishonch hosil qilish
juda muhimdir.**

**Uning iltimosi uning manfaatlariga mos keladi va
ilohiy irodaga muvofiqdir. Shunda u o'zining to'liq
kuchidan foydalanishi mumkin.**

**Uning maqsadiga erishish istagi, shu bilan birga
ongini barcha kuch manbai bo'lgan Xudoga qaratgan
holda**

Va yutuqlar

Qo'rquv hayot energiyasini zaiflashtiradi

**Inson ongi energiya yoki hayotiy faoliyatning
ulkan omboridir. Bu faoliyat**

**Uning mushaklar harakatlarida va yurak, o'pka va
diafragma faoliyatida doimiy qo'llanilishi**

**Hujayra metabolizmi va qon kimyoviy reaksiyalari,
shuningdek, sezgi organlarining faoliyatida**

**(Nervlar) Bundan tashqari, katta miqdordagi
hayotiy energiya sarflanadi**

Fikr, his-tuyg'u va iroda

Qo'rquv hayotiy faoliyatni zaiflashtiradi. Bu faol irodaning eng ashaddiy dushmanlaridan biridir. Qo'rquv quyidagilarga asoslangan.

Odatda nervlarga muntazam ravishda oqadigan hayot faoliyatini siqib va to'sib qo'yish orqali, go'yo

U falaj bo'lib qoldi, shuning uchun tana letargik holatga tushib qoladi va uning hayotiyligi sezilarli va sezilarli darajada pasayadi

Qo'rquv qo'rquvingiz sababini yo'q qilishga yordam bermaydi, u irodani susaytiradi va miyani haddan tashqari rag'batlantiradi.

Tana organlariga to'sqinlik qiluvchi signal yuborish uchun Qo'rquv yurakni egallaydi va jarayonga xalaqit beradi

Ong Xudoga qaratilgan bo'lsa, ovqat hazm qilish ko'plab jismoniy buzilishlarga olib keladi

Biz hech narsadan qo'rqmaymiz va har qanday to'siq va to'siqni jasorat va ishonch bilan yengib o'tamiz

Istak - bu energiyasiz istak. Niyat - bu biror narsa qilishga qat'iy qaror qilish: istakni bajarish yoki

Boshqa tomondan, istak irodasini quyidagicha ifodalash mumkin: "Men xohlagan narsamga erishgunimcha tinimsiz mehnat qilaman".

"Men buni xohlayman" Inson o'z irodasini mashq qilganda, u hayotiy faoliyat kuchlarini qo'yib yuborishi mumkin

Va uni boshqarish, shunchaki kerakli narsani qilmasdan biror narsani xohlash emas

O'sha narsani olish uchun

Muvaffaqiyatsizlikdan keyingi yangi harakatlar haqiqiy o'sishga olib keladi

Hatto muvaffaqiyatsizlik ham iroda kuchi, jismoniy va ma'naviy o'sish uchun katalizator bo'lib xizmat qilishi kerak. Muvaffaqiyatsizlikka uchraganda

Har qanday loyiha uchun barcha tegishli omillarni, vaziyatlarni va sharoitlarni tahlil qilib, ularni bartaraf etish foydalidir.

Kelajakda bir xil xatolarni takrorlash ehtimolini butunlay yo'q qilish. Muvaffaqiyatsizlikni o'chirib qo'yish eng to'g'ri yondashuvdir.

Va muvaffaqiyat urug'ini ekish uchun eng serhosil mavsum

Vaziyatdan kelib chiqadigan zarbalar va mushtlar ko'karishlar va kontuziyalarga olib kelishi mumkin, ammo xotirjamlikni saqlash kerak.

Tik va boshimizni baland ko'tarib, Biz urinishdan voz kechmasligimiz kerak, aksincha yana urinib ko'rishimiz kerak

Bundan tashqari, qancha marta muvaffaqiyatsizlikka uchrasak ham, biz buni o'ylaganimizda harakat qilishimiz kerak

Qo'limizdan kelganini qilganimizni ichimizdan his qilmagunimizcha, endi kurashishga kuchimiz qolmaydi

Biz qo'limizdan kelganini qildik va sa'y-harakatlarimiz muvaffaqiyat qozonmaguncha qo'limizdan kelganini qilamiz

Biz hayot kurashida oxirigacha, qudratli irodamizdan foydalanib, bardosh berishimiz kerak.

Hayotdagi barcha qiyinchiliklarni yengib o'tish

Muvaffaqiyatsizlikdan keyin yangi harakatlar haqiqiy o'sishga olib keladi, ammo bu harakatlar muvofiqlashtirilishi va rag'batlantirilishi kerak.

Ehtiyotkorlik bilan va samarali dinamik iroda bilan

Hozirgacha muvaffaqiyatsizlikka uchragan bo'lsangiz ham, kurashishni to'xtatib, muvaffaqiyatsizlikni taqdir deb hisoblash aqlsizlikdir

Taqdirga qasamki, inson uchun vaqti bor ekan, kurashni to'xtatgandan ko'ra, kurashib o'lgani yaxshiroqdir.

U ko'proq narsaga erisha oladi, chunki uning sa'y-harakatlari o'limidan keyin ham yangi hayotga olib boradi.

Muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik insonning o'tmishda qilgan ishlarining adolatli natijasidir, bundan tashqari

U buni hozir qilyapti. Shuning uchun, muvaffaqiyat g'oyalari uyg'onishi va o'tmishdagi mujassamlashuvlardan qayta zaryadlanishi kerak.

Hozirgi hayotdagi muvaffaqiyatsizlik haqidagi fikrlarni nazorat qila olish uchun faollik va hayotiylik bilan

Muvaffaqiyatli inson duch keladigan qiyinchiliklar va muammolar boshqalar duch keladigan qiyinchiliklardan ko'ra ko'proq bo'lishi mumkin

Muvaffaqiyatsiz odam bunga duch keldi, lekin birinchisi o'zini muvaffaqiyatsizlik g'oyasini butunlay rad etishga o'rgatdi.

Va har doim batafsil

Ong umidsizlik va umidsizlikdan g'alaba va zafarga, xavotirdan xotirjamlikka o'tishi kerak

Intellectual chalkashlik va psixologik xavotirdan aqliy diqqatni jamlashgacha, chalkashlik va tartibsizlikdan

Tinchlikka va tinchlikdan muqaddas ma'naviy ne'matga

Agar siz ushbu o'z-o'zini bilishga ega bo'lsangiz, hayotingizning maqsadi muvaffaqiyat bilan toj kiygan va unga erishilgan bo'ladi.

Shonli

Psixoanalizning zarurati

Muvaffaqiyatga erishmoqchi bo'lganlar uchun biz quyidagi maslahatlarni beramiz:

Muvaffaqiyatning yana bir siri - bu psixoanaliz. Introspeksiya - bu ko'rish mumkin bo'lgan oyna.

Aks holda sizdan yashirin qoladigan ongingizning yashirin chuqurliklari oshkor bo'ladi. Muvaffaqiyatsizlik nuqtalarini aniqlashga harakat qiling.

Yaxshi va yomon moyilliklar va moyilliklarni farqlang. Hozir qayerda ekanligingizni tushunish uchun o'zingizni tahlil qiling.

Nimaga erishmoqchisiz va yo'lingizda qanday to'siqlar mavjud? Haqiqiy ishingizning mohiyatini aniqlang

Hayotdagi maqsadingizni biling. Haqiqiy shaxsning barcha fazilatlariga ega bo'lishga intiling.

Va olijanob ayol, ehtiros va istaklarga berilmasdan, ongini Xudo bilan uyg'unlikda va hamjihatlikda saqlaydi.

Siz orzu qilgan maqsadingizga erishish yo'lida tez, xavfsiz va ishonchli tarzda oldinga siljiysiz

Asosiy maqsad Xudoga yo'l topishdir, lekin burchlar va mas'uliyatlar mavjud.

Bu narsalarga bu dunyoda erishish va amalga oshirish kerak. Iroda va tashabbus bizga yordam beradi.

Ushbu majburiyatlarni aniqlash va ularni to'liq hajmda bajarish

Ijodiy tashabbusning kuchi

Tashabbuskorlik nima? Bu inson ichidagi ijodiy qobiliyat: yaratuvchidan uchqun

Cheksizlik, xuddi berganidek, ilgari hech kim yaratmagan narsani yaratish qobiliyatini ham beradi

Ishlarni yangi va ijodiy tarzda bajarishga turtki. Ruhga ega insonning yutuqlari.

Bu tashabbus otilgan yulduz kabi ajoyib va hayratlanarli bo'lishi mumkin. Va u nimadir yaratayotganga o'xshaydi.

Hech narsadan turib, bu imkonsiz ko'rinadigan narsa haqiqatan ham mumkin ekanligini isbotlaydi

Inson ruhning eng buyuk ijodiy kuchidir

Tashabbuskorlik va innovatsiya ruhi insonga erkin va mustaqil ravishda o'z oyoqlarida turish imkonini beradi;

Muvaffaqiyatning xususiyatlaridan biri

Xudoning surati hammada bor

Ko'p odamlar o'z kamchiliklarini oqlashadi, boshqalarni esa shafqatsizlarcha qoralashadi. Biz buni o'zgartirishimiz kerak

Bu pozitsiya boshqalarning (odamlarga zararli bo'lmagan) kamchiliklarini e'tiborsiz qoldirish va o'z kamchiliklarimizni pastga tushirishdir.

Mikroskop

Ba'zan boshqalarni tahlil qilish kerak bo'ladi, ammo bunday holatda odam o'z fikrlarini o'zida saqlashi kerak.

Xususiyat va kamsitishdan xoli Adolatli va xolis fikr oynaga o'xshaydi

Shoshilinch hukmdan tebranmagan tiniq, o'zgarmas oyna Va o'sha oynada ko'rinadigan barcha narsalar

U asl holatida, bezaksiz yoki buzilishsiz ko'rinadi

Keling, irqi va e'tiqodidan qat'i nazar, har bir insonda Xudoning suratini ko'raylik. Biz sevgi shirinligini tatib ko'ramiz.

Muqaddas narsa - bu o'zaro xizmat qilishdan oldin emas, balki insoniyat bilan birligimizni his qilganimizdadir

Biz kichik "men"ni (ego) unutamiz va hech qanday chegarasi yoki cheklovlari bo'lmagan yagona buyuk "men"ga tegamiz.

Unga: Barcha insonlarni birlashtiruvchi va ularni birlashtiruvchi ilohiy ruh

Intellectual odatlar inson hayotini boshqaradi

Inson odatlari muvaffaqiyatni tezlashtirish yoki kechiktirish kuchiga ega, bu o'tkinchi ilhom yoki

Yorqin g'oyalar, haqiqatan ham kundalik aqliy odatlar, hayotimiz yo'nalishini belgilaydi

Aqliy odatlar - bu bizga ma'lum narsalar va odamlarni jalb qiladigan aqliy magnitdir.

Va sharoitlar Yaxshi fikrlash odatlari bizga qulay va foydali imkoniyatlarni jalb qilish imkonini beradi, ammo

Yomon intellektual odatlar bizni dunyoviy fe'l-atvor va moyillikka ega bo'lganlarga va ularga mos kelmaydigan sharoitlarga yaqinlashtiradi.

Tavsiya etilgan

Yomon odatlarni qo'zg'atishi mumkin bo'lgan har qanday narsadan qochish orqali ularni zararsizlantirish va ularning kuchini yo'qotish mumkin.

Yoki uni doimiy ravishda diqqatni jamlamasdan qayta jonlantiring. Shundan so'ng, ong odatga yo'naltirilishi kerak.

Mehribonlik va uni hayotimizning ajralmas qismiga aylanmaguncha doimiy ravishda rivojlantirish ustida ishlash - bu biz qila oladigan narsadir

Unga ishoning va unga suyanib yuring

Bizning ichimizda shafqatsiz kurashda ikkita qarama-qarshi kuch bor: bizni qilmasligimiz kerak bo'lgan ishni qilishga majburlaydigan kuch.

Biz buni qilamiz va boshqalar bizga nima qilishimiz kerakligini, ko'proq tuyuladigan narsalarni taklif qilishadi

Qiyinchilik Birinchi ovoz yovuzlik ovozi, ikkinchi ovoz esa yaxshilik yoki Xudoning ovozi.

Kundalik qiyin saboqlar orqali biz yomon odatlar daraxtni oziqlantirishini aniq ko'ramiz

Cheksiz moddiy istaklar, yaxshi odatlar esa orzular daraxtini oziqlantiradi

Va yuksak ma'naviy intilishlar. Harakatlar tobora ko'proq to'g'ri rivojlanishga qaratilishi kerak.

Muborak ruhiy daraxt uchun, toki bir kun biz yetuk o'zini o'zi bilish mevalarini yig'ib olaylik

Ishtaha

Agar inson o'zini har qanday yomon odatlardan xalos qila olsa va hamma narsani qila olsa

Yaxshi va olijanob narsa bu olijanoblik va mehr-oqibat orqali sevgidir, yomonlik qayg'u va pushaymonlik keltirgani uchun emas

U ruhan o'sadi va yo'l bo'ylab oldinga siljiydi

Inson o'z xohishi va ixtiyori bilan yomon odatlaridan voz kechganda ozod bo'ladi. Ular faqat qachon ozod bo'ladilar

U o'z his-tuyg'ulariga, fikrlariga va zarur bo'lgan narsani qilish irodasiga buyruq bera oladigan ustaga aylanadi

U buni qildi, hatto bu uning xohishiga zid bo'lsa ham, O'zini tuta bilish va o'zini tuta bilish kuchida

Abadiy ozodlik urug'lari ichkarida yotadi

Men hozirgacha muvaffaqiyatning bir nechta muhim xususiyatlarini aytib o'tdim: ijobiy fikrlash, proaktiv iroda,

Psixoanaliz, tashabbuskorlik va o'zini tuta bilish Ko'plab kitoblarda ulardan biri yoki bir nechtasi ta'kidlangan.

Bu xususiyatlardan tashqari, lekin u omillar ortidagi ilohiy kuchni tan olmaydi

Muvaffaqiyat shu. Ilohiy iroda bilan uyg'unlik muvaffaqiyatga erishishning eng muhim elementidir.

Ilohiy iroda - bu yerni va undagi barcha narsalarni, koinotni va undagi barcha narsalarni harakatga keltiruvchi kuch. Bu Xudoning irodasidir.

Yulduzlarni kosmosda harakatga keltiruvchi Xudodir va sayyoralarni o'z yo'llariga qo'yadigan ham Uning irodasidir.

Va tug'ilish, o'sish va parchalanish sikllari hayotning barcha shakllarini boshqaradi. Xudoga shukur va Uning irodasi muborak bo'lsin. Dono va hamma narsani biluvchi

Sizga tinchlik, Allohning rahmati va barakoti bo'lsin

ruhiy ekstaz

Ma'naviy ekstazning haqiqiy tajribasi

Xudo bizga ma'naviy ilhom kuchini ato etdi: ichimizda Uning huzuridan zavqlanish qobiliyati. Ammo mavjudlikning yovuz kuchlari turli xil soxta va aldamchi taqlid shakllarini o'ylab topishdi. Spirtli ichimliklar va giyohvand moddalarning vaqtinchalik eyforiyasi haqiqiy ma'naviy tajribalarning soxtalashtirilishidir. Spirtli ichimliklar va giyohvand moddalarni iste'mol qilish ko'pincha ongni kuchli jismoniy ong bilan cheklash orqali ma'naviy ilhomga erishishga .to'sqinlik qiladigan jinsiy amaliyotlarga berilishga olib keladi Ko'p odamlar tashvishlarni yo'qotish va og'riqli, bezovta qiluvchi xotiralarni o'chirish uchun spirtli ichimliklar ichishadi. Ammo bunday unutuluvchanlik insonni tug'ma ma'naviy donoligidan mahrum qiladi - ha, bu ularga muammolarini yengib o'tishga va abadiy baxt topishga .yordam beradigan kuchdan mahrum qiladi Xudo quvonch va baxt manbaidir va U bizdan Uning doimiy yangilanib turadigan ne'matini izlashimizni va uni .o'zimizda topishimizni istaydi Bu koinotdagi barcha go'zal va ulug'vor ko'rinishlar va tushunchalarni shafqatsizlarcha buzishga harakat qiladigan aldamchi, shaytoniy kosmik kuch - Shayton, Iblis, Dajjol yoki .Dajjol mavjud Yaratilish davomida biz yaxshilik va yomonlikning ikki tomonlama kuchlarining bir-biriga qarama-qarshi va ziddiyatli ekanligini ko'ramiz: Xudo sevgini yaratdi, jinlar kuchi nafratni yaratdi, Xudo mehr-oqibat va saxovatni yaratdi, jinlar kuchi xudbinlik va o'zini sevishni yaratdi. Xudo tinchlik va hamjihatlikni yaratdi, jinlar kuchi esa nizo va .mojarolarni yaratdi

Buni bilib, izlovchi alkohol va giyohvand moddalar uning baxtiga juda zararli ekanligini tushunishi kerak, chunki ular haqiqiy ma'naviy quvonchni yashiradi va miya hujayralariga zarar yetkazadi, bu uning aql-zakovati va idrokiga salbiy ta'sir qiladi. Hatto bir martalik spirtli ichimliklar yoki giyohvand moddalarni iste'mol qilish ham giyohvandlikka olib kelishi mumkin, ayniqsa o'tmishdagi hayotdan olingan bu zararli moddalarga moyillik bo'lsa. Yomon narsalardan .qochish kerak, chunki ular yovuzdir

Haqiqiy ma'naviy ekstazni boshdan kechirganingizda, boshqa hech qanday tajriba bilan solishtirib bo'lmazligini ko'rasiz. Ota-onalar har doim farzandlariga meditatsiya va ongli ravishda farqlashni o'rgatish orqali ma'naviy ongni singdirishga harakat qilishlari kerak, aks holda ular aldamchi va soxta lazzatlanish olovi bilan o'ynash vasvasasiga berilib .ketmaydilar

Haqiqiy baxt cheksizdir, ammo alkohol va giyohvand moddalardan olinadigan zavqlar o'tkinchi bo'lib, ulardan .keyin faqat pushaymonlik va halokatli his-tuyg'ular qoladi Har kecha, tinch va osoyishta uyqumizda biz tinchlik va quvonch ta'mini his qilamiz. Chuqur uyquga ketganimizda, Xudo bizga bu dunyoning barcha tashvishlari va tashvishlarini unutadigan ulug'vor, osoyishta ong holatida yashashga imkon beradi. Meditatsiya orqali biz hatto uyg'oqligimizda ham bu muborak ong holatini boshdan kechirishimiz va boshqa darajada tinchlikni tatib ko'rishimiz .mumkin

Ilohiy quvonch tushganda, nafasim tinchlanadi va ruhim ko'tariladi, birdaniga minglab uyquning baxtini his qilaman, lekin men odatiy hislarimni yo'qotmayman. Bu kosmik tajriba ongning eng yuqori darajasiga erishishga chuqur kirishganlar .uchun ajratilgan

Sizning borlig'ingiz Xudoning cheksiz ekstaziga to'lganda, tanangiz butunlay tinchlanadi, nafas olish to'xtaydi, fikrlar tinchlanadi va hatto asta-sekin yo'qoladi.

Meditatsiya qiluvchi o'z qalbining haqiqatini va Yaratguvchiga yaqinligini his qiladi, shuning uchun u ilohiy saodatdan ichadi va minglab sharob bera olmaydigan .quvonch ekstazini tatib ko'radi

O'rtacha odam uyg'oqlik va uyqu o'rtasidagi chegarada uyquchanlikni his qiladi, qisqa vaqt ichida xotirjamlikni his qiladi, ammo chuqur uyquga ketganida bu tuyg'u tezda yo'qoladi. Uyqu - bu to'liq hushdan ketish emas, chunki uyg'oqligingizda siz uyqungiz tinch o'tganmi yoki yo'qligini .bilasiz

Uyquning ko'plab holatlari mavjud - ba'zilari yengil, ba'zilari chuqur. Ammo insonning ongli holatda Xudo bilan bo'lgan ruhiy tajribalari uyqu yoki uyquning eng katta baxtidan (uxlab qolishdan oldingi uyquchanlik yoki uyqu) .ko'ra ko'proq hayajonli va tetiklantiruvchidir Uyquning sirlari va sirlaridan tashqari, bu muqaddas quvonchlar yotadi

Men xohlagan holatda qola olaman. Ko'pincha uyqu dunyosi va dunyoni anglash o'rtasida qolaman: ajoyib .holatda

Inson ongi juda keng, cheksiz doiraga ega, lekin ko'pincha odam bundan bexabar bo'ladi. Men bir vaqtning o'zida ikkita holatni boshdan kechirishim mumkin: chuqur uyqu va to'liq uyg'oqlik. Yoki men bir vaqtning o'zida uxlashim, tush ko'rishim va atrofimda sodir bo'layotgan .barcha narsalarni eshitishim mumkin

Ba'zan men oddiy odam kabi uxlayman. Men uxlab, o'zimni to'liq ongli holda kuzatishim mumkin. Yuqori holatda tanangiz va ongingiz uxlaydi, lekin siz sodir bo'layotgan barcha narsalardan to'liq xabardorsiz. Bu faqat ongning yuqori holatiga ongli ravishda va ataylab kirish va ongli ravishda va ataylab normal uyg'oqlik holatiga qaytish .qobiliyatini rivojlantirish orqali mumkin

Meditatsiya, ichki xotirjamlik yoki tasavvur orqali qaytish imkoniyatisiz tanani tark etishdan qo'rqishga mutlaqo hojat

yo'q. Ba'zilar tomonidan ilgari surilgan bu g'oya asossiz. Tanaga bog'liqlik shunchalik kuchliki, undan qochish oson emas. Ongli xabardorlik yo'qolsa ham, ongsiz ong unga .bog'liq bo'lib qolsa, tanani butunlay tark etish mumkin emas. Agar siz biror narsani juda kuchli tasavvur qilsangiz, u narsa hech qanday sub'ektiv voqelikdan mahrum bo'lgan gallyutsinatsiyaga aylanadi. Tasavvur va o'zini o'zi bilish o'rtasidagi farqni tushunish kerak. Ilohiy o'zini o'zi bilishning - ichingizdagi Xudoning xabardorligining asosiy isboti - .chinakam va shartsiz baxtli bo'lishdir.

Agar siz meditatsiyada tobora ortib borayotgan va uzluksiz quvonchni his qilsangiz, bilingki, siz qalbingizda Xudoning huzurini his qilyapsiz. Biroq, agar muqaddas baxt oqimida pauza yoki uzilish bo'lsa, bu sizning ongingizdagi ichki quvonchni tiklash uchun yo'q qilinishi kerak bo'lgan .begona elementning dalilidir.

Xudoni chinakam biladigan ruhiy ustozning bitta istagi bor: uni izlayotganlarga ruhiy yo'l-yo'riq ko'rsatish, ularni Xudo haqida o'ylashga va Unga qalb, jon, ong va amalda yaqinlashishga undash. U bilan hamnafas bo'lganlarning barchasi u orqali Xudoning marhamatini oladi, chunki u .shunchaki Qodir Tangrining qo'lidagi kamtarona vositadir.

Inson shunchaki ma'naviy ma'rifatga erishgan deb o'ylash orqali Xudo bilan birga bo'la olmaydi. O'zini takomillashtirish va axloqiy poklanish yuqori darajalarga erishishning muhim shartlaridir. Xudoni mumkin bo'lgan tarzda bilish va Uni haqiqiy tarzda bilish o'rtasida katta farq bor. Faqat kamtarlik, donolik, samimiylik, fazilat va samimiy intilish orqali Xudoni chinakam bilish mumkin. Xudoni .biladigan va Xudo tan oladigan kamtarlardir.

Kosmik ongga chuqur kirib borganlar tabiiy ravishda favqulodda ruhiy qobiliyatlarni va tabiiy kuchlar ustidan nazoratni rivojlantiradilar. Biroq, haqiqiy ilohiy ongga erishgan hech kim o'z kuchlaridan donolik va ehtiyotkorliksiz .maqtanish va ko'z-ko'z qilish uchun foydalanmaydi.

Dono odamlar Xudoning mavjudotdagi yagona vosita ekanligini tushunishadi va kamtarlik bilan U ularga bergan .ajoyib in'omlarni Unga bog'lashadi

Borliqdagi hamma narsa mo''jiza emasmi? Va inson, ?o'zining mavjudligi tufayli ham mo''jiza emasmi

Agar insonlar Xudo yaratgan barcha mo''jizalardan qoniqmasa, nega avliyolar ko'proq mo''jizalar ko'rsatishlari ?kerak

Xudoning solih avliyolari hech narsa qilmaydi, agar Xudo ulardan buni qilishni so'ramasa, va ba'zan tushunarsiz va .tushunish qiyin bo'lgan sabablarga ko'ra

Yuqori ong ong osti ongidan qanday farq qilishini misol bilan ko'rsataman

Yuqori ong - bu siz uyg'oq va uxlab yotgan va to'liq ongli holda tanadagi har qanday sezgini iroda bilan va hech .qanday tashqi stimulsiz qo'zg'ata oladigan holat

Ongsiz tasavvur olamida (tushlar olamida) siz bir piyola issiq sut ichishingiz mumkin, ammo bu tajriba sizga yuklatilgan. Yuqori ongda siz ongli iroda orqali xuddi shu narsani yoki boshqa biror narsani boshdan kechirishingiz .mumkin

Agar bunga qodir bo'lmasa, o'zini yuksak ong cho'qqilariga yetgan deb o'ylab aldamasligi kerak. Yo'l uzoq tuyulishi mumkin, ammo minglab kilometrlik sayohat bitta qadam bilan boshlanadi. Va agar inson optimistik bo'lib qolsa, hech qanday to'siq istalgan maqsadga erishishga .to'sqinlik qila olmaydi

Millionlab odamlar uyqu paytida ro'y beradigan ong osti mo''jizalariga maftun bo'lishadi. Lekin yuqori holatda siz tasavvur orqali emas, balki haqiqat orqali nimani xohlayotganingizni ko'rishingiz yoki bilishingiz mumkin. Men bu stulda o'tirib, ongimni istalgan joyga o'tkazib, u yerda .nima bo'layotganini aniq ko'ra olaman

Ba'zan shogirdlar ong ostiga kirib, yuqori ongga ko'tarilishadi. Va yuqori ongdan o'tib, kosmik ongga erisha

oladigan tanlanganlar bor: kelib chiqishi yoki sababi
.bo'lmagan ilohiy ruh olami
Sof ma'naviy ong holatida, izlovchi narsalarni boshdan
kechirish uchun oldindan tasavvurga muhtoj emas. Ular
kosmik ong bilan birlashganda, ularning onglari kengayadi
va mavjudlikning har bir atomi bilan birlashadi, butun koinot
va barcha mavjudotlardan ongli ravishda xabardor bo'ladi.
Bu tajriba ongning cheksiz kengayishidir. Bu ongni boshdan
kechirganlar o'zlarini o't tolalarida va tog' cho'qqilarida,
shuningdek, tanasining har bir hujayrasida va kosmosdagi
.har bir atomda mavjud his qilishadi
Lekin kosmik ong bundan ham tashqarida
Inson o'zining mavjudligini butun mavjudotda his qila
olganda
Quvonch, shuningdek, mavjudlikdan tashqarida nima
borligini ham biladi
U hamma narsani qamrab oluvchi ilohiy ong bilan
birlashadi. Sizga tinchlik bo'lsin

Aql-idrok

Aql-idrok - bu beshta sezgi yoki aql orqali idrok etilmaydigan shakllar dunyosini idrok etish vositasidir. Shakllar dunyosi sezgi olamida va u orqali paydo bo'lishi rost va ikkinchisini bilish birinchisini bilishni anglatadi, ammo ikkalasi qanday tanilganida farq bor.

Biz hissiy olamni barcha o'lchamlarida faqat hissiy idrok yoki faqat fikrlash orqali bila olamizmi? Albatta yo'q. Tabiatda ham, o'z tanamizda ham cheksiz haqiqatlar, hodisalar, qonunlar va munosabatlar mavjud bo'lib, ular insoniyat uchun muhrlangan kitoblar va yashirin sirlar bo'lib qolmoqda. Xo'sh,

qanday qilib barcha fikrlar va hissiy idroklardan tashqarida joylashgan ma'naviy olamlarni tushunishimiz mumkin?

Aql-idrok qalb ichidan kelib chiqadi va ishlaydi, fikr esa tashqaridan keladi. Aql-idrok bizga haqiqat bilan yuzma-yuz turishga imkon beradi, fikr esa bizga uning bilvosita tasvirini beradi.

Aql-idrok haqiqatni g'alati va ajoyib bog'liqlik (u va haqiqat o'rtasidagi) tufayli to'liq bir butun sifatida ko'radi, aql esa haqiqatni ajratish va parchalash uchun ishlaydi.

Har bir inson aql-idrokka ega bo'lgani kabi, idrok kuchiga ham ega. Fikrni tarbiyalash va takomillashtirish mumkin bo'lganidek, idrokni ham rivojlantirish va rivojlantirish mumkin. Idrokda biz haqiqat bilan to'liq uyg'unlikdamiz. Baxt dunyosi , son jihatidan birlikda) va ma'naviy dunyoni boshqaradigan ichki qonunlar bilan, va biz ham Xudo bilan uyg'unmiz

Biz mavjudligimizni qanday aniqlaymiz? Bu hissiy idroklar orqalimi? Sezgilarimiz bizga mavjudligimiz haqida ma'lumot beradimi va borliqni anglash manbaimizni ochib beradimi? Albatta yo'q. Borliq hissi sezgilarga bog'liq emas, ular biz sezgi jarayonining bir qismi ekanligimizni birinchi marta anglamasdan turib, hech narsadan ongli ravishda xabardor bo'la olmaydi.

Sezgi idrok va fikrlash jarayoni bizga mavjudligimizni aytadimi? Albatta yo'q, chunki ong ma'lumotlari sezgi taassurotlaridan iborat va ular - ma'lum bo'lishicha - bizga mavjudligimizni isbotlay olmaydi.

Fikrlash harakati bizga mavjudlik haqida xabardorlikni bera olmaydi, chunki mavjudlik fikrlash jarayonining o'zida mavjuddir. O'zimizni tashqi dunyo bilan taqqoslab, mavjud ekanligimizni mulohaza qilishga yoki xulosa qilishga harakat qilganimizda,

mavjudlik haqida xabardorlik fikrlash va mulohaza yuritish harakatining o'zida mavjuddir. Fikrlashning cheklanganligi va hislarning yetarli emasligini hisobga olsak, biz mavjudligimizni qanday bilishimiz mumkin? Javob faqat ruhning idrokida. Bu bilim sezgi namoyonidir. U aql va hislardan ustundir, ular idroksiz mavjud bo'lmaydi.

Aql-idrokni aniqlash qiyin, chunki u barchamizga juda yaqin. Har birimiz buni his qilamiz. Ekzistensial ong nima ekanligini bilmaymizmi? Bu shunchalik tanishki, ta'rifga qarshi chiqamiz. Agar siz kimdirdan ularning mavjudligini qanday bilishlarini so'rasangiz, ular javob bera olmaydilar. Ular bilishadi, lekin buni aniqlay olmaydilar. Ular buni tushuntirishga va ifodalashga harakat qilishlari mumkin, lekin ularning so'zlari ular o'zlari ichidagi his-tuyg'ularni ifoda eta olmaydi. Aql-idrok bu qobiliyatga barcha shakl va ko'rinishlarida ega.

To'rtinchi usul, boshqa joyda tushuntirilganidek, tushunchaga asoslangan. Unga qanchalik ko'p e'tibor bersak, Xudoni shuncha ko'p bilamiz.

Inson Xudoni anglaydi va hissiy va ideal olamlar o'rtasida aloqa o'rnatiladi. Ikkinchisi hissiy olam ichida va u orqali idrok etiladi. Keyin hislarning ta'siri yo'qoladi, bezovta qiluvchi fikrlar yo'qoladi va biz baxt manbai bo'lgan Xudoni anglay boshlaymiz va ichimizda Yagona va Hamma Birda ekanligi haqidagi xabardorlik paydo bo'ladi. Bu dunyoning payg'ambarlari, buyuk shaxslari va donishmandlari egallagan tushunchadir.

Uchinchi usul yoki yuqorida tasvirlangan tafakkur usuli, biz uni astoydil va faol ravishda qo'llasak, bizni anglash dunyosiga olib boradi, ammo bu bilvosita usul bo'lib, bizda to'g'ridan-to'g'ri anglash yoki bilim orqali

sodir bo'ladigan narsalarni yaratish uchun ko'proq vaqt talab etiladi.

Shuning uchun, idrok orqali biz Xudoni Uning barcha ko'rinishlarida bilishimiz mumkin. Bizning sezgi organlarimiz Uni bizga ochib berishga qodir emas, chunki ular faqat Uning tashqi ko'rinishini idrok etadilar. Hech bir aql yoki mulohaza Xudoni chinakam bila olmaydi, chunki aql sezgi ma'lumotlari va ma'lumotlaridan ustun kela olmaydi. U faqat sezgi taassurotlarini tashkil qilishi va talqin qilishi mumkin.

Sezgilar bizni Xudoga yaqinlashtira olmaganida, aql ham muvaffaqiyatsizlikka uchraydi, chunki u ularga tayanadi. Shuning uchun biz Xudoni Uning muborak shaklida va boshqa ko'rinishlarida ochib berish uchun ichki ko'rishga murojaat qilishimiz kerak.

Biroq, bu intuitiv idrokka bir nechta to'siqlar mavjud, masalan, kasallik, ruhiy zaiflik, shubha, dangasalik, moddiy ambitsiyalar, og'ish fikrlar va beqarorlik. Bu to'siqlar meros qilib olinadi yoki boshqalar bilan aloqa orqali olinadi. Zararli va nosog'lom narsalarga bo'lgan meros qilib olingan moyilligimizni kuchli aqliy kuch bilan yengib o'tish mumkin, xuddi biz iroda kuchi bilan muvaffaqiyatsizlik va umidsizlikni yengib o'tganimiz kabi. To'g'ri harakat va yaxshi odamlar - Xudoga sodiq bo'lganlar bilan birga biz qalb bog'idan yomon odatlarni yo'q qilib, ularning o'rniga yaxshi odatlarni ekishimiz mumkin.

Agar biz hayotlarida haqiqatni ko'rgan, unga tegib, uni tushunganlarga hamroh bo'lmasak, bu haqiqat nima ekanligini bilmasligimiz mumkin.

Tadqiqot ruhi har bir insonga xosdir va bu dunyodagi har bir inson haqiqatni izlovchidir, bu uning abadiy merosi bo'lib, u uni topib, to'liq

tiklamaguncha, donolik bilan yoki ahmoqona tarzda doimiy ravishda izlaydi.

Hali kech emas. Harakat qilganlar muvaffaqiyatga erishadi, sabr qilganlar esa manzilga yetishadi!

Ko'rinmas inson

Usta Paramhansa Yogananda

Insonlarning yalang'och ko'z bilan ko'rinmas mavjudotlar ekanligi haqidagi g'oyaning o'zi g'ayritabiiy va mantiqsiz ko'rinadi. Biz har kuni jismoniy mavjudotlar sifatida o'zimizga ko'rinamiz. Lekin biz yashirin, muhim tabiatimizni ochib berishning ko'plab usullari mavjud.

Masalan, agar ko'zingizni yumsangiz, tanangiz siz uchun ko'rinmas bo'lib qoladi. Xo'sh, o'zingizning mavjudligingizni qanday bilasiz? Siz tanangizning og'irligini his qilasiz va eshitishingiz, hidlashingiz, ta'mlashingiz va his qilishingiz mumkin, lekin siz faqat fikr va his-tuyg'ularda haqiqiy o'zingizsiz. Siz ko'plab fikrlar aylanadigan yashirin yadrosiz. Endi ko'zlaringizni oching. Savol tug'iladi: siz ko'rgan shaklmisiz yoki bir lahza oldin ko'zlaringizni yumib his qilgan ichki mavjudotmisiz?

Ko'rinadigan inson katta ahamiyatga ega emas. Yashirin "men" yoki ruh chindan ham muhim narsadir. Uxlayotganingizda, siz ko'rinadigan insondan bexabarsiz, lekin o'zingizdan xabardorsiz, chunki uyg'onganingizda uyqungiz tinch va osoyishta bo'lganmi yoki yo'qmi bilasiz. Shuning uchun, sizning yashirin "men"ingiz haqiqiydir. Bu ko'rinmas "men"siz sizning ko'rinadigan qiyofangizning hech qanday ma'nosi yoki ahamiyati bo'lmaydi.

Yashirin "men" bo'lmaganda, tana jonsiz jasad yoki qattiq tana go'shti kabi befoyda bo'lar edi.

Yashirin, ichki "men" haqiqiydir. Shunga qaramay, g'alati, odamlar bu yashirin "men"ning tabiatini tahlil

qilishga urinishmaydi! Ularning diqqati butunlay jismoniy shaklga qaratilgan bo'lib, uni osongina ushlash va ko'rish mumkin. Shuning uchun ular kunu tunlarini jismoniy tanalari va uning ehtiyojlariga e'tibor berish bilan o'tkazadilar, ko'rinmas ichki "men" haqiqiy haqiqat ekanligini hech qachon o'ylamaydilar.

Jismoniy tananing ichida xuddi shunday o'xshashlikka ega yorug'lik tanasi yotadi. Garchi inson ko'zi bilan ko'rinmasa ham, bu ruhning sayyoraviy yoki efir qobig'idir.

Barmog'i kesilgan odamlar barmog'i hali ham o'sha yerda ekanligini his qilishadi. Oyoq-qo'lini yo'qotgan har bir kishi bu tuyg'uni biladi. Tanadagi har bir organning yashirin, efirga o'xshash o'xshashi yoki o'xshashi bor. Jismoniy yurak ortida yashirin yurak yotadi, usiz ko'rinadigan yurak ura olmaydi. Odamlarda ko'rinmas ko'rish, eshitish, miya, suyaklar va nervlar organlari mavjud. Yorug'lik va faollik to'qimalari bo'lgan bu organlar insonning ko'rinmas sayyoraviy tanasini tashkil qiladi. Sayyoraviy yoki efirga o'xshash tana aynan ko'rinadigan jismoniy tanaga o'xshaydi. Farqi shundaki, uning yorqin, hayotiy shakli juda nozik.

Tana nogiron bo'lib qolganda, odam o'zini ko'rish qobiliyatini yo'qotganiga yoki qo'lini yo'qotganiga ishontirmasligi kerak. Ko'rinmas ko'zlar va qo'llar hali ham mavjud. Jismoniy qo'l falaj bo'lishi mumkin bo'lsa-da, ko'rinmas qo'l nogiron emas. Ko'rinmas organlar jismoniy organlarning kasalligidan biron bir tarzda ta'sirlanganiga hech qachon ishonmang, chunki salbiy fikrlar ongli hayotiy energiyaning jismoniy tananing organlariga oqishiga to'sqinlik qiladi.

Elektr toki sim orqali oqadi. Qaysi biri muhimroq: simmi yoki elektrmi? Sim shunchaki elektr

energiyasining o'tishi uchun mavjud. Elektrning mavjudligi simga bog'liq emas. Xuddi shunday, tana ham ko'rinmas mavjudot, ruh tomonidan ishlatilishi uchun mavjud, aksincha emas.

Afsuski, bu yashirin "men" tanaga bog'langan! Aks holda, biz suv ustida yura olamiz, kosmosda ucha olamiz va tanaga qaytishimiz mumkin.

Pardali "men"ning efir tanasi jismoniy hamkasbiga qaraganda ancha yuqori sezgi idroklariga ega. Odamlar ba'zi hollarda ko'plab cheklovlar bilan cheklangan jismoniy tanadan ancha ustun bo'lgan mashinalarni yaratdilar. Ammo efir tanasi haqidagi xabardorligingiz rivojlanib borgan sari, u quloq eshitmaydigan narsani eshita olishini va ko'z ko'ra olmaydigan narsani ko'ra olishini bilib olasiz. Shuningdek, u jismoniy sezgilar doirasidan tashqaridagi narsalarni hidlashi, ta'mini sezishi va teginishi mumkin.

Odamlar doimo jismoniy tananing chiroqi bilan qiziqishadi va bu chiroqni yoqadigan maxfiy elektr energiyasini qidirish xayollariga ham kelmaydi.

Ko'rinadigan inson o'n oltita elementdan iborat: bozorda sotib olish mumkin bo'lgan kimyoviy moddalar! Jismoniy tana o'zining tarkibiy elementlari jihatidan unchalik ahamiyatga ega emas. Insoniyat ko'rinmas insonni yaxshiroq tushunishni rivojlantirish vaqti keldi. Bu yashirin inson qobiliyat, fikr va hamrohlarga ega bo'lgan, sevadigan va o'ylaydigan insondir va usiz jismoniy tana faqat o'zi tashkil topgan kimyoviy elementlardan boshqa narsaga ega emas.

Ongning diqqat markazida asirlikdagi, ko'rinadigan insondan uzoqda, ichkariga yo'naltirilishi kerak.

Jismoniy tana bel og'rig'i va kramplardan aziyat chekadi, shuningdek, yoshi bilan yomonlashadi va parchalanadi. U doimo u yoki bu narsa uchun nola qiladi, noliydi va sog'inadi.

Ko'rinadigan inson zo'ravon, suyaklarni ezib yiqilishga bardosh bera olmaydi va ba'zan shunchaki kichik igna sanchilishidan ham qisilib qoladi.

Ko'rinmas inson sog'-salomat. U erkin va cheklanmagan. U jismoniy tananing barcha muammolari va bezovtaliklarini yo'q qila oladi.

Ichimizdagi yashirin inson bizning asl o'zligimizdir Tana atomlari ortida yotgan mavjudot - bu o'zgarmaydigan, o'zgarmaydigan va hech qachon tebranishlarga yoki yo'q bo'lib ketishga duchor bo'lmagan ruhdur.

Biror kishi o'zini tana deb o'ylashi mumkin, ammo ular unday emas. Muz bo'lagi erib, bug'lanish orqali ko'zdan yo'qolishi mumkin. Bu jarayonni bug'ni suyuqlikka aylantirish va keyin suyuqlikni qattiq holatga qaytarish orqali teskari yo'nalishda amalga oshirish mumkin.

Faqat jismoniy tanani anglab yashash ma'naviy jihatdan zararli, chunki tana kasallik, jarohat, ochlik va o'lim azoblariga moyil. Biz o'zimizni shunchaki ko'rinadigan tanamiz, chirish va vayronagarchilikka duchor ekanligimizga ishontirmasligimiz kerak.

Ichimizdagi yashirin insoniyatni o'ldirish yoki unga zarar yetkazish mumkin emas. Noma'lum, abadiy tabiatimizni tushunish uchun ko'proq harakat qilishimiz kerak emasmi?

Bu yashirin "men" haqidagi bilimimizni oshirish orqali biz buyuk ustalar kabi ko'rinadigan insonni nazorat qila olamiz. O'zlarining muqaddas kuchlarini his qiladigan va yashirin, ichki "men"ning mavjudligini his qiladiganlar, hatto ko'rinadigan inson azob-uqubat

va xavf ostida bo'lganida ham, jismoniy azob-uqubatlardan xalos bo'lishlari mumkin.

Bu suverenitetga erishishning yo'li qanday?

Tafakkur va xotirjamlik xotirjamligida ko'proq vaqt sarflash kerak. Avvaliga bu nomaqbul tuyulishi mumkin, chunki tanani ongli ravishda anglash va uning his-tuyg'ulari bilan haddan tashqari identifikatsiya qilish insonning cheksiz muammolari, istaklari va ehtiyojlaridan boshqa narsa haqida o'ylashni qiyinlashtiradi. Ammo inson o'zining ma'naviy kimligini tasdiqlaganida va o'zini haqiqatan ham Xudoning sof suratida yaratilganligiga, ularning hayotini hech qanday tarzda yo'q qilib bo'lmasligiga va ular yashirin, abadiy mavjudot ekanligiga ishontirganda, inson ongida yangi o'lchov ochiladi.

Ko'rinmas inson Xudo suratida, ilohiy ruh kabi erkin shakllangan. Ko'rinadigan insonda dunyoning barcha cheklovlari va muammolari yotadi. Biz tanamizni anglab yetganimiz zahoti, ularning cheklovlari bilan bog'lanib qolamiz. Shuning uchun buyuklar bizga ko'zlarimizni yumib, yashirin "men" haqida mulohaza yuritish orqali tananing cheklangan jismoniy imkoniyatlari bilan bog'liq emasligimizni eslatishni o'rgatadilar.

Men ko'pincha katta ishonch va qat'iyat bilan: "Men jismoniy tanamga bog'liq emasman, qayerga borsam, darhol o'sha yerda bo'laman", deb ta'kidlaganman.

Siz "Bu shunchaki g'oya" deyishingiz mumkin. Xo'sh. Lekin g'oya nima? Atrofingizda ko'rgan hamma narsa aniq g'oya. Fikrsiz hech narsani tasavvur qila olmaysiz. Fikrning o'zi ko'rinmas, ammo u biz ko'rgan hamma narsani haqiqatga aylantiradi. Shunday qilib, agar siz fikrlaringizni boshqara olsangiz, hamma narsani ko'rinadigan qilishingiz mumkin va aqliy

diqqatingiz kuchi orqali hamma narsani ko'rishingiz mumkin.

Ongingizni chuqur va chuqur jamlaganingizda, xuddi jismoniy ko'zlaringiz bilan ko'rayotgandek, nimani o'ylayotganingizni ongingiz ko'zi bilan ko'rishingiz mumkin. Ko'rinmas fikrlar ko'rinadigan tajribalarga aylanishi mumkin.

Agar ko'zingizni yumsangiz, tanangizni ko'ra olmaysiz, ammo u siz uchun haqiqiy bo'lib qoladi. Xo'sh, nega yashirin "men"ni shunchaki ko'ra olmasligingiz uchun haqiqiy emas deb o'ylaysiz?

Meditatsiyada siz yopiq ko'zlar ortidagi qorong'ulikka tikilib, ongingizni ichingizdagi yashirin "men" yoki ruhga qaratasiz

O'zingizni tarbiyalash va ruhiy yo'l boshchingiz tomonidan taqdim etilgan ilmiy meditatsiya texnikasiga muvofiq ongingizni ichkariga qaratish orqali siz asta-sekin ma'naviy jihatdan o'sasiz. Meditatsiyalaringiz chuqurlashadi va ko'rinmas "men"ingiz - ichingizdagi Xudoning ruhiy qiyofasi - siz uchun haqiqiy bo'lib qoladi. O'z-o'zini anglashning bu baxtli uyg'onishida bir vaqtlar juda real bo'lgan cheklangan jismoniy ong haqiqiy bo'lmaydi va siz o'zingizning haqiqiy, yengilmas "men"ingizni kashf etganingizni va uning Xudo bilan birligini anglaganingizni bilib olasiz.

Shuningdek, ko'rinmas insonning jismoniy tanaga qanday qilib ruhiy va hissiy bog'liqliklar va yer yuzidagi muayyan narsalarga bo'lgan istaklar orqali bog'langanligini tushunasiz.

Lekin chuqur meditatsiya orqali siz bu zanjirlarni yecha yoki uzib qo'ya olsangiz, ozod bo'lasiz va siz Xudoning surati ekanligingizni bilib olasiz. Jismoniy va moddiy hislar o'rmonida qamalgan ko'rinmas insonni qidiring.

Agar siz o'sha ko'rinmas insonni bir marta bilganingizda edi, jismoniy tana uning tashqi qobig'i ekanligini, uning yorqin tanasi va ichki intellektual tanasi borligini anglagan bo'lar edingiz va siz o'zingizning naqadar g'alati mavjudot ekanligingizni ham anglagan bo'lar edingiz!

Fikrlaringizni ko'rinmas o'zingizga qarating Ko'rinadigan inson - bu illyuziya va aldamchilikdir Ichki yoki ko'rinmas o'zingiz haqiqiydir Buni anglaganingizda, siz go'sht va qon emas, balki chirish va vayronagarchilikdan tashqarida bo'lgan yashirin o'zingiz ekanligingizni bilib olasiz.

Siz jonsiz va jon o'lmaydi! Qabr sizning oxiratingiz deb o'ylamang Jismoniy tanangiz o'lganda, jon hayotning boshqa darajasiga o'tadi Hech narsa chindan ham yo'q qilinmaydi Tananing asl shakli efirda doimo mavjuddir

Odamlar o'zlarining yaqinlarini abadiy ketgan deb o'ylashadi, chunki ularda ularni yashayotgan efir olamida shaffof qiyofalarida ko'rish uchun aqliy diqqat yetishmaydi. Doim bu haqiqatlar haqida o'ylang va agar siz bu masalalarga qiziqsangiz, o'zingizga takrorlang: "Men Xudoning nurli niyatidaman, men abadiy va Xudoning shohligida doim kezib yuraman".

Siz o'lim tegib bo'lmaydigan va baxtsizlik ta'sir qila olmaydigan yashirin mavjudotsiz va siz abadiy shundayligicha qolasiz. Xo'sh, nega endi o'lmaslikni anglamaysiz?

Jismoniy ko'zlarimiz bizni bu ikkilik dunyo haqiqiy deb o'ylashga aldaydi. Ma'naviy ko'zingizni oching va ko'rinmas shaklingizni ko'ring. Ma'naviy ko'zingiz ichki sukunatda ochilganda, yashirin narsa ko'rinadigan bo'ladi.

Siz o'ylayotganingizda, orzu qilayotganingizda va chuqur diqqatingizni jamlayotganingizda, siz ko'zdan yashiringan odamsiz. Bu odam haqiqiy odam, ko'rinadigan odam esa shunchaki uning soyasi.

Soyani unuting va haqiqiy narsani eslang

Ko'rinmas odam bilan bir bo'ling

Barcha mavjudotlar Parvardigorining sof qiyofasi!

Sizga tinchlik bo'lsin

Kosmik ongni tanishtirish

Kosmik ongga, hatto ozgina intellektual titroq yoki ruhiy xavotirning kichik to'liqini bo'lsa ham, erishib bo'lmaydi. Ilmiy meditatsiya texnikalari aqliy diqqatni jamlash sifatini sezilarli darajada yaxshilaydi va odamning fikrlarini boshqarish qobiliyatini oshiradi, shu bilan ularni ongsiz dunyoda yillar davomida behuda kezib yurishdan qutqaradi. Biz ongsizning xotira ombori va uyqu va tushlar dunyosi sifatida foydaliligini inkor etmaymiz. Biroq, bu dunyo meditatsiyaga to'sqinlik qilishi mumkin va u xayol va moyillikka moyil bo'lganlar uchun hech qanday haqiqat yoki ma'naviy qiymatga ega bo'lmagan va tungi oddiy tushlardan unchalik farq qilmaydigan xayoliy gallyutsinatsiyalar dunyosiga kirish orqali ruhiy olam bilan bog'lanish uchun o'ziga xos jozibadorlikka ega. Ilmiy meditatsiya usullari, shaxsiy harakatlardan tashqari, ongni o'zini o'zi bilish va Xudo bilan uyg'unlikning yuksak darajasiga ko'taradi.

Ba'zilar ma'naviy tajribalar deb adashtiradigan, ammo ma'naviydan boshqa narsa bo'lgan xayoliy, xayoliy tajribalar bilan to'la olamdan qochish kerak. Haqiqiy ma'naviy tajribalar va haqiqatni chinakam anglash ongni Xudoga qaratmasdan amalga oshirilmaydi. Tafakkurli konsentratsiya - bu to'liq

aqliy singish va ongning to'liq sukunati holatidir. Borliqning tabiati harakat, ruhning tabiati esa sukunat yoki harakatsizlikdir. Shuning uchun konsentratsiya muqaddas uyg'unlik uchun juda muhimdir. O'z-o'zini bilish darslarida o'rgatiladigan konsentratsiya va meditatsiya usullari va san'ati inson ongini ilohiy ong bilan to'liq uyg'unlashtirishga olib keladi.

Dunyo yo'li ko'p va'z qilish va ozgina amalda qo'llashdir. Asal haqida ma'ruzani yuz marta eshitishingiz mumkin, ammo uni tatib ko'rmaguningizcha uning ta'mini bilmaysiz. Xuddi shunday, har qanday ta'limotning asl qiymatini faqat amaliyot orqali anglash mumkin. Biz payg'ambarlar va buyuk shaxslarning ta'limotlarini qo'llashimiz va ularga amal qilishimiz kerak. Shunda ularning haqiqatlari bizning haqiqatlarimizga aylanadi va biz haqiqatni isbotlash va namoyish etish mumkinligini va uning universal ekanligini anglaymiz. Haqiqat nurida yursak, e'tiqodimiz yoki yo'limiz qanday bo'lishidan qat'i nazar, Xudo bizning ishimizni qabul qiladi va bizni O'zining tanlanganlari qatoriga qo'shadi.

Inson haqiqat yo'lida samimiyat va qat'iyat bilan yurishi kerak. Unutmang, aziz izlovchi, millionlab odamlar orasida faqat bir nechtasi Xudoni chinakam izlaydi va hatto bu izlovchilar orasida ham oxirigacha bardosh beradiganlar oz. Lekin yo'lda qat'iyatli bo'lgan kishi Xudoni biladi. Qalblari Xudo bilan ekan, ular qancha marta qoqilib, yiqilishmasin, orzu qilgan maqsadlariga erishadilar. Niyatlari pok va niyatlari pok ekan, ular hech narsadan qo'rqmaydilar va qayg'urmaydilar.

Shunday qilib, biz Xudo haqida tafakkur qilishni hayotimizda jonli tajribaga aylantirish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz kerak. Imonda samimiylik muhim va ajralmas talabdir, chunki shunchaki da'vo odamning takabburligini oshiradi va uni asl maqsadlaridan uzoqlashtiradi.

Umid qilamanki, Qodir Alloh hayotingizda birinchi o'rinni egallaydi va Uni hech qachon, hatto bir lahza ham unutmaysiz. Bu dunyoning o'tkinchi zavqlaridan qoniqmang, balki Xudoni muborak manzilingiz va hayotdagi asosiy maqsadingiz qiling. Cheklangan tananing orqasida cheksiz mutlaqlik yotadi. Men Xudoni o'zim bilan birga his qilmagunimcha va U bilan mukammal uyg'unlikda bo'lmagunimcha, ma'naviy narsalar haqida gapirmayman. Va men shu ongdan gapirganimda, so'zlarim haqiqat ruhi bilan to'yinganligini va barcha samimiy izlovchilar mening aytganlarimning haqiqatini his qilishlarini bilaman.

Faktlarni illyuziyalar bilan adashtirib yuboradiganlar bor, ular faktlar afsona va illyuziyalar, illyuziyalar esa faktlar va qorong'ulikda porlayotgan chiroqlar, deb ta'kidlaydilar.

Diqqatni jamlash qobiliyati taraqqiyot va ma'naviy o'sish uchun ruhiy yo'lda ajralmas hisoblanadi. Aqliy diqqatni jamlamasdan, hech qachon Xudoni topib bo'lmaydi. Biz boshqa dunyoviy ovozlari va chalg'ituvchi narsalarning kirib kelishiga yo'l qo'ymaslik uchun ong oynalarini yopishni o'rganishimiz kerak.

Ong kalibrlangan va ma'naviy jihatdan sozlanganda, tajribaviy aloqaga erishiladi va izlovchi ilohiy mavjudlikni his qiladi. Xudo doimo va abadiy insoniyat bilan va hamma joyda. Biroq, Uning

mavjudligini idrok eta olmaslik ongning ko'plab sof dunyoviy masalalar bilan bandligidan kelib chiqadi. Diqqatni jamlash yoki Xudo haqida mulohaza yuritish bizga Uning yaqinligini his qilish imkonini beruvchi vositadir. Shu maqsadda so'fiylar butun borlig'i ma'noga singib ketguncha Xudoning ismini (masalan, "Xudodan boshqa xudo yo'q" yoki "Ey Tirik, ey O'z-o'zini Barqaror" kabi) takrorlab, doimiy zikr bilan shug'ullanadilar. Keyin ularning ongi osongina ma'naviy o'lchovga o'tadi va ular chuqur meditatsiyada yogilar boshdan kechirgan ruhiy ekstaz holatlariga o'xshash ruhiy ekstaz holatlarini boshdan kechiradilar. Ma'naviy tajriba, unga erishishning turli usullariga qaramay, bittadir.

Xudo insoniyatdan uzoq emas. Insoniyat o'z fikrlari va harakatlari orqali o'zini Xudodan ataylab uzoqlashtiradi. Meditatsiyada haqiqiy ma'naviy nurni sezganingizda, uni anglashga harakat qiling va o'zingizni uning ichida ekanligingizni his qiling: u bilan bir butun Xudo bu nurning markazida - nur ustiga nurdir. Va siz bu muborak nurga qanchalik yaqinlashsangiz, Xudoga shunchalik yaqinlashasiz.

Ilohiy nurning o'ziga xos belgisi shundaki, uning ko'rinishi har doim tananing har bir to'qimasidagi har bir atomga singib ketadigan darhol va kuchli baxt yoki quvonch hissi bilan birga keladi. Bu baxt hissi xayoliy emas; aksincha, ba'zilar ruhiy ekstazning shiddatiga chidashga qiynaladilar, chunki ong va tana bunga o'rganmagan. Bu ekstaz asosiy maqsaddir va uning nektarini tatib ko'rganlar baxtlidir, chunki ular hayot suvining bulog'idan ichganlar.

Inson diqqatini jamlash jarayonida qanchalik ko'p xotirjamlikni his qilsa, Xudo haqidagi mulohazalari

shunchalik chuqur va muvaffaqiyatli bo'ladi. Agar ma'naviy kitoblarni o'qishga sarflangan vaqt meditatsiyaga bag'ishlansa, aqliy va ma'naviy jihatdan taraqqiyot ancha yuqori bo'lar edi. Jiddiy izlanuvchilar uyqusini kamaytiradi va meditatsiyaga ko'proq vaqt ajratadi, chunki ular meditatsiya paytida boshdan kechiradigan dam olish uyqudan yuz baravar tetiklantiruvchi va tetiklantiruvchidir.

Agar inson ongidagi ovozlarni o'chira olmasa, u Xudoga yeta olmaydi. Shuning uchun payg'ambarlar va avliyolar g'orlar, tog'lar va o'rmonlardan panoh izlashgan. Diqqatni jamlash va meditatsiya qilish orqali o'zini ichki sukunatga qayta-qayta cho'mdirish zarurati mavjud, shunda buyuk tinchlik va chuqur baxt topiladi. Donolik matnlarida aytilganidek:

Yangilangan istaklardan va mol-mulkka intilishdan ozod bo'lgan, qalbi va ongini (his-tuyg'ulari va fikrlarini) boshqaradigan va tinch joy izlaydigan kishi har doim umuminsoniy ruh bilan birlashishga harakat qilishi kerak.

Shuningdek, ibodat joylarida mulohazakor sukunatni ko'proq mashq qilish kerak. Biz kamroq gapirishimiz va ko'proq meditatsiya qilishimiz kerak. Hindistondagi ruhiy mashg'ulotlarim davomida ustozim Shri Yuktisvar bizga vaqti-vaqti bilan faqat bitta ma'ruza o'qib berardi. Ko'pincha biz uning atrofida jimgina va chuqur diqqat bilan o'tirardik.

Haqiqiy ma'naviy yo'l boshchi shunchaki yozma bilimdan ko'proq narsaga ega. Undan biz donolik va monoteistik bilimlarni o'rganishimiz mumkin, chunki u biladi va bilishini ham biladi, chunki u o'zidagi haqiqatni biladi va shunchaki kitob o'qimagan.

Kosmos ikki qismga yoki jihatlariga bo'linadi. Yaratilish kosmosning bir jihati, boshqa jihatida esa faqat Xudo bor, bu yerda yaratilish umuman mavjud emas. Bu qorong'u bo'lmagan zulmat va yorug' bo'lmagan yorug'lik olami. Quyosh chiqmagan, oy porlamagan va olov yonmagan joyda Xudoning abadiy, abadiy maskani bor.

Bu ikkilanish inson ongiga ham tegishli. Insonning ikki jihati bor: biri ko'rinadigan, ikkinchisi ko'rinmas. Ochiq ko'zlar bilan siz aniq mavjudlikni idrok etasiz va o'zingizni uning ichida ko'rasiz. Yumilgan ko'zlar bilan siz faqat qorong'u bo'shliqni ko'rasiz. Shunga qaramay, sizning ongingiz juda sezgir va faol bo'lib qoladi. Agar chuqur mulohaza orqali siz yopiq ko'zlar ortidagi qorong'ulikni kira olsangiz, barcha yaratilish paydo bo'lgan yorug'likni idrok etasiz. Ma'naviy ekstaz holatida ong aniq yorug'likdan oshib, yaratilishning barcha shakllari va shakllari ortida mavjud bo'lgan universal ong olamiga kiradi. Bu ong barcha hissiy idrokdan ustun turadi. Uning mohiyati, baxti va u bilan bog'liq holatlarga kelsak, ularga aniq tavsif berish qiyin, chunki ular odamlar kamdan-kam hollarda tashrif buyuradigan ma'naviy o'lchovga tegishli, garchi uning haqiqati va mavjudligi haqiqati mavjud bo'lsa ham.

Xudo bizga ongimizda koinotni boshqaradigan qonunlarning qanday ishlashini boshdan kechirish imkoniyatini berdi. Bu shaklsiz ong holatini, hatto ko'zlarni yumib ham sezish mumkin bo'lgan, cheksiz olam (zulmatsiz qorong'ulik) va (yorug'liksiz yorug'lik) bilan taqqoslash mumkin, bu yerda Xudo O'zining moddiy yaratilishini tavsiflovchi har qanday shakl, sifat va ikkiliklardan tashqari mavjuddir. Yaratilishdan tashqaridagi bu cheksiz abadiylik kengligida faqat

Xudo mutlaq saodat ongida, doimo mavjud, ongli va yangilangan holda mavjuddir. Bu ong tavsif va taqqoslashga qarshi turadi, chunki u mutlaqo noyobdir. Mutlaq va Cheksiz hukmronlik qiladigan bu abadiylik olamida hech qanday olam yoki hech qanday mavjudot yo'q. Ammo kosmosning narigi tomonida Xudo hamma narsani - barcha yaratilishni - O'zida his qiladi.

Ko'rinmas olamda olamlar fabrikasi yotadi. Bir astronom kosmos chindan ham hayratlanarli ekanligini ta'kidladi; hamma narsa undan chiqadi va unda eriydi. Xo'sh, atomlar, ularning tarkibiy qismlari va butun olamlar qayerga yo'qolib ketadi?

Qachonki materiya jozibali va jozibali bo'lib tuyulsa, ko'zingizni yuming. O'zingizga qarang va hayot manbai haqida o'ylang. Siz hech narsani ko'rmasligingiz va hech narsani his qilmasligingiz mumkin, ammo barcha ko'rinadigan narsalar o'sha ko'rinmas manbadan chiqadi (Va yorug'lik zulmatda porlaydi) (Osmon va yerning nuri). Agar siz zulmatga jim, chuqur diqqat bilan qarashda davom etsangiz, buyuk yorug'likni topasiz. Chunki zulmat ortida ma'naviy ong va zulmat ortida boshqa olamlar yashiringan (Otamning uyida ko'plab qasrlar bor) (Va oxirat uyi yaxshiroq va solihlar uchun naqadar ajoyib uy!).

Koinot Aqli to'g'ridan-to'g'ri kosmosdan tashqarida mavjud Inson ongidan tashqarida Xudoning ongi yotadi Uning borligidan bexabarlik yetarli Biz zulmatni tafakkur orqali qo'zg'atishimiz va Uni topmagunimizcha to'xtamasligimiz kerak U yerda, cheksiz Absolyutda, son-sanoqsiz idroklar, son-

sanoqsiz ichki qarashlar va hayotning barcha muammolariga yechimlar mavjud.

Introspeksiya orqali anglagan haqiqatlarim boshqa yo'llar bilan ilmiy jihatdan kashf etilgan fiziologik qonunlarni ochib beradi. Ko'zlarimni yumganimda, tanamdan oqib o'tayotgan hayotning shaffof oqimlarini ko'ra olaman. Siz boshdan kechirayotgan sukunatda yolg'izman deb o'ylamang. Xudo siz bilan va Uning yo'qligini o'ylashga hech qanday sabab yo'q. Havo qabul qilgichlar tomonidan eshitiladigan musiqa bilan to'la. Xudo bilan ham shunday. U bizning mavjudligimizning har bir daqiqasida biz bilan. Lekin Uning borligini anglash uchun biz chuqur meditatsiya qilishimiz kerak. Xudo biz bilan ekanligining eng kichik belgisini ham ko'rmagunimizcha, uxlab yotganimizda ko'z qovoqlarimizni yopmasligimiz kerak; shundan keyingina biz tinch va osoyishta uxlay olamiz. Va siz, orzu qilgan va uzoq kutgan holda, uning ajoyib sirlarini kashf etmaguningizcha, zulmatga diqqat bilan qarang.

Bir kuni, tushdan keyin soat to'rtlar atrofida kutubxonamda o'tirgan edim, to'satdan nafasim yo'qoldi va oyoq-qo'llarim qotib qoldi. Men o'lim jarayoniga guvoh bo'ldim. Nafas va harakat tanamdan chiqib ketdi, lekin men hushyor edim. Bu ajoyib tajriba edi. Men tanamni va butun tabiatni ilohiy nurdan tashkil topgan harakatlanuvchi kosmik tasvirlar sifatida ko'rdim. Va men quvonch bilan xitob qildim: "O'lim yo'q, Xudoyim! Bu butun dunyo harakatlanuvchi tasvirlar galereyasidan boshqa narsa emas!"

Kresloda yoki taxtda o'tirgan hukmdor: "Men itoatkor xo'jayinman, menga bosh egaman", deyishi mumkin. Ammo o'lim itoatkor xo'jayinga halokatli zarbalaridan birini yetkazsin, shunda u o'tmishdagi narsaga aylanadi.

Do'stlarim, haqiqiy shoh - bu Xudoni sevadigan, Uning borligini butun mavjudotda his qiladigan va o'ziga g'amxo'rlik qilganidek boshqalarga ham g'amxo'rlik qiladigan kishi. Hatto o'lim ham unga vahima yoki qo'rquv keltirmaydi, chunki u buni Xudoning shohligiga (u yerda abadiy qoladigan) yo'l deb biladi.

Inson ongini kosmik ongga kengaytirishning uchta usuli mavjud. Birinchisi, ijtimoiy yo'l, bu yerda biz qalbimizdan xudbinlikni chiqarib tashlaymiz va odamlarga yordam berishga va muhtojlarga xizmat qilishga to'liq tayyormiz. Biz do'stlarimizga sodiq va sadoqatli bo'lishimiz va Xudo bizga oila bergan har bir kishiga mehr-muhabbat his qilishimiz kerak, shunda biz boshqalarga chinakam g'amxo'rlik ko'rsatish va ular uchun ishlash orqali ongimiz chegaralarini kengaytirishimiz mumkin. Biz oilaviy hayotda yaqinlarimiz uchun sevgi va fidoyilikni o'rganamiz va shu tariqa ongimizda ma'lum darajada kengayishga erishamiz. Lekin bu yetarli emas. Tor doiraga chek qo'yilgan sevgi cheklangan va kengayishga qodir emas. U shaxssiz bo'lib qolganda, uning doirasi o'sadi va uning qamrovi kengayadi. Bu turdagi sevgini tarbiyalash kerak va biz hammaga oilamiz va yaqinlarimizga bo'lgan sevgimizni berishga harakat qilishimiz kerak, xuddi o'zimiz uchun ishlaganimiz kabi boshqalar uchun ham ishlashimiz kerak (Xudo yaxshilik qilganlarni sevadi). Bu kosmik ongga erishishning ijtimoiy yo'li - xizmat va sevgi yo'li.

Xudo bizni bitta buyuk kosmik oila sifatida teng darajada sevadi va bizdan bir-birimizni sevishimizni kutadi. Agar sevsak, baxtni his qilamiz; agar sevmasak, o'zimizni og'riq va azob bilan jazolaymiz.

Dunyoning tafakkuri o'zgarishi kerak Biz hammamiz, chunki bizning asl tabiatimiz hamma narsani qamrab oluvchidir.

Men boshqalarga berishdan zavqlanaman va ularning baxtiga guvoh bo'lishdan eng katta baxtni his qilaman. Biz boshqalarni sevganimizda va ularga hamdard bo'lganimizda, butun mavjudot bizga javob berishini ko'ramiz. Payg'ambarlar va buyuk shaxslar bizga kosmik ongga erishish yo'lini ko'rsatib berishgan. Biz shunday qilib sevgi, xizmat va rahm-shafqatni ixtiyoriy ravishda berishimiz kerak.

Umumjahon ongiga ega bo'lgan inson baxtli insondir. Ular o'z sevgilarini tanlangan bir nechta odamlar bilan cheklamaydilar, boshqalarni o'zlarining mehr-shafqat va rahm-shafqat doirasidan chiqarib tashlamaydilar. Biz butun dunyoga oilamiz sifatida shunday qarashimiz kerak. Bu ong har doim men bilan birga va men hamma menga tegishli deb hisoblayman. Umumjahon ongiga ega bo'lgan inson barcha odamlarni aka-ukalari, opa-singillari, ota-onalari va do'stlarini sevganidek sevadi.

Kosmik ongga ikkinchi yo'l - o'zini tarbiyalash orqali. Haddan tashqari narsalarning qurboni bo'lmaslik kerak. Narsalardan zavqlanish yaxshi, lekin qalb va ruh ularga bog'lanib qolmasligi kerak. Ong chegaralarini kengaytirishni istaganlar fikr va harakatlarda erkin, mehribon, muloyim va yoqimli, o'zini tarbiyalaydigan, istaklarini nazorat qiladigan, zararli odatlarga qullikdan saqlanadigan va axloqiy va

axloqiy jihatdan oqlangan sog'lom e'tiqodlariga muvofiq harakat qilishlari kerak. Kosmik ongga erishish uchun o'zini tuta bilishni rivojlantirish va issiqlik va sovuq, quvonch va tushkunlik, sog'liq va kasallikning ikkilanishlarini yengib o'tish juda muhimdir.

Biz hamma narsaga hayajonlanmasdan yoki ruhiy bezovtaliksiz chidashimiz kerak. O'zini bu dunyoning arqonlariga bog'lamagan, jilovsiz his-tuyg'ular uni tebratmasligiga yoki ruhiy xotirjamligini buzmasligiga yo'l qo'ymagan kishi chinakam tushuncha va chuqur donolikka ega. Uchinchi usul metafizik usuldir. Izlovchi ongning yuqori ufqlarini ko'rish va ularning o'lchamlariga teginish uchun o'zini to'g'ri mulohaza yuritish orqali tananing cheklovlaridan ozod qilishi kerak. Bunga faqat ruh ko'lini qamrab oluvchi, unda to'lqinlar va tartibsizliklarni yaratadigan fikrlar girdobini tinchlantirish orqali erishiladi. Noqulay fikrlar pasayganda, suv yuzasi tinchlanadi va osmon va undagi barcha narsalar tiniqlik va poklik bilan aks etgan ko'rinadi.

Agar siz muhrlangan suv idishini suv idishiga solsangiz, idish ichidagisi atrofdagi suvdan alohida qoladi. Ammo agar siz muhrni olib tashlasangiz, idishdagi suv idishdagi suv bilan aralashadi. Xuddi shunday, oddiy odamlar Xudoni hayotlaridan uzoqlashtiradilar, chunki ularning ong idishi johillik bilan to'sib qo'yilgan. Ammo muhr to'g'ri meditatsiya orqali ko'tarilgandan so'ng, izlovchi tananing ichida ham, tashqarisida ham Xudoning tinchligini his qiladi. Meditatsiya kuchayishi bilan tinchlik o'sadi va ma'naviy quvonch yangilanadi.

Xudo insoniyatni har tomondan o'rab oladi, lekin ular Uni sezmaydilar. Ular johillik pardasini olib tashlamaguncha va onglarini Uning muqaddas ongiga singdirmaguncha, ular ichida va atrofida Uning haqiqiy mavjudligini his qila olmaydilar.

Agar inson moddiy istaklar dengizida cho'kib ketsa, u cho'kadi. Lekin agar u Xudoning okeanida cho'kib ketsa, u abadiy yashaydi.

Do'stlarim, Xudoni topsangiz, haqiqiy va abadiy qoniqishni his qilasiz.

Insonlar o'rtasidagi do'stlik buzilishi va uzilishi mumkin, ammo Xudo sizni tark etmaydi

Hamma sizni tashlab ketsa ham, Xudo siz bilan ekan, hamma narsa sizniki bo'ladi.

Sizga tinchlik, Allohning rahmati va barakoti bo'lsin

Yoga va yuqori idrok

Yoga - bu inson qalbini Ilohiy bilan qayta birlashtirishning ilmiy usullari to'plamidir. Biz Xudodan kelib chiqqanmiz va Unga qaytishimiz kerak. Biz Undan ajralgandek tuyuladi va U bilan birligimizni ongli ravishda tiklashimiz kerak. Yoga bizga ajralish illyuziyasidan qanday o'tishni va Xudo bilan birligimizni anglashni o'rgatadi. Ingliz shoiri Milton inson qalbi va uning qanday qilib o'z baxtini qaytarib olishi mumkinligi haqida yozgan. Bu yoganing asosiy maqsadi: yo'qolgan ma'naviy ong jannatini tiklash, bu orqali insoniyat Ilohiy Ruh bilan bir bo'lganini va doimo bir .bo'lib qolishini biladi

Dinning asl asoslari barcha izlovchilar yagona Xudoga erishish uchun qo'llashlari mumkin bo'lgan ilm bo'lishi kerak.
.Yoga - bu ilm

Dinga nisbatan ilmiyroq yondashuvga ehtiyoj bor. Turli xil qat'iy ta'limotlar odamlarni ikkiga bo'lib qo'ydi, garchi o'ziga qarshi bo'lingan uy bardosh bera olmasa ham. Shunday qilib, turli mazhablar va dinlarning birligiga faqat shu dinlarning izdoshlari va amaldorlari Xudoni chinakam ichki tushunishga erishgandagina erishish mumkin. Shundagina biz Xudoning otaligi ostida insoniyat o'rtasida .chinakam birodarlikka ega bo'lamiz

Barcha buyuk dunyo dinlari Xudoni topish va insoniyatning birodarligi haqida gapiradi va ularning ta'limotlarida axloqiy asoslar va axloqiy tamoyillar mavjud. Xo'sh, bu dinlar o'rtasidagi farqlar va bo'linishlarni nima keltirib chiqaradi? Bu odamlar ongida ko'r-ko'rona fanatizmdir. Biz Xudoga ta'limotning qat'iyligiga e'tibor qaratish orqali emas, balki ilohiy ruhning haqiqiy bilimlari orqali erisha olamiz. Odamlar turli dinlarning asosiy poydevorini tashkil etuvchi umuminsoniy haqiqatlarni anglab yetganda, diniy fanatizm bilan bog'liq barcha qiyinchiliklar yo'qoladi. Barcha odamlar mening oilam va yaqinlarim, shuning uchun men Xudoga Uning sharafiga qurilgan barcha .ibodatxonalarda sajda qilaman

Biz butun dunyo bo'ylab birlikni qurishni boshlashimiz kerak, bunda Umumdiniy Ma'bad (Barcha dinlar Ma'badi) konsepsiyasi asosida Xudoga sig'inishga chaqiruvchi va izdoshlarini Unga yo'naltiruvchi barcha dinlarni hurmat qilish kerak. Barcha dinlar tomonidan sig'iniladigan yagona Xudoga bag'ishlangan bunday ibodatxonalar hamma joyda qurilishi kerak va men bu kelajakda sodir bo'lishini bashorat qilaman. Sharq va G'arb xalqlari Xudo uylaridagi tor, sun'iy to'siqlarni abadiy buzib tashlashlari va yo'q qilishlari kerak.

Odamlar yoga orqali o'z-o'zini bilishga erishganlarida, ular
Xudo tomonidan sevilgan va tanlangan ekanliklarini
.anglaydilar

Bu ma'naviy birlik o'zini o'zi biladigan buyuklarda yaqqol
ko'rinadi. Ko'rlar ko'rlarni boshqara olmaydi. Faqat Xudoni
chinakam biladigan ma'naviy ustozgina boshqalarga ilohiy
bilimni chinakamiga yetkaza oladi. Ilohiylikni qayta tiklash
uchun shunday ma'rifatli ustozga ega bo'lish kerak. Kimki
haqiqiy ustoz yoki ma'naviy yo'lboshchiga ergashsa, u ularga
o'xshaydi, chunki bunday ma'rifatli kishi shogirdni o'z-o'zini
bilish darajasiga ko'tarish uchun ishlaydi. Men hurmatli
ustozimni topganimda, unga har jihatdan taqlid qilishga
qaror qildim: yolg'iz Xudoni qalbim taxtiga qo'yish va Uning
.ne'matlarini boshqalar bilan baham ko'rish

Donolarning aytishicha, eng chuqur bilimga ega bo'lish
uchun inson nigohini jamlashi va diqqatini hamma narsani
.biluvchi ruhiy ko'zga qaratishi kerak

Chuqur diqqatni jamlashda, hatto yogi bo'lmagan odam
ham peshonasini chimiradi. Aynan shu nuqta diqqat markazi
va dumaloq ko'zning joylashuvidir, bu ham ma'naviy
tushunchaga olib boradigan oynadir. Bu yogi koinot sirlarini
tushunish uchun qaraydigan haqiqiy "billur shar". Diqqatini
jamlashda yetarlicha chuqurlikka erishganlar bu "uchinchi"
ko'z orqali kirib, Xudoni idrok eta oladilar. Shuning uchun
haqiqatni izlovchilar o'z ongi va idrokini shu uchinchi ko'z
orqali ozod qilish qobiliyatini rivojlantirishlari kerak. Yoga
amaliyoti shogirdga intuitiv xabardorlikning yagona ko'zini
.ochishga yordam beradi

Aql-idrok yoki to'g'ridan-to'g'ri bilim hech qanday sezgi
ma'lumotlariga tayanmaydi. Shuning uchun u ko'pincha
intuitiv qobiliyat (oltinchi sezgi) deb ataladi. Har bir inson bu
oltinchi sezgiga ega, lekin ko'pchilik uni rivojlantirish ustida
ishlamaydi. Biroq, deyarli hamma intuitiv tajribani boshdan

kechirgan. Ehtimol, ularda biror narsa sodir bo'lishini his qilishadi va keyin hech qanday sezgi dalillari bo'lmasa ham, .bu sodir bo'ladi

To'g'ridan-to'g'ri, ichki tushuncha yoki o'zini bilishni rivojlantirish juda muhim, chunki Xudoni chinakam bilgan kishi o'ziga ishonadi. Ular bilishadi va ular buni bilishlarini ham bilishadi. Biz Xudoning borligiga anjir yoki uzumning ta'miga qanchalik amin bo'lsak, shuncha amin bo'lishimiz kerak. Men boshqalarni Xudo bilan tanishtirish vazifasini faqat o'qituvchim menga U bilan mukammal uyg'unlik yo'lini ko'rsatganidan va Uning borligini his qilib, ichimda .anglaganimdan keyingina o'z zimmamga oldim

G'arb har doim ibodat uchun ulug'vor cherkovlar va soborlar qurish bilan band bo'lgan, ammo bu ulkan va ulug'vor inshootlar Xudoni izlovchilarga Uni topishga kamdan-kam hollarda yordam beradi. Sharqda asosiy e'tibor ilohiy bilim egalarini tarbiyalashga qaratilgan. Biroq, bu ma'rifatli shaxslar har doim ham ruhiy izlovchilar uchun ochiq emas, chunki ular ko'pincha uzoq va tanho joylarda qolishadi. Shuning uchun, odamlar ilohiy mavjudlikni his qila oladigan ma'naviy markazlar juda muhim va ma'rifatli o'qituvchilar ularga bu borada yordam berishlari mumkin. Xudoni bilmaydigan o'qituvchidan qanday qilib ilohiy bilim olish mumkin? O'qituvchim meni boshqalarga U haqida gapirishdan oldin Xudoni bilish zarurligiga ishontirdi va yuragim uning rahbarligi uchun minnatdorchilikka to'ldi. !Haqiqatan ham, u Xudo bilan bir edi

Xudo avvalo jismoniy tanada idrok etilishi kerak va har bir izlovchi o'z fikrlarini har kuni takomillashtirishi, qalbining qurbongohiga sof, muqaddas sevgining begunoh, xushbo'y gullarini qo'yishi kerak. Xudoni ichida topgan har bir kishi, u kirgan har bir ma'badda, cherkovda, masjidda, ziyoratgohda .va yig'ilishda Uning borligini ham sezadi

Yoga nazariy ilohiyotni amaliy tajribaga aylantiradi
Xudoni chin dildan sevish, ongni his-tuyg'ulardan
uzoqlashtirish va uni Xudoga bag'ishlashni anglatadi.
Insonning butun diqqat-e'tiborini meditatsiyada Xudoga
qaratish kerak. Xudoni izlovchi har bir kishi ongini jamlashni
o'rganishi kerak. Ongi bir vaqtning o'zida boshqa narsalar
bilan band bo'lganida aytilgan ibodat Xudo uchun samimiy
emas va qabul qilinmaydi. Yoga o'qituvchilarining aytishicha,
Xudoni topish uchun avval Uni butun ong bilan va to'liq fikr
.jamlash bilan izlash kerak

Ba'zilarining aytishicha, hindular yoga bilan shug'ullanish
uchun boshqalarga qaraganda ko'proq mos keladi va yoga
hamma uchun ham mos emas. Bu yolg'on. Bugungi kunda
ko'p odamlar hindularga qaraganda ko'proq yoga bilan
shug'ullanish imkoniyatiga ega, chunki ilmiy yutuqlar
insoniyatga ko'p bo'sh vaqt berdi. Sharq hayotni
osonlashtirish va mazmunli qilish uchun G'arbning ilg'or
texnologiyalaridan ko'proq foydalanishi kerak va G'arb
Sharqdan amaliy, metafizik yoga usullarini o'rganishi kerak,
toki hamma Xudoga yo'l topa olsun. Yoga diniy mazhab
emas, balki biz Xudoni topa oladigan universal, amaliy va
.qo'llaniladigan fandır

Yoga hamma uchun: g'arbliklar va sharqliklar uchun.
Telefon shunchaki G'arbda ixtiro qilingani uchun Sharq
uchun emas, deb aytish mumkin emas. Xuddi shunday,
Sharqda ishlab chiqilgan yoga amaliyotlari faqat Sharqqa xos
.emas, balki butun insoniyat manfaati uchundir

Inson Hindistonda yoki dunyoning boshqa biron bir
joyida tug'ilgan bo'lishidan qat'i nazar, bir kun o'ladi. Lekin
inson har kuni o'zini Xudoga bag'ishlashi mumkin, hatto bir
necha daqiqaga bo'lsa ham. Yoga buning uchun usul va
.imkoniyatni taqdim etadi

Insonlar tanada asirlikdagi mahbuslar kabi yashaydilar
va ularning muddati tugagach, ular haydab yuborilish
sharmandaligini his qilishadi. Tanaga muhabbat qamoqqa
muhabbatdan boshqa narsa emas. Biz jismoniy qafasda
yashashga o'rganib qolganimiz sababli, haqiqiy erkinlikning
ma'nosini unutdik. Ozodlikni izlamaslik uchun hech qanday
bahona yo'q. O'zini kashf etish va abadiy tabiatini tushunish
.har bir inson uchun juda muhimdir. Yoga yo'lni yoritadi

Ruh yana Xudoga ko'tarilishi kerak

Koinot mavjud bo'lishidan oldin, universal ong mavjud
edi. Umumjahon yoki kosmik ong nima? Bu Mutlaq Ruh yoki
cheksiz va cheksiz Xudo, abadiy mavjud, ongli va doimiy
yangilanib turuvchi saodat, barcha kosmik shakllar, shakllar
va hodisalar orqasida yashiringan. Yaratilish paydo
bo'lganda, kosmik ong moddiy olamda ma'naviy ong,
Xudoning ongi va ongining sof aksi sifatida namoyon bo'ldi, u
butun yaratilishda mavjud va yashiringan. Ma'naviy ong
insonning jismoniy tanasiga tushganda, u ruhga yoki
ulug'vor ongga aylandi: ilohiy saodat, abadiy mavjud, ongli
va doimiy yangilanib turuvchi, jismoniy tuzilish ichida
individual ravishda mavjud. Inson ruhi tana bilan
birlashganda, u o'zini anglash yoki ego sifatida namoyon
bo'ladi. Yoga ilohiy ruhga erishish uchun ruh ong narvonidan
.ko'tarilishi kerakligini o'rgatadi

Baxtning siri: ilohiy mavjudlikni his qilish

Hayotdan zavqlanish juda yaxshi; haqiqiy baxt hech
narsaga bog'lanmaslikdadir. Gulning xushbo'y hididan
bahramand bo'ling, lekin unda Xudoni ko'rishga harakat
qiling. Men his-tuyg'ularimni ongli saqladim, shunda ulardan
foydalanib, men har doim Xudo haqida o'ylashim va Uning
borligini qalbimda his qilishim mumkin. "Ko'zlarim hamma
joyda Sening go'zalligingni ko'rish uchun yaratilgan, ey
Rabbim, quloqlarim Sening hamma narsani qamrab oluvchi
ovozingni eshitish uchun yaratilgan" Bu yoga: Xudo bilan
birlik Uni topish uchun o'rmonga borishning hojati yo'q.

Dunyoviy odatlar bizni qayerda bo'lsak ham, ulardan xalos bo'lmagunimizcha bog'laydi. Yogi Xudoni yuragining g'orida qanday topishni biladi. Qayerga bormasin, u ilohiy .mavjudlikning muborak ongini o'zi bilan olib yuradi

Insoniyat nafaqat hissiy ong darajasiga tushib qoldi, balki ochko'zlik, g'azab va hasad kabi hissiy ongning g'ayritabiyy holatlari quliga aylandi. Insoniyat Xudoni topish uchun bu iflosliklar va aberatsiyalardan xalos bo'lishi kerak. Sharqliklar ham, g'arbliklar ham bu hissiy bog'liqlikdan ozod bo'lishlari kerak. Oddiy odam kofe berilmagani uchun g'azablanishi mumkin, bu mahrumlik ularga bosh og'rig'ini .keltiradi, deb ishonadi! Mukammal yogi ozod insondir

Hozir qayerda bo'lishidan qat'i nazar, har bir kishi yogi bo'lish imkoniyatiga ega. Lekin biz odatiy hayotimiz va odatlarimiz ufqidan tashqaridagi har qanday narsa g'alati va .unga erishish qiyin deb o'ylashga moyilmiz

Yoga amaliyoti erkinlik beradi Ba'zi yogilar beparvolik va zohidlikni haddan tashqari qabul qilishadi. Ularning aytishicha, odam tirnoqli to'shakda bezovtalanmasdan uxlashi kerak va ular Islom ta'limotlarida hech qanday asosga ega bo'lmagan boshqa jismoniy tarbiya turlarini buyuradilar. To'g'ri, tirnoqli to'shakda o'tirib, baribir Xudoni o'ylay oladigan odam ulkan aqliy kuchni namoyon etadi. Ammo bunday g'ayrioddiy ishlar keraksiz; shunchaki stulda yoki qulay to'shakda o'tirib, Xudo haqida mulohaza yuritish .mumkin

Yoga ustasi Patanjali umurtqa pog'onasini tik holatda ushlab turishga imkon beradigan har qanday jismoniy holat meditatsiya, ya'ni Xudoga yogik diqqatni jamlash uchun mos ekanligini aytadi. Hatha yoga kabi favqulodda jismoniy chidamlilik va moslashuvchanlikni talab qiladigan mashqlarni bajarish uchun burilishlarni bajarish shart emas. Xudo asosiy maqsaddir va Uning borligini his qilish biz intilishimiz va

erishish uchun ishlashimiz kerak bo'lgan narsadir. Bhagavad Gita shunday deydi: "Xudoga to'liq singib ketgan va Unga .cho'mgan kishi eng muvozanatli hisoblanadi

Hind yogilari qattiq sovuq va issiqqa, chivinlar va boshqa zerikarli hasharotlar chaqishiga to'liq chidamliligini namoyish etdilar. Bu fazilatlar yogi bo'lish uchun zaruriy shart emas, balki malakali amaliyotchining tabiiy xususiyatlaridir. Agar kerak bo'lsa, psixologik jihatdan tushkunlikka tushmasdan yoqimsiz elementlarni yo'q qilishga yoki ularga chidashga harakat qiling. Agar toza bo'lish mumkin bo'lsa, iflos bo'lishning hojati yo'q. Kichkina kulbada yashashga ulug'vor saroyda yashashga bog'liq bo'lgani kabi bog'liq bo'lishi mumkin. Ma'naviy muvaffaqiyatga erishishning eng katta omili - bu mehnatsevarlik va matonat. Darhaqiqat, hosil mo'l-ko'l, lekin uni yig'ib olishga tayyor bo'lganlar kam! Dunyoviylar Xudoning in'omlari va marhamatlarini izlaydilar, donolar esa .Beruvchining O'zini izlaydilar

Kim yogi bo'lishni istasa, meditatsiya qilishi kerak. Ertalab uyg'onganida, yogi avvalo tanasini oziqlantirish uchun ovqat haqida o'ylamaydi, balki ruhiga ilohiy birlik nektarini taqdim etadi. Chuqur meditatsiya ilhomi bilan to'ldirilgan holda, u barcha kundalik vazifalarini quvonch va intizorlik bilan bajara oladi. Xudo bu yerni ataylab yaratdi. Uning rejasi insoniyat dunyoni yaxshilash uchun ishlashidir. G'arbliklar doimiy ravishda yangi va takomillashtirilgan moddiy qulayliklarga intilishning eng yuqori cho'qqisiga chiqishadi, sharqliklar esa bor narsalaridan qoniqishning eng yuqori cho'qqisiga chiqishadi. Impulsiv G'arb ruhi va qasddan Sharq ruhida istalgan narsa bor va biz ikkalasi o'rtasida o'rta .yo'lni topishimiz kerak

Meditatsiya yogi yaratadi

Xudoni topish uchun har kuni ertalab va kechqurun, iloji bo'lsa, kun davomida meditatsiya qilish kerak. Bundan tashqari, intiluvchan meditator uchun har hafta ish kunida bir necha soat meditatsiyaga bag'ishlash muhimdir. Bu asossiz emas. Ba'zi odamlar har kuni soatlab o'z sevimli mashg'ulotlari bilan charchamasdan yoki zerikmasdan shug'ullanishadi. Ma'naviy jihatdan rivojlanmoqchi bo'lganlar Xudoga ko'proq vaqt ajratishlari kerak. Biz Xudoga Uni hamma narsadan ustun sevishimizni his qilishimiz kerak. Inson meditatsiyada mohir bo'lib, yuqori ongga chuqurroq kirisha olganda, kuniga besh soatdan ko'p bo'lmagan uxlashga muhtoj bo'ladi. Kechaning, erta tongning va bayramlarning bir necha soatini Xudoni o'z-o'zini tahlil qilish va mulohaza qilish uchun ishlatish mumkin. Shu tarzda, har qanday odam, hatto eng band va band odam ham, agar xohlasa, salla kiymasdan yoki sochlarini uzun o'stirmasdan .yogi bo'lishi mumkin

Ibodot joylari hujayralar, asal esa inson ruh ekanligi va Xudo bilan bir ekanligi haqidagi aniq bilimdir. Xudo barcha ibodat joylarida mavjudligi rost, lekin shunchaki muqaddas joylarga borish Xudoni o'zini namoyon qilishga ishontirish uchun yetarli emas. Ibodat joylariga tez-tez tashrif buyurish yaxshi, lekin kundalik mulohaza yuritish yaxshiroq va ikkalasi ham birgalikda bajarilishi kerak, chunki ibodat joylariga borish muqarrar ravishda ilhom baxsh etadi, kundalik mulohaza esa katta ma'naviy taraqqiyotga olib keladi. Izlovchining qalbi g'ayrat bilan yonib, ibodatdan keyin ibodat .qilganda, Xudo uning chaqirig'iga javob beradi

Bu sobitqadamlik Uni topish uchun juda muhimdir. Yogi bo'lish va shu bilan birga zamon ruhi va talablariga moslashish uchun uyda meditatsiya qilish, o'zini tarbiyalash va Xudoga bo'lgan sevgi va xizmat tufayli barcha vazifalarni bajarish kerak. Mening eng katta istagim - odamlar qalbida Xudo uchun ma'badlar qurish va ularning yuzlarida Xudoning

yorqin tabassumini ko'rish. Hayotdagi eng katta yutuq - bu insonning o'z qalbida Xudoga ma'bad bag'ishlashidir. Bunga osongina erishish mumkin va aynan shu maqsadda dunyoga o'zini anglash kelgan. Xudoni o'z qalbida taxtga o'tirgan har bir kishi yogi va men bilan birga yoga Sharq, Shimol, Janub va G'arb uchun ekanligini ayta oladi. Bu istisnosiz barcha odamlar uchun. Ilohiy yo'llar ikkinchi darajali yo'llardir, yoga yo'li esa ilohiy saodat saroyiga olib boradigan yo'ldir, undan bir marta yetib borganingizdan so'ng, hech qachon chiqib .ketmaysiz

Sizga tinchlik bo'lsin

ma'naviy urug'lar

Ey Rabbim, menga ehtiyot choralarini ko'rib, ehtiyot bo'lish bilan birga, qat'iyat va matonat bilan jasur va jasur bo'lishni o'rgat.

Xudo mening yuragimda va atrofimda, meni himoya qiladi va kuzatib turadi. Shuning uchun men Uning yo'l ko'rsatuvchi nurini mendan yashiradigan va xatolar zulmatida qoqinishga majbur qiladigan qo'rquv zulmatini yo'q qilaman.

Biz nafaqat suhbat va o'zaro ta'sir orqali, balki ular chiqaradigan ko'rinmas magnit tebranishlari orqali ham birga o'tirgan va muloqot qiladigan odamlarga o'xshab qolamiz. Ularning magnit maydoniga kirganimizda, biz ongsiz ravishda ularning magnitlanishidan ta'sirlanamiz. Shuning uchun, ma'naviy o'sishni istaganlar uchun ruhiy moyillikka ega bo'lganlar bilan muloqot qilish juda muhimdir, toki ular ruhlansin, g'ayratlarini saqlab qolsinlar va Xudoga bo'lgan intilishlarini rivojlantirsinlar.

Ma'rifatli tushunchaga ega bo'lganlar haqiqat atirgullarini to'playdilar va donolik jannatiga kirish uchun qalblarni olijanob fazilatlar bilan yoritib, go'zallashtirish ustida ishlaydilar.

Ey Rabbim, Sening sevging hamma narsaga yetarli

Kosmik sevgi ko'p qirrali insoniy sevgining kichik derazalaridan chiqib tursa-da, uni ko'rdim deb o'ylagan zahoti, u oldinga siljiydi va siz uning butun borlig'ini kosmik ongingiz oynasi orqali ko'ra olmaguningizcha davom etadi.

Dono odamlar janjallashmasligini, balki xotirjam va oqilona muhokama qilishini yodda tutib, birga o'tirib, fikrlarimizni ochiq fikr va o'zaro hurmat bilan muhokama qilishimiz yaxshiroqdir.

Inson o'zini va oila a'zolarini boshqalar haqida g'iybat qilishdan yoki ular haqida yomon gapirishdan tiyilishga o'rgatishi va buning o'rniga o'zini takomillashtirishga va o'z xatolarini tuzatishga e'tibor qaratishi kerak. Biz boshqalarni shunchaki ular bizdan farq qilgani yoki ularning fikrlari biznikidan farq qilgani uchun yomon ko'rmasligimiz kerak, shuningdek, o'z e'tiqodlarimiz yagona to'g'ri e'tiqod ekanligiga qat'iy ishonmasligimiz kerak.

Ey sevgi bulog'i, qalblarimiz to'lganini va chanqog'imiz Sening sevgingning doimiy mo'l-ko'lligi bilan qondirilganini his qilaylik.

Inson gapirishdan ko'ra ko'proq tinglashni, jim o'tirishni va boshqalar bilan muloqot qilishdan zavqlanishni o'rganishi kerak.

Quyosh nurini kattalashtiruvchi linza orqali kichik bir nuqtaga qaratsangiz, u issiqlik hosil qiladi va bu issiqlik yog'och, mato, qog'oz va boshqa materiallarni yoqib yuborishi mumkin.

Xuddi shunday, ong aniq jamlanganda, uning jamlangan energiyasi har bir muvaffaqiyatsizlik ortidagi yomonliklar va shubha ildizlarini yoqib yuborishi va donolik nurini yorqinlik va nur bilan porlashi mumkin.

Aql barcha yaxshiliklarning manbai va barcha muborak kuchlarning manbai bo'lgan Xudo bilan uyg'unlashganda, u ilohiy mavjudlikni anglaydi va muvaffaqiyatning barcha elementlariga ega bo'ladi. Bu elementlar Xudoning ulkan kuchi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, har qanday sohada muvaffaqiyat uchun yangi sabablar va imkoniyatlar yaratishga qodir.

Og'riq va tartibsizlik qobig'i atrofimni qamrab olganda, ey Rabbim, Sening himoya huzuringning mustahkam qal'asida o'zimni xavfsiz va xotirjam his qilishimga ijozat ber.

Sevgi - bu qalbning Xudoga kuylaydigan madhiyasidir

Surunkali chanqog'imni faqat Sening muborak jonimga tegib, Senga bo'lgan sog'inch bilan yonib qondirishing mumkin. Umidsizlik bo'roni pasaydi, umidsizlik shamollari tinchlandi va Sening tinchliging tomchilari mening borlig'imning har bir tolasini namladi, yuragimni mamnuniyat bilan to'ldirdi va men endi Sening muborak ismingni kuylayman va kuylayman.

Ey Xudo, meni faqat Sening eng muqaddas huzuring osmonidan oqib chiqayotgan shifobaxsh buloqlaringdan ichishdan zavqlanadigan jannat qushi qil.

Haqiqat avvalo ongimizga [atirgul barglarida] yupqa, tiniq shudring tomchilari kabi keladi.

Hayot o'yinidagi rolingiz qanchalik kichik va kamtarona bo'lmasin, uning ahamiyati o'yinning muvaffaqiyatiga hissa qo'shish nuqtai nazaridan eng buyuk rollarnikiga tengdir.

Ey Xudo, menga fazilat qonunlariga qo'rquv va xavotir bilan emas, balki tasalli va sevgi bilan qarashga ijozat ber. Va eslatib o'tamanki, dastlab tamoyillariga rioya qilish qiyin bo'lishi mumkin bo'lgan fazilat, oxir-oqibat, qonunlariga rioya qilinganda, boshimga baxt va mamnuniyat tojini qo'yadi.

Va menga yordam ber, Rabbim, boshida ba'zi zavq va zavqlarni va'da qiladigan yovuzlik o'z ortidan ko'p qayg'u va azob-uqubatlarni keltirib chiqarishini unutmasligimga yordam ber.

Insoniy sevgi kengaytirilishi va ilohiy sevgiga yo'naltirilishi kerak

Ilohiy sevgi inson qalbida o'zini turli kanallar va nikoh va ota-ona sevgisi hamda do'stlarning bir-biriga bo'lgan sevgisi orqali ifodalashga harakat qiladi.

Oilalar va jamiyatdagi ko'p qirrali va xilma-xil munosabatlar insoniy sevgini iflosliklardan tozalash va uni sof ma'naviy sevgiga aylantirish uchun zaruriy sababdir.

Tasdiqlar:

Har bir kunning tongida men uchratgan har bir kishiga quvonch to'lqinlarini yog'diraman

Men yo'limni kesib o'tgan har bir kishi uchun ruhiy quyosh nuri bo'laman

Men g'amgin va baxtsizlarning qalbida tabassum shamlarini yoqaman

Biz behuda orzular va so'nayotgan umidlar azobida yashashga nasib etmagan edik. Ey Rabbim, bizni bog'lab turgan zanjirlarni uzishda va cheklovlar cho'li orqali baxtli yangi yurtga yo'limizni mustahkamlashda bizga yordam ber.

Rabbim, menga Sening yaqinligingni va his-tuyg'ularim tubida borligingni his qilishimga ijozat ber va Sening yorqin donoliging mening tushunchamni qo'llab-quvvatlashini va mening hayotim Sening noyob va noyob hayotingning namoyon bo'lishi ekanligini anglashimga ijozat ber.

Shafqatsizlik ruhiy kasallikdir va shafqatsiz harakatlarga yoki his-tuyg'ularga berilib ketgan kishi o'ziga baxtsizlik keltiradi va uning asab tizimiga zarar yetkazadi.

Yurak - bu his-tuyg'ularning markazi, va boshqa birovning qalbiga tajovuz qilmaslik kerak.

Xudo mening haqiqiy boyligim va men U orqali boyman

So'zlardagi uyg'unlik:

O'zini tarbiyalash

Boshqalarni sevish

Hayvonlarga mehr-oqibat

Yaxshi fazilatlarga muhabbat

Tinchlik va osoyishtalikni sevish

Buyuklarning sevgisi

Kambag'al va muhtojlarga mehr-shafqat ko'rsatish va ularga yordam berish

Oqibatlaridan qat'i nazar, avtomatik halollik

Burchga bo'lgan muhabbat va hurmat tufayli burchni bajarish

Solihlik va islohotga muhabbat

Adabiy diddan zavqlanish va qilinishi kerak bo'lgan ishni qilish

O'z-o'zini hurmat qilish

Kamtarlik

Raqqa

Sadoqat

Jasurlik

sabr-toqat
Bardoshlik
U buyuk qalblar va ma'rifatli onglarning izlarini izlaydi
Halollik
Fitnes
mehribonlik
Soddalik va aniqlik
Balans
Ruhii tuyg'ular
Qanoat
Jismoniy poklik va intellektual poklikka muhabbat
Kamtarlik va takabburlikdan qochish
Yaxshilikka muhabbat
Adolat
Bunga loyiq bo'lganlarga ko'rsatilgan mehrni eslab
qolish
Muqaddas narsalarga hurmat
Bukletdan: Psixologik jadval

Inson ichidagi yashirin olamdagi go'zal fikrlarning
fazilatlaridan bahramand bo'lish uchun ongni o'rgatish orqali
ruhiy tuyg'ularni boshdan kechirish mumkin.

Ey Rabbim, inson qalbidan oqib chiqadigan sevgi meni
Senda sof sevgi manbasini izlashga undadi.

Ruhimning sokinligida, Sening hamma narsani qamrab
oluvchi huzuring oldida kamtarlik bilan sajda qilaman, chunki
Sen meni doimo o'z-o'zini anglash yo'llarida boshqarib
borayotganingni bilaman.

Ey Xudoyim, seni topmagunimcha seni izlayman va seni
topganimda, menga bergan barcha ne'matlaring va
yaxshiliklaringni minnatdorchilik bilan qabul qilaman.

Yolg'izlikda, fikrlarim orasida, ey Xudo, ovozingni
eshitishni istayman. Xotiramning burmalarida hali ham
yashiringan qo'pol ovozlarning dahshatli tushlarini mendan

haydab chiqar. Ruhimning xotirjamligida Sening xotirjam va ohangdor ovozingni abadiy tinglashni istayman.

Ey Rabbim, rahm-shafqating yomg'irlarini qalbimizga yog'dirib, ularga yopishib qolgan johillik botqog'ini yuvib tashlasin, toki ular o'zlarining pokligi va shaffofligini qaytarib olib, ilohiy nuring bilan porlasinlar.

Tog' g'orlarida bo'ladimi yoki gavjum ko'chalar o'rtasida bo'ladimi, yoki zamonaviy hayotning o'rmonlarida qayerga borsak ham va qayerga burilsak ham, sharq va g'arb, shimol va janub va hamma joyda bo'ladimi, ey Rabbim, qalblarimiz sizning himoyangiz bilan xotirjam bo'lishi uchun Sening yaqinligingni his qilaylik.

Kelinglar, gullar va atirgullar kabi bo'laylik va noto'g'ri tushunilganimizda mehr va mehr barglarini sochaylik, chunki o'zini tuta bilish va to'g'ri xulq-atvor orqali biz buyuk yaxshilikning ajralmas qismi ekanligimizni anglaymiz.

Qulay sharoitlar buloqlaridan oqib chiqayotgan tinchlik suvlaridan va ijobiy nuqtai nazarga ega bo'lish va konstruktiv munosabatlarni saqlashga bo'lgan qat'iyatingizdan to'yib iching.

Baxtni faqat nafis kiyimlar, mazali taomlar, hashamatli mebellar, hashamat va lazzatlanishdan izlamang, chunki bu narsalar sizning baxtingizni tashqi ko'rinish ortida qoldiradi. Aksincha, tasavvuringizni cheksiz g'oyalar saltanati ustidan ko'taring.

Darhaqiqat, har bir kishi ma'lum darajada g'azab muammosidan aziyat chekadi, agar ular xabardorlikning yuqori bosqichiga, ya'ni ruhiy ekstaz yoki xotirjamlik holatiga yetmagan bo'lsalar.

G'azab - qanday shaklda bo'lishidan qat'i nazar - istakni qondira olmaslikdan kelib chiqadi. Ruhning ilohiy manbai bilan bog'liqligidan kelib chiqadigan ichki quvonch yo'qligida, inson o'z istaklarini o'zining abadiyligi va ko'pincha nosog'lom oqibatlari tufayli yoqimsiz bo'lgan shahvoniy zavqlar orqali qondirishga harakat qiladi.

Bu istaklar ko'pincha umidsizlikni, keyin esa g'azabni keltirib chiqaradi, bu esa ma'naviy ongning yo'q qilinishiga olib keladi

G'azabni yengishning eng samarali usuli - uning asosiy sababini bartaraf etish: istaklar. Qancha ko'p istak bo'lsa, shuncha ko'p umidsizliklar bo'ladi.

Barcha istaklarni ro'yobga chiqarishning iloji yo'q, chunki istaklar to'ymas va cheksizdir. Biror istakni ro'yobga chiqarishga qancha ko'p harakat qilsak, unga shunchalik bog'lanib qolamiz va bog'lanishimiz qanchalik kuchli bo'lsa, istaklarimizni qondiradigan va istaklarimizni bajaradigan hamma narsadan mahrum bo'lishdan azob chekishimiz shunchalik kuchli bo'ladi.

Muvaffaqiyat, farovon hayot, davolab bo'lmaydigan kasalliklarni davolash va odatlarni nazorat qilish bularning barchasiga erishish mumkin va bunga erishish mumkin.

Agar siz barcha usullar va moddiy harakatlaringizni sarflab bo'lgan bo'lsangiz va ularni foydasiz deb topsangiz, ichki eshikni oching, shunda ruhiy kuch ichkariga kirib, barcha zaiflik, muvaffaqiyatsizlik va umidsizlikni haydab chiqaradi.

Agar siz meditatsiya va chuqur, sokin diqqatni jamlashda Xudodan yordam so'rasangiz, siz cheksiz ma'naviy kuch omborini topasiz.

Xudo xolisdir va Undan chin dildan yordam so'raganlarning barchasiga javob beradi

Men o'zimda Xudoni topganimda, Uni hamma joyda topdim

Bolaligimdan beri Unga qattiq intizorlik bilan qarayman va bir safar yosh bolaligimda Unga xat yozganman. Ha, men Xudoga xat yozdim va uni quyidagicha nomladim:

"Osmondagi Xudoga" va men uni pochta qutisiga solib qo'ydim

Kingadir xat yozganimizda, biz javob kutamiz. Javob olmaganimdan keyin ko'p ko'z yoshlar to'kdim. Lekin nihoyat javob menga qog'ozga bosilgan so'zlar orqali emas, balki ajoyib yorqin tasavvurda yetib keldi.

Agar urinish jiddiy bo'lsa va harakat doimiy bo'lsa, har bir kishi Xudodan javob olishi mumkin.

Agar siz savollaringizni Xudoga yo'naltirsangiz, ularni chuqur his-tuyg'ularga solib, tafakkur pochta orqali yuborsangiz, unda halol va shubhasiz javob olasiz.

Tinchlik qalbdan chiqadi; bu baxt gullab-yashnaydigan muborak ichki muhitdir.

Odamlar jiddiy shubhalarsiz ko'plab xayoliy cheklovlar tushunchalarini osongina qabul qiladilar va shu tariqa bu tushunchalarga o'z hayotlari va taqdirlarini boshqarishga imkon beradilar. Mutafakkirlar mavjud vaziyatni osongina qabul qilmaydilar; aksincha, ular uni o'zgartirishga intilishadi va aynan shu narsa taraqqiyotni mumkin qiladi.

Mutafakkirlar atrof-muhitni o'ylashadi va ko'rganlaridan hayratda qolishadi. Ular diqqat bilan qarashadi va nima uchun narsalar ma'lum bir tarzda sodir bo'lishi yoki sodir bo'lmasligi haqida savol berishadi.

Ovqatlanish, uxlash va ishlashdan tashqari, inson bu hayotdan qimmatli narsa olishi kutilmoqda.

Xudbinlikni yo'q qilish kerak va bunga altruizmni rivojlantirish orqali erishish mumkin. Biz boshqalarga

g'amxo'rlik qilishimiz kerak va buni o'rgatishning eng yaxshi yo'li - yaxshi o'rnak orqali.

Xudbinlik va ochko'zlik davrida farovonlik va farovon hayotdan bahramand bo'lish qiyin. "Xudoning ne'matlari men uchun ham, siz uchun ham", deya olsak, bu dunyo yaxshiroq joy bo'ladi.

Shahar ko'chalarida yurganda, o'zimizni devorlar bilan o'ralgan holda topamiz, lekin samolyotga chiqqanimizda barcha to'siqlar yo'qoladi va biz bo'linmagan kenglikni ko'ramiz. Xuddi shunday, biz yakkalik va tor fikrli shaharda yurganda, o'zimizni qattiq va cheklangan dogmatik g'oyalar bilan cheklangandek his qilamiz. Ammo ochiqlik va keng ufqlar tekisligiga chiqqanimizda, biz cheksiz insoniy birodarlik va sevgi makonini ko'ramiz.

Yomonlikning tik yo'llaridan pastga tushayotgan odam hech qanday qarshilik sezmaydi, lekin o'zini tuta bilishning ma'naviy qonunlarini qabul qilish orqali zararli odatlar va noto'g'ri moyilliklarga qarshi turishga harakat qilishi bilan, u o'z harakatlariga qarshi kurashish va ezgu ishlariga putur yetkazish uchun son-sanoqsiz vasvasalar uyg'onganini ko'radi.

Ba'zan fikrlar so'zlardan ko'ra samaraliroq bo'ladi Inson ongi eng kuchli uzatuvchi va qabul qiluvchidir Agar siz doimiy ravishda sevgi bilan to'ldirilgan ijobiy fikrlarni tarqatsangiz, bu fikrlar boshqalarga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Xuddi shunday, agar siz hasad yoki nafrat bilan to'ldirilgan fikrlarni tarqatsangiz, boshqalar ham bu fikrlarni qabul qilishadi va shunga o'xshash fikrlar bilan javob berishadi.

Xudodan sizning harakatlaringizni O'z kuchi va barakalari bilan qo'llab-quvvatlashini so'rayman. Agar ibodat samimiy va niyatlar pok bo'lsa, Xudoning yordami bilan kerakli o'zgarish yuz beradi.

O'tgan yilning qayg'u va kulgisi aks-sadosi yo'qoldi va endi Yangi yil madhiyasining aks-sadosi dalda beruvchi, umid baxsh etuvchi va **pichirlovchi tarzda kuylaydi** :

"Hayotingizni mukammal tarzda qayta shakllantiring, eski qo'rquvlarning begona o'tlaridan voz keching va o'tmishdagi tashlandiq bog'dan faqat quvonch, yutuqlar, umidlar, ezgu fikrlar va amallar hamda ezgu, yuksak istaklarning urug'larini to'plang va saqlang."

Har bir yangi kunning shudringli tuprog'iga o'sha qudratli urug'larni eking, sug'oring va ular o'sib, hayotingizni gullashning noyob foydalari bilan to'ldirguncha ularga g'amxo'rlik qiling.

Yangi yil shivirlaydi:

"Odatlarga asir bo'lgan ruhni uyg'oting va uni yangi, foydali ishlarni qilishga undang. Abadiy erkinlikka erishmaguningizcha va karma (o'tmishdagi harakatlarning doimiy ta'qib va ta'qib qilish oqibatlari) ni yengmaguningizcha, hech qachon urinishdan to'xtamang va hech qachon tinchlanmang."

Tetiklashgan ong va doimo yangilanib turadigan quvonch bilan mast bo'lib, kelinglar birgalikda xursand bo'laylik va qo'l ushlab, boshqa hech qachon chiqmaydigan samoviy uy tomon yuraylik.

G'azab va fil xotirasi

Ichki xotirjamlikni istaganlar g'azab qanday paydo bo'lishini va ko'pincha dahshatli oqibatlarga olib kelishini tushunishlari kerak

G'azab tufayli ichki muvozanatni yo'qotishi tufayli ko'p odamlar o'z xohishlariga qarshi jinoyatchilar va qonxo'r qotillarga aylanishdi.

Orzularga to'sqinlik qilish ongni ko'r qiladi Orzular tumanligi inson ongini egallab olganda, u hushidan ketadi va olijanob insonga mos kelmaydigan tarzda o'zini tutadi.

Aqlni yo'qotish barcha sog'lom harakatlar va yaxshi niyatlarning asosiy harakatlantiruvchi kuchi bo'lgan tug'ma idrokni chalkashtirib yuboradi.

Insonning aqliy vositasining rul g'ildiragi ishlamay qolganda, u muqarrar ravishda baxtsiz hodisaga duch keladi va o'zlarini azob-uqubat va azob-uqubatlarga duchor qilishi mumkin.

Masalan: Er xursand bo'lib mashina haydab ketmoqda va parkga ketayotganda, xotini undan park o'rniga otasining uyiga borish uchun yo'nalishni o'zgartirishni so'raydi va bu yerda uning baxti g'azabga aylanadi.

Men bu misolni tanladim, chunki bu keng tarqalgan hodisa. Oddiy hollarda, natijada er xotinining iltimosini rad etadi yoki xafa va norozilik bilan rozi bo'ladi va odatda shunday bo'ladi. Ikkala holatda ham g'azab ustunlik qiladi, muhit taranglashadi va tinchlik buziladi.

Ba'zi hollarda, g'azab zo'ravonlik bilan kurashadiganlar uchun fojiaga aylanishi mumkin. G'azab xotiraga ta'sir qilishi mumkin yoki haydovchi ehtiyotkorlik va e'tibor bilan haydashni unutishi yoki svetoforlarga rioya qilmasligi, natijada to'qnashuv yoki, Xudo saqlasin, o'limga olib kelishi mumkin.

Xulosa qilib aytganda, g'azab iroda rulini hayot aravasida qulflaydi va uning moddiy va ma'naviy maqsadlariga erishishiga to'sqinlik qiladi.

Filning xotirasi:

"Xotira" deb ataladigan qobiliyat Xudoning insoniyatga bergan sovg'asidir va bu naqadar buyuk ne'mat! Xotira hayvonlarga ham berilgan; u bo'lmaganda, ular o'z bolalarini taniy olmas edilar. Ba'zi hayvonlarning xotirasi ajoyib, buni fil haqidagi quyidagi hikoya ko'rsatadi.

Sharqda ko'plab o'rgatilgan fillar singari ulkan bir fil yog'och tashiyotganida, bir bola unga yaqinlashib, tanasiga igna sanchib qochib ketdi.

O'sha voqeadan bir yil o'tdi va o'sha fil yo'lda o'sha bolaga duch keldi. Bu fil uchun qasos olish uchun nisbatan qulay lahza edi. Shunday qilib, u tanasini bolani o'rab oldi va uni zo'rlik bilan yo'lning narigi tomoniga uloqtirdi. Shunday qilib, hayvonlarning xotiralari bor.

Qalb Xudoning sevgisiga to'lganida va ko'zlar Uning nuri bilan yoritilganda, insonning magnetizmi ma'naviy tabiatga aylanadi. O'zining yuksak ta'siriga ega bo'lgan ma'naviy magnetizm bilan ehtiroslar va instinktlar tomonidan boshqariladigan hayvoniy magnetizm o'rtasida katta farq bor. Ma'naviy magnetizm altruizm va boshqalarning manfaatlariga asoslangan bo'lsa, hayvoniy magnetizm esa xudbinlik va boshqalarni ekspluatatsiya qilish bilan boshqariladi.

Inson o'ziga ong ostiga foydali ta'sir ko'rsatadigan ijobiy takliflarni berishi mumkin, bu esa o'z navbatida ongli ongga ta'sir qiladi. Salbiy takliflar, o'zidan yoki boshqa odamdan kelib chiqadimi, miya uchun zararli va ulardan qochish kerak.

Inson bizga o'z maslahatlarini beradi va keyin bizni harakatlarimizning samarasini olish uchun qoldiradi [bu uning noto'g'ri maslahati natijasi bo'lishi mumkin].

Xudoning yo'li har doim baxt va yaxshilikka olib boradi

Chuqur tafakkurning shaffofligi bilan men tubsizliklarimga doimo oqib keladigan ilohiy nurni bag'ishlayman va sevgim va sog'inchlarimni Qodir Tangriga ko'taraman.

Ey Rabbim, men Sening borlig'ingni tub-tubida his qilyapman va Sening sevgim bog'ida gullab-yashnayotganingni ko'ryapman. Meni sevgingga o'rab ol va muborak hidingdan bahramand bo'l.

Ey Rabbim, menga tinchlik bergin, toki ruhim orom topib, befarqlik bulutlari ortidagi umid nurlarini ko'rsin.

Yuragimda ishonch nuri porlasin, toki men xotirjamlik va ma'naviy tasallini his qilsin.

Ey Rabbim, shon-shuhrating porlasin va johillik yer qirg'oqlaridan abadiy yo'q bo'lib ketsin, shuningdek, nizo va hasad. Johillik zulmatini donoliging nuri bilan yo'q qil. Zaiflikni kuchga, zaiflikni qat'iyatga aylantir va ong va ruhni shifobaxsh nuring bilan cho'mdir.

Quyosh nuri hammaga berilganidek, zulmatda yashashni afzal ko'rganlar ham bor, ilohiy donolik nuri hamma yoqni to'ldiradi, ammo ba'zilar dunyoga o'zlarining g'amgin fikrlari derazalari ortidan, johillik bilan bulg'angan holda qaraydilar.

Ey Rabbim, bizni johillikdan va uning oqibatlaridan, qo'rquv va xavotirlardan qutqargin va donoliging toshqini hayotimizdagi barcha vayronalar va axlatlarni supurib tashlasin.

Hozirgi paytda baxtli bo'lishni bilgan kishi Xudoga yo'l topdi.

Men ezgu fikrlar, ezgu niyat va samarali, foydali faoliyatlar kemamning kapitaniman. Men hayotim kemasini boshqaraman, doimo Xudo haqidagi chuqur tafakkur osmonimdagi tinchlikning yorqin sayyorasiga nigohimni qarataman.

Agar biz baxtli bo'lishni tanlamasak, hech kim bizni baxtli qila olmaydi va biz buning uchun hech kimni ayblamasligimiz kerak. Agar biz baxtli bo'lishni tanlasak, hech kim bu baxtni bizdan tortib olmaydi.

Pandemiyalar, falokatlar va tabiatdagi vayronagarchilik, halokat va keng tarqalgan zarar keltiradigan zo'ravonlik o'zgarishlari "ilohiy farmonlar" emas. Bu falokatlar inson fikrlari va harakatlaridan kelib chiqadi. Dunyoning yaxshilik va yomonlikning nozik muvozanati insonning yomon niyatlari va noto'g'ri harakatlari natijasida yuzaga keladigan zararli to'liqlar va tebranishlarning to'planishi bilan buzilgan joyda betartiblik va keng tarqalgan vayronagarchilik yuzaga keladi. Insoniyat o'zining nuqsonli fikrlash va xatti-harakatlarini tuzatmaguncha, dunyo urushlar, falokatlar va fojialardan aziyat chekishda davom etadi. Urushlar ilohiy farmon sifatida emas, balki keng tarqalgan moddiy xudbinlik tufayli sodir bo'ladi. Agar odamlar individual, sanoat, siyosiy, ma'naviy va milliy xudbinlikdan xalos bo'lishsa, urushlar yo'q bo'lib ketadi.

Moddiy ruh inson ongini egallab, fikrga hukmronlik qilganda, u shaffof salbiy nurlanish chiqaradi. Bu salbiy tebranishlarning kumulator kuchi tabiatning elektr muvozanatiga jiddiy zarar yetkazadi, zilzilalar, suv toshqinlari va boshqa ofatlarga sabab bo'ladi.

Xudo bunga javobgar emas. Tabiatni boshqarish mumkin bo'lishidan oldin insoniy g'oyalar nazorat qilinishi kerak.

Men faqat Xudoga bo'lgan muhabbat va Uni rozi qilish uchun olijanob va saxovatli ishlarni qilishga harakat qilaman

Aqlni to'g'ri idrok shudgori bilan haydash kerak, chunki uning tuprog'i quruq va qattiq. Tuproq tayyorlik va qabul bilan namlanishi kerak, imon urug'lari esa egatlarga ekilishi, so'ngra ilohiy irodaga mos keladigan iroda bilan sug'orilishi kerak.

Tabiiy xotirjamlikka ega bo'lgan inson har qanday vaziyatda ham xotirjamlikni saqlaydi va xotirjamlikni

saqlaydi. Ular, shuningdek, his-tuyg'ular va ehtirolarning ularni boshqarishiga va noto'g'ri qarorlar qabul qilishga undashiga yo'l qo'ymaydi.

Sen yulduzlardagi nur, atomlardagi energiya, qalblardagi mehr-oqibat, haqiqatdagi go'zallik va halollikdagi buyuklikсан.

Ey Rabbim, bizga baraka ber, toki biz sog'lig'imizda, intellektual intilishlarimizda va ma'naviy hayotimizda inoyatingni namoyon qila olaylik. O'zimizni oliy kuching, cheksiz donoliging va cheksiz haqiqiyliğing bilan to'ldirishga yordam ber va keling, Sen sog'liq manbai, hayot okeani va barcha tushuncha va bilim manbai ekanliğingni anglaylik.

Ey Ilohiy Ishq, sen qalblar g'orlaridan va jim tuyg'u ovozidan chiqayotgan maxfiy aks-sadosan.

Sen qalblarning ko'rinmas sehergarisan, do'stlik tubidan taralayotgan yaltiroqsan

Sen qalblarga eng yoqimli so'zlarni pichirlaydigan muborak farishtasan

Sen sevishganlarning jim tilisan va ular qalblari sahifalariga xabar yozish uchun foydalanadigan ko'rinmas siyohsan.

Siz barcha olijanob tuyg'ularning manbaisiz va yuragingiz o'z pulsini kosmik yurakdan oladi.

Sevgi ikki qalb o'rtasidagi jim suhbatdir va u barcha tirik va jonsiz mavjudotlar uchun umuminsoniy birlik uyiga qaytishga bo'lgan eng oliy chaqiriqdir.

Sevgi hayotning ritmidir

U ma'naviy gullab-yashnash bog'ida o'sadi va tashqi bog'liqliklar zulmatida uxlaydi.

Bu yurak idishlarida saqlangan eng qadimgi va eng shirin nektardir.

Sevgi - bu shaxslar, oilalar va millatlar orasidagi zulmat devorlarini buzadigan nurdir.

Sevgi do'stlik gulidir, yosh va qari dalalarida gullab-yashnaydi va o'sadi

Sevgi jannatga olib boradigan darvoza va yaxshi qalblarning qo'shig'idir

Hayotini yangilamoqchi bo'lganlar avval hayotlariga kiritmoqchi bo'lgan ijobiy narsalarni aniqlab olishlari, keyin esa har kuni amal qiladigan dastur tuzishlari kerak, shunda ular qarorlariga rioya qilish natijasida katta baxtni his qilishadi.

O'zini takomillashtirish jadvaliga rioya qilmaslik irodani susaytiradi va taraqqiyot yo'lida to'siqlar qo'yadi

Hayotning tabiiy tartibiga moslashganlar samarali yutuqlarga erishadilar. Hech qanday qonun insonning yaxshi tomonga o'zgarishiga va o'zining ezgu intilishlarini ro'yobga chiqarishiga to'sqinlik qilmaydi. Hech qanday to'siqlar insonning yuksak maqsadlariga erishishiga to'sqinlik qila olmaydi, agar ular bu to'siqlarni bilvosita tan olmasalar va ularni yengib o'tolmasligiga o'zlarini ishontirmasalar.

Yaxshilik qilishdagi harakatlarimni boshqalar qadrlaydigan joyda men eng katta xizmatni ko'rsata olaman

Haqiqiy sevgi — qalb va ruhga muhabbat — ilohiy sevgining namoyonidir. Ilohiy sevgi o'zini insoniyat qalbi va ruhi orqali namoyon qilishga intiladi. Xudo insoniyatga ilohiy sevgini insoniy sevgining mukammal vositasi orqali o'rgatadi.

Kimdir bilan uchrashganingizda va ular: "Yaxshimisiz? Sizni ko'rganimdan juda xursandman", desalar-da, ich-ichidan sizning yoningizda o'zini noqulay his qilsa-da, siz darhol ularning ichki his-tuyg'ularini sezasiz va ular bilan gaplashishni yoki ular bilan qolishni xohlamaysiz. Men

yolg'on va ikkiyuzlamachilikdan ko'ra halollikni afzal ko'raman.

Insonning so'zi hamma narsadir va u tabiiy va halol bo'lishi, so'zini hurmat qilishi va boshqalarga bergan va'dalari va majburiyatlarini bajarishi kerak.

Xudo aqliy kuch, donolik va mo'l-ko'lchilik manbaidir. Undan izlayotgan muvaffaqiyatingizga erishish uchun sizni to'g'ri yo'lga yo'naltirishini so'rang. Avvalo, niyatingiz puxta ekanligiga ishonch hosil qiling, shunda maqsadingizga erishish uchun kuch olasiz.

Sevgi barcha urushlarni tugatadigan ruhiy quroldir

Samimiylik yolg'on va tuhmatdan ancha kuchliroqdir. Agar o'zingizni samimiylik qal'asida himoya qila olsangiz, o'z shohligingizdagi hurmatli xo'jayin bo'lasiz.

Boshqalar sizga yomonlik qilgan bo'lsa ham, haqiqat g'alaba qozonadi

Ma'rifatni istaganlar uchun donolik bering va o'zini o'zi bilish zinapoyasidan ko'tarilish uchun qo'lingizdan kelganini qiling.

Xudoga men ovozimni, qo'llarimni, oyoqlarimni, yuragimni, tanamni, his-tuyg'ularimni, irodamni va hamma narsani bag'ishladim va muqaddas qildim.

Og'riq faqat tana bilan chegaralanmaydi; intellektual va ma'naviy og'riq ham mavjud.

Aql hasad, qo'rquv va yomonlikdan shubhaga to'lganida yoki inson o'zi bilan urushda bo'lganida Xudo haqida o'ylashning iloji yo'q.

Biz qayg'u va tushkunlikdan, boshqa nosog'lom temperamentlar va psixologik holatlardan, shuningdek, xavotirlardan aziyat chekamiz, ularning aksariyati asossiz

qo'rquvlardir. Ma'naviy darajada biz ruhimizning o'lmas tabiatini bilmaslikdan aziyat chekamiz.

Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganlar hayratlanarli go'zallikni ko'rishadi va boshqa hech qanday tarzda his qilib bo'lmaydigan yuksak shirinlikni tatib ko'rishadi.

Jonim Senga iltijo qilganida, Sening sukunating bulutlari otilib chiqdi, ey Xudo, va Sening rahm-shafqating yomg'iri to'lqinlar bilan yog'di, toki u Sening inoyatingning to'lib toshqiniga aylandi. Sening muborak daryong mening borlig'imni qamrab oldi va mening jonim abadiyat suvlariga sho'ng'idi va mening kichik hayotimning pufagi Sening hamma narsani qamrab oluvchi borlig'ing okeanida erib ketdi.

- Ustozim menga ilohiy huzurga loyiq ma'bad qurish uchun donolik o'ymakorligidan qanday foydalanishni o'rgatdi

Agar siz ezgu maqsadga erishmoqchi bo'lsangiz, avval uning uchun aqliy modelni yaratishdan boshlang. Endi agar siz ongingizga kuchli g'oyani eksangiz, ongingizda istalgan yo'nalishni mustahkam o'rnatishingiz mumkin; shunda butun vujudingiz shu g'oyaga moslashadi va harakatlaringiz unga mos keladi.

- Sevgi va bag'rikenglik uyg'unlik va hamjihatlik uchun juda muhimdir. Sevgi foydali va o'sishga qodir bo'lgan barcha narsani birlashtiradi va oziqlantiradi, nafrat esa tuzatilishi mumkin bo'lgan barcha narsani ajratadi va yo'q qiladi.

Qo'rquv muvaffaqiyatning eng katta dushmanidir, chunki u sinab ko'rish istagini yo'q qiladi, busiz inson muvaffaqiyatga erisha olmaydi.

Intellectual letargiya, harakatsizlik va qat'iyatsizlik muvaffaqiyat yo'lidagi barcha to'siqlardir. Maqsad muvaffaqiyatning o'zi emas, balki muvaffaqiyatga olib boradigan solih hayot bo'lishi kerak. Muvaffaqiyatga haddan

tashqari ishtiyoq to'siq bo'lishi mumkin. Iroda kuchi va maqsadga erishish uchun qat'iy istak bilan qo'llab-quvvatlanadigan ijodiy harakat muvaffaqiyatga erishish uchun juda muhimdir.

Bizdagi har bir fikr o'ziga xos tebranish hosil qiladi. Butun vujudingiz, ongingiz va oyoq-qo'llaringiz bilan Xudo haqida o'ylaganingizda va o'zingizda qayta-qayta "Ey Rabbim" deb pichirlaganingizda, siz hayotingizga ilohiy mavjudlikni olib kiradigan kuchli tebranish yaratasiz.

Xudo bizning abadiy sevgilimiz va doimiy do'stimiz ekanligini va Uning bizga bo'lgan sevgisi boshqa har qanday sevgidan buyukroq ekanligini anglaganimizda, biz Uning yaqinligini his qilamiz va Uning huzuriga tegamiz, shunda qalbimiz xotirjam bo'ladi va biz oliy ruhiy xotirjamlikni his qilamiz.

Xudo haqida mulohaza yuritganingizda va qalbingizda va butun tanangizda tobora ko'proq quvonch urishini his qilganingizda va vaqti-vaqti bilan bu quvonch portlashlari sizga kelganida, bilingki, Xudo qalbingizdagi istaklarga javob bergan va siz boshdan kechirayotgan baxt tuyg'ulari bu javobning isbotidir.

Aql yuqori ong holatiga kirib, cheksiz to'liq mavjudlikka tegsa, u Xudo bilan aloqada ekanligini va bu tajriba yoqimli ekanligini biladi, ammo bu aloqaning holatini so'z bilan ifodalashning iloji yo'q, bu ta'riflab bo'lmaydigan darajada.

Men o'zimning magnitlanish qobiliyatimdan moddiy narsalarni qidirish uchun emas, balki abadiy va o'lmas ilohiy mavjudlikni jalb qilish uchun foydalandim.

Ey Rabbim, qalbimning eng chuqur istaklarini menga ato et va qalbim tubida muborak ovozingni eshitishimga ijozat ber. Men seni hech qachon unutmayman, mening sevimli

Xudoyim, va men hayot yo'llarida sensiz yurmayman.
Mening abadiy mehmonim bo'l va tinchligim va ma'naviy
quvonchimning makonida yasha. Yuragim Sening sevging
bilan ursin va fikrlarim uyg'unlikda ishlasin, toki men Sening
tinchliging va sevgingni boshqalarga ato etay. Va Sening
sevgingning xushbo'y hidi qalbim atirgulidan taralib chiqsin,
tinchlikni izlayotgan qalblarni o'ziga tortsin va ularni Senga
olib kelsin.

Moviy pardaga chizilgan tog' manzaralari, inson
tanasining aqlni hayratga soladigan mexanikasi, nafis
shakllangan gullar, yaxshi qalblarning olijanoblighi, yuksak
fikrlarning ulug'vorligi va sevgi chuqurligi bizga ajoyib va
nihoyatda go'zal Yaratuvchini eslatadi.

Men o'zimni va boshqalarni Xudoga boy qilish uchun
qo'limdan kelganini qilaman va birinchi navbatda, men
abadiy tinchlik bog'lari orasida donolik uylarini quraman,
ularda nafis ma'naviy fazilatlar gullari bilan bezatilgan.

Men kichik to'lqinmi yoki katta to'lqinmi, farqi yo'q,
asosiysi hayotning buyuk dengizi meni qo'llab-quvvatlasa.

Men sirlar sirini topmagunimcha chuqur o'ylayman va
eng muqaddas yuz menga ko'rinishi uchun mash'ala kabi
tushuncha nurini jamlayman.

Sizning nuringiz ichimda, atrofimda va hamma joyda
porlasin

Sevgi - bu ilohiy amr bilan koinotning qo'polligini eritib,
uni abadiy sevgining ko'rinmas mohiyatiga aylantiradigan
yashirin olovdir.

Quyosh yorug'lik va ilqlik yuborganidek, men
kambag'allar va quvg'in qilinganlarning qalbiga umid

nurlarini sochaman va o'zlarini umidsiz deb o'ylaganlarning qalbiga yangi g'ayrat bag'ishlayman.

Rabbim, o'zimni va boshqalarni hasadning kuydiruvchi olovi bilan kuydirmaylik, balki yaqinlarimdan loyiq bo'lgan mehr va muhabbatni ishonch va mamnuniyat bilan qabul qilishimga ijozat ber.

Men toza vijdonim devorlari ortida xavfsiz va osoyishtaman, qorong'u o'tmishni yoqib yubordim va faqat bugun bilan qiziqaman va vijdonimni aldashga harakat qilganimda, faqat o'zimdan qo'rqmayman.

Bugun men tashvish va qo'rquv ildizlariga o't qo'yaman va ichimdagi qalb ma'badini yoritish uchun baxt olovini yoqaman.

Hech kim meni qo'pol so'zlar yoki beparvo xatti-harakatlar bilan g'azablantira olmaydi va hech kim menga xushomadgo'ylik, maqto'v va iltifotlar bilan ta'sir qilib, o'zimni asl o'zimdan ustunroq va muhimroq deb o'ylashga majbur qila olmaydi.

Ey Rabbim, yuragimni Sening muborak huzuringni sig'dira oladigan darajada keng qilgin va uni abadiy Sening sevging bilan ursin.

Agar siz irodangizdan to'g'ri foydalansangiz, bu siz uchun yangi karma yaratadi, lekin ko'pchilik odamlar o'zgarishni xohlamaydilar va harakat qilishni xohlamaydilar, shuning uchun ular qiyinchiliklar oldida yiqilib, qiyinchiliklarga dosh berolmaydilar.

Rabbim, menga qalbning abadiy baxti va o'tkinchi shahvoniy zavqlarni farqlashga yordam ber. O'tkinchi hislar

zavqiga g'arq bo'lishimga yo'l qo'yma va hislarimni tozalashga yordam ber, toki ular meni doimo baxtli qilsin.

Men ongim nurlarini tor, cheklangan hislar olamidan ajratib, ularni ruh ufqlariga qo'yib yubordim, shunda idrokim o'sdi va xabardorligim har tomonga tarqaldi.

Agar inson o'zini tashlamoqchi bo'lgan kiruvchi odatlari bo'lsa, o'zini ojiz yoki tuzoqqa tushib qolgandek his qilmasligi kerak. Endi o'tmishdagi qat'iyatni rivojlantirish va muntazam, to'g'ri meditatsiya qilish orqali bu odatlarni yengish imkoniyatidir.

Ey qalblar va qalblar hukmdori, ichki xotirjamligim osmonida yoyilayotgan baxt nurlari sizning muborak ko'rinishingiz yaqinlashayotganidan dalolat beradi.

Ey Rabbim, men o'ziga ishongan va xotirjam odamning tabassumi kabi tabassum qilaman, chunki men bu hayot yuzasida suzib yursam ham, o'lim to'lqinlari ostida cho'kib ketsam ham, men Sening abadiy hayotingning qalbida qolaman, bu esa xavfsizlik va himoyani ta'minlaydi va Sening kuchli, muborak qo'ling meni qo'llab-quvvatlaydi.

Kasallik, qarilik va o'lim tana duch keladigan qiyinchiliklar va to'siqlardir. Biroq, ruhiy kasalliklar onga qayg'u, qo'rquv, g'azab, bostirilgan istaklar, nafrat, nafrat, hissiy obsessiyalar, qizg'in asabiy qo'zg'alish va aqliy qobiliyatlarni falaj qiladigan psixologik saraton turi orqali kirib boradi. Biroq, eng xavfli kasallik bu johillik sifatida namoyon bo'ladigan ruh kasalligi bo'lib, undan boshqa barcha kasalliklar kelib chiqadi va tarqaladi.

Sevgi va nafis his-tuyg'ularimizni oziqlantiruvchi ulug'vor idealizm manbai qurib qolmasligi kerak.

Tashqi ko'rinishga jozibador bo'lgan har bir narsa o'zining jozibasini ichki "men"dan oladi va hech narsa qalbning sof ko'zqusini g'azab, yovuzlik, hasad va nafrat kabi psixologik buzilishlar kabi dog'lantirmaydi. Kimki o'zini ruh tabiatiga begona bo'lgan bu birikmalardan xalos qilishga harakat qilsa, ichki go'zallik nuri ichkaridan tarqalishiga yo'l qo'yadi.

Ong cheklangan jismoniy olamdan ruh ichidagi cheksiz xotirjamlik ufqlariga ko'tarilishi kerak.

Ey poklik va begunohlik ruhi, meni to'ymas shahvoniy istaklardan xalos qilgin, toki barcha ochko'z ehtiroslar donolik alangasida kulga aylansin va men o'jarlik bilan va qat'iyat bilan his-tuyg'ularimning har bir turtkisini jilovlay olaman va Sening irodangga bo'ysunib, oddiy kuyimni uyg'unlikda chalib, kichik burchlarimni bajarib, kamtarona qo'shig'imni kuylasam.

Rabbim, menga his-tuyg'ularimdan faqat sog'lom va oqilona foydalanishga va ularni haqiqiy baxtinga hissa qo'shishi uchun takomillashtirishga yordam ber.

Tajriba olovi orqali ajratib oladigan donolik po'lati ajoyib narsadir. Hayot bizni asosiy metallarimizni qimmatbaho elementlarga aylantirish orqali poklaydi, toki biz bu hayotda gavhar kabi sof, po'lat kabi qattiq, shu bilan birga egiluvchan va qiyinchiliklar va qiyin sinovlar bosimi ostida sinmasdan yashay olamiz.

Yaratilishdagi nomutanosiblik va betartiblik orasida tartib va uyg'unlik o'rnatish uchun axloqiy va ma'naviy rejani amalga oshirish ustida ishlaydigan yashirin kuch mavjud.

Ey mening ilohiy sevgilim, sen abadiy, doimo yangilanib turadigan quvonchсан, sen qalbning baxtisan va sen men orzu qilgan baxtsan.

Xudoga ibodat chin dildan intilish va mutlaq ishonch bilan aytilishi kerak va u jimgina va xotirjamlik bilan javob beradi, bu esa inson hayotida tasalli va tez o'zgarishlarga olib keladigan yashirin javobdir.

Birinchidan, biz Xudo bilan muloqot quvonchini boshdan kechirishimiz kerak, shunda biz uni yer yuzidagi kichikroq zavqlar bilan taqqoslay olamiz. Shunda istaklar yuqoriroq tabiatga ega bo'ladi. Istak cheksizdir; bir istak amalga oshishi bilan boshqasi uning o'rnini egallaydi va hokazo. Lekin siz Xudoni topsangiz, barcha istaklaringiz amalga oshadi.

Sizning saxovatli hadyalaringizni qabul qiladigan va ularni boshqalar bilan baham ko'radigan saxovatli va mehribon insonlar o'z tushunchalarini kengaytiradilar va sizning muborak huzuringizga yaqinlashadilar. Biz har kuni sizdan son-sanoqsiz hadyalar va marhamatlar olayotgan ekanmiz, keling, barcha hadyalar va marhamatlarning beruvchisi, sizga hamdu sano va minnatdorchilik bilan murojaat qilaylik.

Ey Rabbim, sen men bilan ekansan, menga hech qanday yomonlik tegmaydi, chunki Sen mendan yuz o'girasiz va meni yomonlikdan himoya qilasiz.

Ibodat karvonim sen tomon harakatlanmoqda U yer-bu yerga umidsizlik qum bo'ronlari bilan to'sqinlik qildi Lekin uzoqdan sening jimgina dalda vohangni ko'rganimda, tetiklashaman va kuchim yangilanadi, shuning uchun senga yetib borish uchun harakatlarimni ikki baravar oshiraman,

chanqagan lablarimni quvonching bulog'iga botirib,
qoniqmaguncha ichmoqchiman.

Ey Rabbim, menga faqat yaxshilik va poklikni ko'rishga
va faqat ilhomlantiruvchi so'zlarni gapirishga ijozat ber.
Sevgingning xushbo'y hidini, uning samoviy hidini nafas
olishga, oddiy va foydali taomlarni iste'mol qilishga va Seni
eslatuvchi yoqimli hidlarni nafas olishga ijozat ber. Sening
muborak teginishingni his qilishga ijozat ber.

Ma'naviy uyg'onish bog'ida men tavbamning
tomchilarini to'pladim va siz uchun aziz bo'lgan ko'z
yoshlarimda yuragim butunlay poklandi.

Ey Xudo, ko'zlarim hayotning doimiy o'zgarib turadigan
manzaralari va tabiatning jonli manzaralari, rang-barang va
rang-barang gullari va ufqda jimgina suzib yuruvchi bulutlari
bilan maftun bo'ladi. Ruhimning ko'zlarini ochgin, toki men
barcha yaxshi va go'zal narsalarda Sening ulug'vor
go'zalligingni ko'rayin va mavjudotda faqat Sendan boshqa
hech narsani ko'rmaylik.

Barcha sevganlaringiz abadiy uyg'onish yo'lida yurishlari
uchun o'z-o'zini anglashning yumshoq gilamini to'qishga
ijozat bering.

Xudo biz Uni eslamasak ham, bizni eslaydi. Agar U
yaratilishni bir lahzaga ham unutsa, hamma narsa yo'q bo'lib
ketadi. Bu Yerni fazoda suzib yurganda Xudodan boshqa kim
ushlab turadi? Daraxtlarni o'stiradigan va gullarni ochadigan
yana kim? Darhaqiqat, qalbimizni urib turadigan Xudodir. U
ovqatimizni hazm qiladigan va har kuni tanamizdagi
hujayralarni yangilaydigan Zotdir. Biroq, Uni eslaydigan va
Unga loyiq minnatdorchilik bildiradiganlar qancha!

Rabbim, keling, fazilatga sevgi bilan qaraylik va Sening yaratilish qonunlaringga itoat qilish bizni Sening rahm-shafqating toji bilan toj kiyishini angalaylik.

Ey Rabbim, keling, Sening sog'liq manbai, hayot okeani va barcha tushuncha va bilim manbai ekanligingni angalaylik. Bizni johillik va uning oqibatlaridan, qo'rquv va xavotirlardan ozod qilgin va donoliging toshqini hayotimizdagi barcha vayronagarchilik va xarobalarni supurib tashlasin.

Men tez-tez meditatsiya ichida sizga yaqin bo'lganlarning eng yoqimli qo'shiqlarini, yuragimdagi tuyg'ularning bokira xor qo'shiqlarini to'liq ifodalovchi ajoyib va ulug'vor ruhiy simfoniyalarni va sizga bo'lgan eski sog'inchimni va siz bilan uchrashishga bo'lgan tobora ortib borayotgan ishtiyoqimni ifodalovchi ta'sirli madhiyalarni tinglardim.

Qalbingizdagi ko'rinmas va yashirin go'zallik olamidagi g'oyalarning hayratlanarli manzaralaridan bahramand bo'ling

Aleksandr va Yogi o'rtasida

Sobit iroda: Arktikaning kashf etilishi tarixi

Tarixda birinchi marta Arktikani ko'rganda ko'zlari yoshga to'lgan (va ehtimol quvonch va sovuqdan ham) birinchi inson kim edi?

Bu qanday va qachon sodir bo'ldi? Biz buni quyidagi satrlarda bilib olishga harakat qilamiz.

Asrlar davomida odamlar yer sharining sovuq mintaqasiga yetib borishga harakat qilib kelishgan va tarix hech qachon bu urinishlardan ko'ra jasurroq sarguzashtni bilmagan, bu esa ko'pincha ularning hayotiga zomin bo'lgan. Ularning shimolga yurishlari

tafsilotlari qahramonlik ishlari va fojialardan dalolat beradi.

Yuzlab va ehtimol minglab yillar oldin, O'rta yer dengizi atrofidagi hududlar aholisi dunyoni Okean deb atagan ulkan daryo bilan o'ralgan silliq diskka o'xshatishgan.

Ular o'zlaridan uzoqdagi hududlar haqida ko'p narsa bilishmasdi, lekin ular Alp tog'lari va Bolqondan naridagi kabi olis joylar haqida orzu qilish va o'ylashdan zavqlanishardi.

Bu hududlardan bronza yasash uchun qalay, zargarlik buyumlari va bezaklar uchun esa kehribar qazib olingan. Biroq, shimol haqida ishonchli ma'lumotlar yetishmas edi, shuning uchun shoirlar tog'lar ortida nima borligi haqida maftunkor hikoyalar to'qishni o'z zimmalariga oldilar.

Afsonaviy va o'lmas shoirimiz Gomer bizga tumanli shimoldagi kimmerlar va u yerda yashovchi devlar haqida hikoya qiladi, u yerda kunlar shunchalik qisqaki, kechqurun qaytib kelgan cho'pon ertalab yaylovga chiqayotgan boshqa cho'ponga duch keladi. Boshqa rivoyatlar shuni ko'rsatadiki, odamlar Shimoliy qutb haqida biror narsa bilishgan, ammo ularning bu haqidagi g'oyalarining aksariyati noto'g'ri, ko'pincha hatto xato bo'lgan.

Vaqt o'tishi bilan odamlar qutblarga yetib borishga harakat qilishdi. Miloddan avvalgi 500-yilda Karfagenlik Hamilsiy ismli odam shimolga katta sayohat qildi, Irlandiyaga yetib bordi va o'z sayohatini qayd etdi. Bu birinchi ishonchli ma'lumot edi. Keyingi urinishlar natijasida skandinaviyaliklar muzli dengizlar bo'ylab suzib, Islandiyani kashf etdilar. U

yerdan ular ko'proq yer va xazinalarni qidirishda davom etishdi.

O'nlab odamlar urinib ko'rishdi va muvaffaqiyatsizlikka uchradilar. Biz ularning urinishlari tafsilotlarini e'tiborsiz qoldiramiz va Shimoliy qutbni birinchi bo'lib kashf etgan shaxsga o'tamiz.

Robert Edvin Piri 1856-yilda Pensilvaniyada tug'ilgan. U muhandislikni o'rgangan va keyin AQSh dengiz flotiga qo'shilgan. U qutb mintaqalarini o'rganishga kuchli ishtiyoqni his qilgan. U o'zidan oldingi tadqiqotchilar duch kelgan barcha xavf va muvaffaqiyatsizliklardan xabardor edi, ammo u oldinga intilishga qat'iy qaror qilgan va o'z qaroridan qaytmasligini ich-ichidan bilgan.

Bizning tadqiqotchimiz Piri Arktika, uning sharoitlari va uni o'rab turgan tafsilotlar haqida qo'lidan kelganicha hamma narsani bilishga harakat qildi.

1886-yilda u Shimoliy Grenlandiyaga sayohat qildi va besh yildan so'ng u ikkinchi ekspeditsiyani amalga oshirdi, odamlarni o'rgandi, muzliklarni kesib o'tdi va Grenlandiyaning shimoliy qirg'oq chizig'i borligini isbotladi va shu bilan uning dunyodagi eng katta orol maqomini tasdiqladi. Ikki yil o'tgach, u Grenlandiyaga qaytib keldi. 1898-yilda u to'rt yillik ekspeditsiyaga yo'l oldi.

Endi Perri noma'lum tomon yo'l olishga tayyorligini his qildi. U 1902-yilda xavfli sayohatiga chiqdi, ammo kutilmagan holatlar tufayli qaytishga majbur bo'ldi. 1905-yilda u yana urinib ko'rdi, bu safar eng shimoliy kenglikka yetib bordi. Nihoyat, 1908-

yilda u "Ruzvelt" paroxodida suzib ketdi, uning sakkizinchi sayohati nihoyat muvaffaqiyatli yakunlandi. U va uning hamrohlari kemadan tushishdi, it chanalarini olib, Qutbga yo'l olishdi. Turli nuqtalarda uning ba'zi hamrohlari lagerlar qurish va qaytish safari uchun zarur narsalarni to'plash, shuningdek, yordam berish uchun orqada qolishdi.

U qirq kunga yetarli miqdorda oziq-ovqat bilan birga qora tanli xizmatkor va to'rtta eskimos hamrohligida sayohatini davom ettirdi

Perri oxirgi bekatda qoldirganlari bilan xayrlashdi va ustun tomon yurdi, unga 1909-yil 6-aprelda yetib keldi va nihoyat dunyo cho'qqisida turdi.

Piri Shimoliy qutbga yetib borishidan oldin, amerikalik kosmonavt Frederik Kuk Shetland orollaridan bir yil oldin Shimoliy qutbga yetib kelganini da'vo qilib telegramma yubordi. Biroq, olimlar Kukning da'volarini tekshirganlarida, ular yolg'on ekanligini va u Shimoliy qutbga yetib bormaganligini aniqladilar. Shunga qaramay, ular uning ushbu hududdagi ba'zi kashfiyotlarini tan olishdi.

Perri favqulodda iroda kuchiga ega edi, oyoqlaridagi chidab bo'lmas og'riqqa qaramay, o'zini uzluksiz yurishga majbur qildi. Bu 1898-yilda muzlab qolish natijasida oyoq barmoqlarini yo'qotishi natijasida yuzaga keldi va bu esa oyoq-qo'llarini kesib tashlashga majbur qildi. Shunga qaramay, bu nogironlik uni (sodiq va qadrli hamrohi, qora tanli Metyu Xenson bilan birga) Grenlandiyaning shimoliy uchi atrofida 1400 kilometr (o'ta og'ir sharoitlarda muz ustida piyoda!) piyoda yurishdan va mintaqaning

batafsil xaritasini yaratishdan to'xtatmadi. Qanday qahramonlik!

Perri hali ham maqsadlarga erishishda eng jasur va qat'iyatli odamlardan biri hisoblanadi

Shu munosabat bilan Imom Ali (Alloh undan rozi bo'lsin) shunday deydi:

"Shunday qilib, siz tirishqoq va mehnatkash, tayyor va tayyor bo'lishingiz hamda ta'minotingizni ko'paytirishingiz kerak."

Sizga tinchlik bo'lsin

Aleksandr va Yogi o'rtasida

Yunon tarixchilari va Aleksandrning Hindistonga qilgan yurishida unga hamrohlik qilgan yoki ergashgan boshqa odamlar tomonidan diqqat bilan qayd etilgan qiziqarli hikoyalar mavjud. Doktor MakKrendl qadimgi Hindistonga oydinlik kiritish uchun ushbu hikoyalarni tarjima qilgan.

Aleksandrning muvaffaqiyatsiz fathining eng hayratlanarli jihatlaridan biri uning hind falsafasiga va vaqti-vaqti bilan duch keladigan, chin dildan muloqot qilishni istagan yogis va taqvodor odamlar jamoasiga bo'lgan chuqur qiziqishi edi. Shimoliy Hindistondagi Taxila shahriga yetib borgach, yunon jangchisi Diogenesning yunon maktabining shogirdi Onaskritni o'sha paytda Taxilada yashagan hind zohidi Dandamusni olib kelish uchun yubordi.

Oniskertiy o'rmonning qoq markazida yashiringan joyini topgandan so'ng, Dandamusga shunday dedi:

"Salom va tinchlik, ey brahmanlarning ustoz! Buyuk xudo Zevsning o'g'li va barcha mavjudotlarning

xo'jayini Aleksandr sizdan uning oldiga borishingizni so'raydi. Agar shunday qilsangiz, u sizga saxovatli mukofot beradi, lekin agar rad etsangiz, u sizning boshingizni kesib tashlaydi."

Yogi bu majburiy chaqiruvni xotirjamlik bilan qabul qildi, boshini barglardan yasalgan karavotidan zo'rg'a ko'tardi va javob berdi:

"Men ham Zevs xudosining o'g'liman, agar Aleksandr shunday bo'lsa, men Aleksandrda bor narsadan hech narsa so'ramayman, chunki men bor narsam bilan qanoatlanaman, u o'z odamlari bilan suv va quruqlik ustida maqsadsiz harakatlanayotganini ko'ryapman va uning sarguzashtlarining cheki yo'q".

"Borib, Iskandarga aytingki, faqat Xudo barcha sajda va ehtiromga loyiq xo'jayindir. U hech qachon dahshatli yovuzlikka buyruq bermaydigan oliy shohdir, chunki u yorug'lik, tinchlik, hayot va suvning yaratuvchisi, inson tanasi va odamlarning ruhlarining yaratuvchisidir. O'lim ularni ozod qilganda, barcha odamlar Unga qaytadilar, shunda ular endi kasallik yovuzliklariga duchor bo'lmaydilar."

Donishmand o'z nutqini jimgina kinoya bilan davom ettirdi:

"Aleksandr xudo emas, chunki u albatta o'limni tatib ko'radi. Va u kabi odam hali ichki olam taxtiga chiqmagan, tubsizlikka tirik holda kirmagan, quyoshning yer yuzining ulkan hududlari ustidagi yo'lini bilmagan va bundan tashqari, qo'shni xalqlar u haqida eshitmagan bo'lsa, qanday qilib u borliqning xo'jayini bo'lishi mumkin?!"

(Dunyo Parvardigorining) quloqlariga eng qattiq hujum deb hisoblangan bu tanbehdan so'ng, avliyo kinoyali tarzda qo'shimcha qildi: "Agar Aleksandrning hozirgi koloniyalari uning ochko'zligini qondirish uchun yetarli bo'lmasa, u Gang daryosidan o'tib ketsin, shunda u barcha odamlarini sig'dira oladigan ulkan mamlakat topadi".

"Aleksandr menga taklif qilgan narsalar va u va'da qilgan sovg'alar men uchun befoyda. Men chinakam qadrlaydigan va foydali yoki qimmatli deb biladigan narsalar - bu men uy quradigan daraxtlar, menga kundalik oziq-ovqat beradigan bu gulli o'simliklar va chanqog'imni qondiradigan suv. Boshqa barcha mol-mulk, katta ehtiyotkorlik bilan yig'ib olingan, egalari uchun yuk bo'lib, ularga faqat qayg'u va pushaymonlik, ma'rifatsiz odamlarning taqdirini qoldiradi. Menga kelsak, men o'rmon barglari va o'tlari orasida tinchgina yotaman va meni uyg'otadigan hech narsam yo'qligi sababli, men shirin va sokin uyqudan zavqlanib, chuqur uxlayman. Agar menda qo'riqlash va hushyorlikni talab qiladigan narsa bo'lsa, bu mening dam olishimni buzadi va meni uyqudan zavqlanishdan mahrum qiladi. Yer menga kerak bo'lgan hamma narsani beradi, xuddi ona bolasiga sut berganidek, men xohlagan joyda aylanib yuraman va meni bezovta qilish yoki hayotimni buzish uchun hech qanday tashvishim yo'q."

Agar Iskandar boshimni kesib tashlasa ham, ruhimni yo'q qila olmaydi. O'limdan keyin jim bo'lib qoladigan boshim va yirtiq kiyimga o'xshab qoladigan tanam ular yaratilgan tuproqda qoladi.

Men ruh sifatida Xudoga ko'tarilaman. U bizni tanaga kiydirib, bu yerga joylashtirdi, toki biz Unga —

bu yerda ekanmiz — Uning irodasiga bo'ysunib, Unga itoat qilib yashaymizmi yoki yo'qmi — isbotlashimiz uchun. Biz Uning oldida turganimizda, U bizdan amallarimiz uchun hisob talab qiladi. U barcha yovuzlikni, gunohni va qonunbuzarlikni qoralaydigan adolatli Hakamdir, bu yerda mazlumlarning faryodi zolim uchun jazoga aylanadi.

Aleksandr bu tahdiddan boylikka intiluvchi yoki o'limdan qo'rquvchi odamlarni qo'rqitish uchun foydalansin. Aleksandrning quroli yogislarga qarshi kuchsizdir.

Biz pulni sevmaymiz va o'limdan qo'rqmaymiz. Borib, unga Dundamusning sizda bor narsaga muhtoj emasligini va shuning uchun u sizning oldingizga kelishdan bosh tortishini ayting. Agar sizga Dundamus kerak bo'lsa, unda o'zingiz uning oldiga keling. Aleksandr Onesikritning tilida yogining javobini chuqur diqqat bilan qabul qildi va Dundamusni ko'rish istagini kuchaytirdi, u - yalang'ochligi va qariligiga qaramay - unda tengdoshidan ko'ra shaharlarni zabt etuvchi va mamlakatlarni zabt etuvchi ekanligini topdi.

Kundalik : Avtobiografiya

Paramhansa Yogananda tomonidan

Ba'zi ma'naviy tushunchalar

Dono o'qituvchi Paramhansa Yogananda uchun Xudo bizga tanlash erkinligini berdi va yaxshilik bilan yomonlikni, foydali va zararli narsalarni farqlash uchun vijdon berdi.

Biz borlig'imizda ma'naviy kuchni faol his qilganimizda, biz oldinga siljib, taraqqiy

etayotganimizni his qilamiz, shuning uchun Xudoga va o'zimizga bo'lgan ishonchimiz ortadi va qiyinchiliklar tezligi pasayadi, shunda biz ularga ishonch, xotirjamlik va muvozanat bilan konstruktiv tarzda yondasha olamiz.

Bizning asl tabiatimiz - bu ruh, uning mohiyati tinchlik, xotirjamlik, xotirjamlik va xotirjamlikdir. Bu muborak unsurlar bizning ichimizda va ma'naviy borlig'imizning ajralmas qismidir.

Odamlar ko'pincha o'zlari his qilayotgan bosim va ko'plab talablar og'irligi ostida boshdan kechirayotgan psixologik stress haqida gapirishadi, lekin biz o'zimizni hech qanday qiyinchilikka duchor qilishimizga yo'l qo'ymasligimiz kerak va Xudo bizga duch keladigan barcha qiyinchiliklarni engish uchun yetarli kuch berganini doimo yodda tutishimiz kerak.

Hayot yo'llaridan yurganingizda Xudoni qalbingizda saqlang

Abadiy donolik quyoshi ufqida oyoqlaringizni yerda, boshingizni johillik bulutlari ustida tuting.

Hayotdan zavqlanish va sog'lom dam olish tadbirlarida ishtirok etish qobiliyatini yo'qotganimizda, biz kerak bo'lgandan ko'ra jiddiyoq va asabiylashamiz. Atmosfera g'amgin va g'amgin bo'lib tuyulsa ham, masofa qanchalik uzoq va manzil qanchalik uzoq bo'lishidan qat'i nazar, quyosh yana chiqishiga va to'g'ri yo'lda bo'lganlar yetib kelishiga ishonchimizni saqlab qolishimiz kerak.

Kamtarlikda chinakam ma'naviy kuch, sadoqatning buyukligi, sevgining chuqurligi va qanoat va itoatkorlikning ulug'vorligi yotadi.

Kuchli irodaga ega bo'lgan inson Xudo bilan uyg'unlikda bo'ladi va sayyoralar va yulduzlarning unga tabassum qilishini kutmaydi, aksincha, u o'z sayohatini teshuvchi meteor kabi davom ettiradi,

faqat quyoshlar quyoshi va qonun va qalblarning Rabbi bo'lgan Xudoning yo'lboshchi yulduzi ta'sir qiladi.

Yo'qotish va muvaffaqiyatsizlikka berilib ketmaslik kerak, balki qancha muvaffaqiyatsiz urinishlar bo'lishidan va ular qanchalik achchiq bo'lishidan qat'i nazar, qayta-qayta urinib ko'rish kerak.

Ey do'stlik, sen naqadar yuksaksan va tuprog'ing naqadar unumdor va muqaddas! Sevgi sening ozuqang, sadoqat esa ichimligingdir.

Biz bu dunyoga son-sanoqsiz xavf-xatarlarni o'z ichiga olgan illyuziyalarning qorong'u dengizlariga sho'ng'ish uchun emas, balki o'zimizni rivojlantirish va ma'naviy salohiyatimizni o'rganish uchun keldik.

Hayotdagi eng shirin zavq - bu Xudoning huzurida o'zimizni xavfsiz va xotirjam his qilishdir.

Muvaffaqiyatsizlik mavsumi muvaffaqiyat urug'ini ekish uchun eng yaxshi va eng qulay vaqtdir. Muvaffaqiyatsizlikni ildizi bilan yo'q qilish kerak, hayot dalalarini tirishqoqlik va qat'iyat bilan o'stirish hamda yaxshilik urug'lari bilan ekish kerak, Xudo xohlasa , mo'l hosil yig'ib olish kerak.

Kamdan-kam odamlar o'z vaziyatlarini tahlil qilib, oldinga yoki orqaga ketayotganliklarini hal qilishadi. Insonlar idrok, donolik va tushunchaga ega bo'lganligi sababli, bizning eng katta burchimiz donolik va idroklarimizdan to'g'ri yo'l bilan foydalanishdir.

Hech bir chinakam ma'naviy inson moddiy muvaffaqiyatsiz yashay olmaydi. Hech kimning moddiy tashvishlari shunchalik og'irki, ular Xudo haqida o'ylashga va zarur vaqtni mulohaza yuritishga, xizmat qilishga va ma'naviy burchlarga bag'ishlashga to'sqinlik qilmaydi.

Inson o'zining barcha fikrlari, his-tuyg'ulari va tushunchalari bilan yashashi, atrofida sodir bo'layotgan barcha narsalarga hushyor va e'tiborli bo'lishi kerak, xuddi eng go'zal manzaralarning eng ajoyib suratlarini olish uchun eng qulay imkoniyatlarni kutayotgan mohir fotograf kabi.

Har bir inson foydalanilmagan salohiyatga ega. Ularda barcha kerakli kuch bor. Aqlning o'zi oliy kuchdir va u eskirgan, cheklovchi odatlar va tushunchalardan ozod bo'lishi kerak.

Shuni yodda tutaylikki, "men" tuyg'usi hukmron ekan, bizda hech kimning yordamisiz o'z oyoqlarimizda turish va muammolarimizni o'zimiz hal qilish uchun yetarli kuch va donolik bor deb faraz qilib, o'zimizni Xudodan uzoqlashtirish moyilligi mavjud.

Agar biz Xudoning irodasiga bo'ysunsak, Xudo bizga yuborgan narsadan baxt topa olmaymiz, deb qo'rqamiz va bu zaif imonning belgisidir. Ammo ertami-kechmi biz Xudoga murojaat qilishga majbur bo'lamiz. Va har bir inson bu haqiqatni o'z hayotida kashf etadi, agar ular hali kashf etmagan bo'lsalar.

Biz Xudoga to'liq ishonch bilan murojaat qilishimiz va U bilan eng sodda tilda - qalb tilida - ochiqchasiga va samimiy gaplashishimiz va Undan Uni izlashda yordam berishini so'rashimiz va qalblarimizni tinchlantirishi, bizni qayg'u va bezovtalikdan, yo'limizda turgan va bizni ma'naviy maqsadimizdan qaytarishga urinadigan har qanday narsadan xalos qilishi uchun Unga ishonishimiz kerak.

Dunyo va uning tuzoqlarining qurboniga aylanishingizga yo'l qo'ymang. Siz hayotingizni nazorat qilishingiz, ichki kuchingizni uyg'otishingiz va hayotingiz kemasini xavfsiz portga yo'naltirishingiz kerak.

Aqlar johillik changini qoqib, kuchlarini bog'lab turgan kishanlarni uzib tashlaganlarida, ular ijodkorlik va hayot bilan ijobiy muloqot qilish qobiliyatiga ega bo'ladilar.

Agar inson o'zidan kuchliroq odamga qarshi kurashmasa, u kuchli bo'lmaydi. Xuddi shunday, qiyinchiliklarga jasorat va ma'naviy kuch bilan duch kelganingizda, siz kuchliroq va bardoshliroq bo'lasiz.

Hayot sharoitlari qanchalik qiyin yoki qattiq bo'lishidan qat'i nazar, o'zingizni zaif va qarshilik ko'rsatishga qodir emas deb o'ylamang. Xudo sizga har bir kundalik qiyinchilikni yengish uchun kuch bergan. Shuni yodda tutingki, qiyinchiliklaringiz qanchalik katta bo'lmasin, ularni yengish uchun sizda yetarli kuch bor. Xudo siz bilan birga va agar siz Unga ishonsangiz va hayot jangida jasurlarning jasorati bilan bardosh bersangiz, sizni qo'llab-quvvatlaydi.

Insoniyat o'z mavqeini belgilashi va tanlashi kerak bo'lgan yo'lni tanlash vaqti keldi: yo betartiblik va vayronagarchilikka, yoki Ibrohim dinlari tomonidan ruhlarni va dunyoni azob-uqubatlardan qutqarish uchun targ'ib qilingan oliy umuminsoniy ideallarga. Agar insoniyat o'z rolini kerakli darajada bajarsa va yaxshilik, sevgi va fazilatli axloq tamoyillariga amal qilsa, unda zulmat albatta yo'qoladi va zulmat yo'qoladi.

Sizning borlig'ingiz tubida ulug'vor kuchlar va bebaho iste'dodlar yashiringan, ammo siz ulardan foydalanmaysiz. Yutuq, quvonch va tinchlik hukm suradigan nafis hayot ufqlariga yo'l oling.

Kimdir menga u yoki bu ishni qila olmasligini aytsa, men unga ishonmayman, chunki agar u o'zini bunga tayyorlasa, nima qilishni niyat qilsa, shuni qila oladi.

Men sizning qalbim tuprog'ini sinovlar va azob-uqubatlar omochi bilan haydab, donoligingiz urug'larini uning egatlariga sepib turganingizni ko'rdim. Men o'sha urug'larni sug'orishda davom etdim va rahm-shafqatingiz quyoshi ularga porlaganida, ular o'sib, gullab-yashnadi, mamnuniyat va qoniqishning muborak hosilini berdi.

Ipak qurti pilla ichida o'zi atrofida iplarni aylantiradi. Bu pilladan kapalak bo'lib chiqishdan oldin, u ko'pincha o'zi yaratgan ipak qamoqxonada o'lik holda topiladi. Bu odamlarga ham tegishli. Ularning aql-idrok qanotlari o'sishidan oldin, ular kasallik paydo bo'lguncha va ketish vaqti kelguncha, o'zlariga qo'rquv, xavotir va johillik iplarini to'qishadi va shu tariqa oxiri keladi.

Biz ko'pincha o'zimiz yaratgan qamoqxonada qamalib qolamiz. Bu azob-uqubatlarning barchasiga nima sabab bo'ladi? Bizning o'z fikrlarimiz va noto'g'ri yashash tarzimiz, chunki biz o'ylamasdan oldin harakat qilamiz. Biz o'zimizni g'azab va xudbinlik fikrlaridan, shuningdek, intizomsiz va yuksak intilishlarimizga zid bo'lgan hayotdan ozod qilishimiz kerak. Ma'naviy ambitsiyalarga ega bo'lganlarning barchasi doimo ijobiy fikrlash, nekbinlik va samarali mehnat orqali energiyalarini oqizib turishlari va ruhlarini kuchli tutishlari kerak.

Qo'rqmaslik Xudoga va Uning himoyasiga ishonishni, shuningdek, Uning adolatiga, donoligiga, rahm-shafqatiga, sevgisiga va hamma joyda mavjudligiga ishonishni anglatadi.

Xudodan tashqarida hech qanday himoya yoki xavfsizlik yo'q. Agar biz xavfsizlik va xotirjamlikni istasak, Unga to'liq murojaat qilishimiz kerak.

Faqat o'z xavfsizligi va qulayligi haqida o'ylaydiganlar, boshqalarning ehtiyojlarini unutib yoki

e'tiborsiz qoldirib, aslida bir kun kelib ularning taqdiriga duch keladigan qashshoqlikka intilishadi.

Boyluklarini yaxshi ishlar uchun ishlatish o'rniga ularga yopishib olganlar oxiratda o'zlariga farovonlik keltirmaydilar; aksincha, ular kambag'al bo'lib tug'iladilar, boylarning istaklari va ishtiyoqlari bilan harakatlanadilar. Ammo o'z mo'l-ko'lchiligini boshqalar bilan baham ko'radiganlar qayerga borsalar ham farovonlik va mo'l-ko'lchilikni o'ziga jalb qiladilar.

Agar siz bunga loyiq bo'lganlarga ixtiyoriy ravishda bersangiz, Xudo har doim siz bilan ekanligini va sizni hech qachon tark etmasligini va Uning yordami va g'amxo'rliqi bilan siz hech narsaga muhtoj bo'lmasligingizni bilib olasiz. Shuning uchun Xudoga ishoning, shunda Uning yordami sizga keladi va Uning g'amxo'rliqi sizni qamrab oladi.

Ey aziz, ilohiy yashirin zot, sen do'stlik qalbidan oqib chiqayotgan sevgi bulog'isan va sen his-tuyg'ular kurtaklarini sadoqat va nafis she'riy fikrlarning yangi atirgullariga ochadigan iliq nurlarsan.

Biz hammamiz inson uzatuvchi va qabul qiluvchimiz: siz boshqalarning fikrlarini his-tuyg'ular markazi bo'lgan qalbingiz orqali qabul qilasiz va o'z fikrlaringizni diqqat markazi va iroda markazi bo'lgan ruhiy ko'z (qoshlar orasidagi peshonada) orqali uzatasiz. Sizning antennangiz miyada, yuqori, intuitiv xabardorlik va idrok markazida joylashgan.

Aytaylik, siz uyingizdan uzoqdasiz va u yerda nima bo'layotganini bilmoqchisiz. Agar his-tuyg'ularingiz juda xotirjam va ongingiz tinch bo'lsa, siz uydagi oilangizning his-tuyg'ulari va fikrlarini sezishingiz mumkin bo'ladi.

Diqqatni jamlash qobiliyatiga ega bo'lganingizda, fikrlaringiz istalgan joyga kirib borishi mumkin va his-tuyg'ularingiz hayotiy energiya bilan to'ldiriladi.

Koinotdagi hamma narsa energiya yoki tebranishdan iborat. Nutq tebranishi fikr tebranishidan ko'ra kuchliroq namoyon bo'lish yoki ifodadir. Barcha insonlarning fikrlari efirda to'lqinlanadi. Fikrlar yuqori tebranish darajasiga ega bo'lgani uchun ular hali oshkor qilinmagan. Yaxshiyamki, biz hamma odamlarning fikrlarini bilmaymiz!

Radio tugmalarini bosish yoki burish orqali (va hozirgi kunda boshqa usullar bilan) siz turli xil kuylar va tovushlarni eshitishingiz mumkin. Agar radio to'lqinlari qabul qilgichingizga o'tadigan efir qatlamlari ichidagi ichki ong bo'lmaganida, siz barcha eshittirish tovushlarini birdaniga eshitgan bo'lar edingiz.

Xudo efirni yaratdi va inson ongini ushbu muhit orqali tebranishlarni uzatish va qabul qilish vositalarini yaratishga ilhomlantirdi. Radio to'lqinlari tarqalishi uchun efirga, uzatish va qabul qilish uchun esa elektr energiyasiga tayanadi. Bu tebranuvchi radio to'lqinlar kosmos orqali har qanday rezonansli qabul qilgichga uzatiladigan g'oyalardir.

Yaqin insoningiz yonida bo'lganingizda, siz uning fikrlarini his qilasiz, lekin agar sizda yuqori darajada rivojlangan sezgir idrok bo'lmasa, uzoqdagi odamning fikrlarini his qila olmasligingiz mumkin. Muntazam ravishda diqqatni jamlash va meditatsiya texnikasini qo'llaydiganlar chuqur xotirjamlikni his qilishadi va bu amaliyot natijasida ularning fikrlari yanada takomillashib, boshqalarning fikr va niyatlarini hatto uzoqdan ham sezish imkonini beradi!

Bir mehmon so'radi: "Avliyolarning donoligi Xudodan maxsus marhamat olish natijasi emasmi?"

#Paramhansa o'qituvchisi javob berdi:

"Yo'q. Ba'zi odamlar boshqalarga qaraganda kamroq muqaddas bilimga ega ekanligi, Xudo insoniyatga O'z inoyatining oqimini cheklaydi yoki cheklaydi degani emas. Aksincha, bu ko'pchilik odamlar Uning doimo porlab turadigan nurining oqimiga to'sqinlik qilishlari va uning qalblarida porlashiga to'sqinlik qilishlari bilan bog'liq."

Shogirdlardan biri: "Men Xudo bilan yolg'iz qolish uchun tog'larga ketyapman", dedi.

O'qituvchi Paramahansa javob berdi:

"Agar shunday qilsangiz, ma'nan rivojlanmaysiz. Hozirda ongingiz ruhga chuqur e'tibor qaratishga qodir emas. Fikrlaringiz ko'pincha odamlar va dunyoviy zavqlar haqidagi xotiralar atrofida aylanadi, hatto o'zingizni mustahkam g'orda yolg'iz qoldirsangiz ham. Hayotiy burchlaringizni kundalik meditatsiya bilan halol va sodiq bajarish eng yaxshi yo'ldir."

Ruhiy chaqnashlar

Bu dunyo aholisining harakatlari ortida umumiy va umumiy maqsad bormi?

Barchamizni harakat qilishga majburlaydigan umumiy zarurat bormi?

Inson niyatlari va maqsadlarini oddiy tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, minglab bitta maqsad bor, ba'zilari to'g'ridan-to'g'ri va ba'zilari bilvosita, ammo asosiy maqsad mutlaq baxt yoki baxtga erishishdir.

Insonning asosiy maqsadi og'riq va istakdan qochish va doimiy baxtga erishishdir. Og'riq va istakni butunlay yo'q qila olamizmi yoki yo'qmi, bu boshqa masala. Ammo haqiqat shuni ko'rsatadiki, biz azob-uqubat va og'riqdan qochish va zavq yoki baxtga erishish uchun chin dildan va qat'iyat bilan intilamiz.

Nima uchun odam hunarmandchilikda yangi boshlovchi sifatida ishlaydi?

Chunki u ish sohalaridan birida mutaxassis bo'lishni xohlaydi

Nima uchun u bu ishni bajarishi kerak?

Chunki bu unga pul topishga imkon beradimi?

Va nima uchun u pul topishi kerak?

Chunki u shaxsiy va oilaviy ehtiyojlarini bunga erishish orqali qondira oladi

Va nima uchun bu ehtiyojlar qondirilishi kerak?

Chunki bunday tekshiruv og'riqni yo'qotishga va baxtga erishishga yordam beradi

Shuning uchun biz ehtiyojni qondirish, jismoniy yoki ruhiy, qanchalik yengil yoki kuchli bo'lmasin, og'riqdan xalos bo'lish va baxtga erishish bizning asosiy maqsadimiz ekanligini ko'ramiz.

Baxtga erishish sababi haqida boshqa so'rashning hojati yo'q, chunki bunga javob yo'q va bu bizning asosiy maqsadimizdir.

Shunday qilib, ishimiz yoki ambitsiyalarimizning tabiati qanday bo'lishidan qat'i nazar - biznes boshlash, pul ishlash, do'stlik orttirish, kitob yozish, bilim olish, qirolliklarni boshqarish, millionlab xayriya qilish, mamlakatlarni kashf etish, shon-shuhratga intilish, muhtojlarga yordam berish yoki insoniyat yaxshiligini sevuvchi bo'lishni istash - agar biz asl maqsadimizni tekshirib, uni yodda tutsak, Xudoni izlash mantiqiy va realistik haqiqatga aylanadi, chunki Xudo biz erishmoqchi bo'lgan va qalbimiz orzu qilgan baxtdir.

*** * ***

Agar kimdir yuzini niqob bilan yopsa ham, u yerda inson borligini bilish mumkin edi. Xuddi shunday, tabiat ilohiy mavjudlik bilan to'ldirilgan ulkan pardaga o'xshaydi. Xudo tabiat pardalari va niqoblari ortida hozir, ammo insoniyat o'tkinchi, yuzaki nigoh

tashlaydi va tabiat pardalari ortida yashiringan mavjudotning borligini sezmaydi.

Ilohiy yordamsiz inson muvaffaqiyatsizlikka uchrashi aniq, chunki hayot jangida g'alaba qozonish uchun kuch va donolik cheksiz manbadan keladi.

Jim, harakatsiz va diqqat bilan mulohaza yuritib o'tirganimda, borlig'imda quvonch titraganini his qilaman va Xudoning "Men shu yerdaman" deb pichirlayotganini eshitaman.

Xudo bizga bergan aql osmonga olib boradigan darvozadir: Uning shohligining tashqi darvozasi, lekin odamlar undan kerakli darajada foydalanmaydilar.

Xudoni izlash uchun ongimizdan foydalanish uchun Yerni tark etgunimizcha kutishimiz shart emas; vaqt hozir va joy shu yerda. Bu Yerda hayot sirlarini va mavjudlik sirlarini izlash uchun ongidan foydalanmaganlar ularni boshqa hech qayerda topa olmaydilar.

*** * ***

Har bir inson Xudoning cheksiz qudratining ifodasidir va u o'zi amalga oshiradigan har bir narsada bu kuchning biron bir jihatini namoyon qilishi kerak.

Borliqning Birinchi Sababi yoki Birinchi Harakatlantiruvchisi bo'lgan Xudo bilan ongli ravishda muloqot qilishga intilganlar hayot sirini hal qilishga eng yaqindirlar.

Biror narsa yaratmoqchi bo'lsangiz, faqat tashqi manbalarga tayanmang, balki avval o'zingizga chuqurroq kirib boring va cheksiz manbani qidiring. Muvaffaqiyatga erishishning barcha amaliy usullari, insoniyat uchun foydali bo'lgan barcha ixtirolar, nafis musiqiy tebranishlar va muqaddas matnlar Xudoning arxivida qayd etilgan.

Xudoni mensimaganlar o'zlarining hayot chizig'ini kesib tashlaydilar

Inson irodasi ulkan energiya generatoridir va haqiqiy energiya manbalariga kirish uchun iroda va istakdan foydalanib, inson ichki kuchlarning cheksiz tarqatuvchisi bilan tezda bog'lanishi mumkin.

Kundalik ishlarini qilishni istamaganlar kuchsizlikni his qilishadi, g'ayrat va g'ayrat bilan ishlaydigan mehnatkash esa tanasi va ongini kosmik oqim bilan to'ldiradi.

*** * ***

Insonning burchi - ezgu maqsadlarga intilish. Arzimas va foydasiz narsalar bilan shug'ullanish aqliy energiyani behuda sarflashdir.

Begona o'tlar aql bog'idan ildizi bilan yulib tashlanishi va ilohiy sevgi gullari bilan bezatilishi kerak, toki u go'zallikni sevadigan go'zal Xudoni o'ziga jalb qilsin.

bog'da hayotni soddalashtirish va asoratlarni bartaraf etish kerak. Hamma narsani diqqatni jamlagan va chalg'itmagan ong bilan bajarish orqali siz o'z faoliyatingizni tahlil qilishingiz, muhim va zarur bo'lgan narsalarni tanlashingiz va yuzaki va keraksiz narsalarni tashlashingiz mumkin. Vazifa bajarilgandan so'ng, siz ongingizni undan olib, uni boshqa ijodiy intilishlaringizga erishish uchun ishlatishingiz mumkin.

*** * ***

Odamlar biror narsa qilayotganda ko'pincha boshqa narsa haqida o'ylashadi va ular qilayotgan ishlariga diqqatlarini qanday qaratishni bilishmaydi.

Biz barcha aqliy qobiliyatlarimiz bilan bir vaqtning o'zida bitta narsa haqida o'ylashni o'rganishimiz kerak. Bizning butun diqqatimiz faqat shu bitta narsaga qaratilishi kerak.

Inson befarq, ishtiyoqsiz va o'zini tuta olmaydigandek his qilmasligi kerak. Dangasalik va beparvolik bilan ishlarni bajarish hayotiylikni yo'qotishga va natijada muvaffaqiyatsizlik va baxtsizlikka olib keladi. Inson shunchaki o'zini o'zi boshqaradigan psixologik mashina bo'lmasligi kerak. Instinkt asosida harakat qiladigan hayvon kabi

Inson o'zini uyg'otmasligi va aqliy qobiliyatlarini faollashtirmasligi jiddiy xatodir. Xudo bizga bu qobiliyatlarni ato etgan va ulardan oqilona foydalanishimizni va qilayotgan har bir ishimizdan to'liq xabardor bo'lishimizni xohlaydi.

Shuningdek, biron bir harakatni amalga oshirishdan oldin yaxshilab o'ylab ko'rishimiz va ongimizni o'sishimizga va Qodir Yaratuvchi bilan muhim birligimizni anglashimizga yordam beradigan usullarda qo'llashimiz kerak. Biz qilayotgan barcha ishlar sog'lom fikrlash va dono rejalashtirishga asoslangan bo'lishi kerak.

*** * ***

Jilovni ushlab turgan haydovchi boshqaradigan ot aravasi uchun metafora mavjud. Bu metafora hissiyot otlari tomonidan tortilgan jismoniy aravada minib yurgan ruhni ifodalaydi. Fikr jilovni ushlab turadi va ongli iroda yo'naltiradi. Aravaning egasi eng muhim ahamiyatga ega, undan keyin haydovchi va otlarni boshqarish uchun zarur bo'lgan jilovlar, keyin otlarning o'zlari va nihoyat arava. Xuddi shunday, ruh eng muhim, undan keyin ongli iroda, keyin jilovni boshqaradigan fikr, keyin otlar va nihoyat tana.

Hayotda zaif tanani boshqaradigan dunyoviy ong, o'zining jismoniy tuzilishini mustahkamlash va o'zini tuta bilish orqali his-tuyg'ularini takomillashtirish va ularni tug'ma aql-idrok bilan o'zining ma'naviy maqsadiga yo'naltirish o'rniga, o'zining tartibsiz

impulslarining keng tarqalishiga yo'l qo'yadi, buning uchun bularning barchasi mavjud.

U his-tuyg'ularining notekis va tikanli yo'llaridan yurar ekan, hayotining aravasini buzib tashlaydi va adashib qoladi.

O'zini bilishga intiluvchi izlovchi hayotdagi eng muhim maqsad qalbning tubida yashiringan ma'naviy baxtni astoydil izlash ekanligini yaxshi biladi va shu bilan birga jismoniy va ruhiy og'riq tuzoqlariga tushib qolmaslikka harakat qilib, istalgan maqsad sari taraqqiyot yo'lida davom etish uchun o'zining yashirin aqliy yoki psixologik kuchlarini rivojlantirishni va his-tuyg'ularini takomillashtirishni o'rganadi.

Boshqacha qilib aytganda, shogird barcha jabhalarda va barcha darajalarda ma'naviy o'sishga qanday qilib to'g'ri erishish mumkinligini tushunadi.

Dunyoviy odamning xayolparastligi uning yagona tashvishi jismoniy istaklarini qondirish va injiqliklarini qondirishdir, aqliy va ma'naviy qobiliyatlarini rivojlantirish burchini mensimaydi.

*** * ***

Asab kasalliklarini davolash mumkin. Ushbu kasalliklardan aziyat chekayotganlar o'z holatlarini tahlil qilishlari va ularni asta-sekin yo'q qiladigan halokatli his-tuyg'ular va salbiy fikrlardan xalos bo'lishlari kerak.

Shaxsiy muammolarni obyektiv tahlil qilish va barcha vaziyat va sharoitlarda xotirjamlikni saqlash surunkali asab kasalliklarini davolashning kalitidir. Asabiylikdan aziyat chekayotganlar o'z holatlarini tushunishlari va salbiy fikrlarga berilib ketish ularning nomutanosibligi va hayot bilan kurasha olmasliklarining asosiy sababi ekanligini tushunishlari kerak.

**Sokin, bo'shashgan tana asablarni tinchlantiradi
va ruhiy xotirjamlik keltiradi**

-

**Izoh: Bu siz ushbu sohadagi mutaxassislarga
murojaat qilmasligingiz kerak degani emas, shuning
uchun ushbu tushuntirish**

*** * ***

**Turli davrlarda va joylarda inson aql orqali hayot
va ruh haqida ko'plab g'oyalarga ega bo'lgan.**

**Masalan, ibtidoiy qabila a'zosining boshi
og'riganda, uning oilasi uning ruhi tanasidan chiqib
ketgan deb o'ylashadi, shuning uchun ular sehrGAR
shifokordan ruhni unga qaytarishni so'rashadi. Doktor
ruhni qidirish uchun o'rmonga boradi, u ruhni topib,
o'zi bilan qutiga solib, bemorning boshiga soladi va
bosh og'rig'i keng tarqalgan e'tiqodga ko'ra yo'qoladi.**

**Boshqa bir madaniyatda kasal odamning
"aksarish"i uning tanasiga ilgaklar (o'tkir uchli egri
temirlar) qo'yish orqali amalga oshiriladi, toki u
aksirganida joni qochib ketmasin, balki ilgaklar
tomonidan ushlansin!**

**Ba'zi odamlar noto'g'ri fikrlash usullari tufayli
inson psixikasi haqida noto'g'ri xulosalarga kelganlari
kabi, boshqalar ham - haqiqiy idrok orqali -
boshqacha, boyroq va aniqroq tushunchaga
erishdilar.**

**Biz bilamizki, ruh nafas bilan bir xil emas, chunki
ba'zi odamlar uzoq vaqt nafas olmasdan komada
qolishgan, bu esa ruhning nafas bilan cheklanib
qolmasligini isbotlaydi. Ruh nafasdan va boshqa har
qanday jismoniy holatdan yuqoriroqdir.**

**Inson o'zini ruh deb hisoblasa ham, ishonmasa
ham, umuminsoniy qonun baribir undan o'zining ruhiy
tabiatini ochib berishni talab qiladi.**

Insonning ishi yoki hayotiy sharoitidan qat'i nazar, uning ongi ular o'z aql-zakovatidan ijodiy va samarali foydalanganda rivojlanadi va kengayadi. Har bir konstruktiv harakat inson rivojlanishiga hissa qo'shadi va uning tushunchasini kengaytiradi.

*** * ***

Men o'qishni yaxshi ko'raman, lekin boshqa biror narsa bilan shug'ullanishga majbur bo'lgunimcha ikki sahifani zo'rg'a o'qiy olaman va shuning uchun men o'qishni meditatsiya bilan almashtirdim.

Ruhim tubiga chuqur kirib borganimda, yorqin nurlar paydo bo'ladi va eng buyuk quvonch tong otadi, bu quvonch kun bo'yi menga hamroh bo'ladi. Bu men hayotimda boshdan kechirgan narsalar va muborak Rabbimiz bilan qalb pichirlashi va qalb istagi bilan muloqot qiladiganlarning barchasi boshdan kechiradigan narsalar.

Vaqtini behuda sarflash uchun juda qadrli Xudo bizning muvozanatli bo'lishimizni xohlaydi Kimki hayotini muvozanatsiz holatga keltirsa, u universal qonun bilan jazolanadi

Agar siz sodda hayot kechirsangiz, har kuni mashq qilsangiz, qimmatli va foydali kitoblarni o'qisangiz va Xudo haqida har kuni tafakkur qilish odatini rivojlantirsangiz, his-tuyg'ularingiz baxt bilan to'lib-toshadi, qoningiz orqali hayotiy oqimlar oqadi va tanangiz hujayralari ilgari hech qachon boshdan kechirmagan yengillik va energiya bilan to'ladi. Siz orzu qilgan barcha bilimlarni ichingizdagi ruhdan olasiz.

Hayotim doim shunday bo'lgan. Yigirma yil ichida yigirma kitob o'qimaganman. Bundan faxrlanmayman va agar meditatsiya orqali ilohiy ma'naviy ongga ega bo'lmaganda edi, men butunlay johil bo'lardim.

Kitobga qaraganimda, undagi faktlar menga Xudo tomonidan allaqachon vahiy qilinganligini ko'raman.

Barcha ulug'vor g'oyalar va haqiqatlar hamma narsani biluvchi Xudodan keladi va agar siz Unga tafakkur qilsangiz, Uning donoligini to'g'ridan-to'g'ri olasiz.

Shuning uchun, yaxshi kitoblarni o'qish vaqtni behuda ishlarga sarflashdan afzalroq va o'qishdan ko'ra tafakkur qilish va mutlaq haqiqat, ya'ni Xudoni anglash yaxshiroqdir.

*** * ***

Doimiy ravishda o'qiydigan, ammo sizga hech qanday qimmatli narsa taklif qila olmaydigan odamlar ko'p. Kitob o'qishning eng yaxshi usuli - uning mazmuni ustida mulohaza yuritish va ular o'z hayotingizga qanday ta'sir qilishi mumkinligini ko'rishdir.

O'qiganlaringizning barchasini ko'r-ko'rona qabul qilmaslik uchun aql-idrokni rivojlantirish ham muhimdir. O'qiganlaringiz ongingiz va mantiqingizni qondirishi kerak. Chinakam o'qishga arziydigan kitoblar fikrlashingizni rag'batlantirishi kerak, shunda siz ongingiz rivojlanib, kengayib borayotganini his qilasiz.

O'qimaydigan yoki mulohaza qilmaydigan, ammo maqsadsiz yoki ma'nosiz yuzaki hayot kechiradiganlar chuqur tushunchaga ega bo'lmaydilar yoki ma'lum bilimlarga ega bo'lmaydilar.

Uyg'unlik bizni fikrlashimizni ilhomlantiradigan va ongimizga yuksak ilhomlar nuri bilan nur sochadigan ilohiy kuch bilan uyg'un va uyg'un qiladi.

Meditatsiya - bu yuqori o'ziga erishish yo'lidir
Insonlar o'qimasalar, o'zlariga zulm qiladilar, ammo tafakkur qilish o'qishdan ham yaxshiroqdir.

*** * ***

Hayotning har bir jabhasida muvozanat muhim ahamiyatga ega. Foydali o'qish materiallarini osongina mavjud qilish va bo'sh vaqtlarida ularni o'qib chiqish tavsiya etiladi. Bu materiallarning eng muhimi ma'naviy kitoblar, undan keyin ilmiy asarlar, ba'zi tarix, falsafa, jiddiy adabiyotlar, buyuk shaxslarning tarjimai hollari, sayohatnomalar va insonning dunyoqarashini kengaytiradigan va chuqur ilhom baxsh etadigan boshqa har qanday narsadir.

Kitoblar sodiq do'st bo'lishi mumkin va agar sizning tanlovingiz yuqori sifatli bo'lsa, ulardan ko'proq foyda olasiz.

Avvaliga ma'naviy ta'limotlar va buyuk mutafakkirlarning g'oyalarining mohiyatini tushunish qiyin bo'lib tuyulishi mumkin, ammo bir muncha vaqt o'tgach, siz ularning yozuvlari ustida mulohaza yuritib, ularning fikrlari bilan shug'ullanayotganingizni ko'rasiz. Siz o'zingiz uchun qimmatli narsaga ega bo'lganingizni his qilasiz, chunki bu dono odamlarning barchasi o'z donoligi va bilimlarini Xudoning cheksiz donoligi xazinasidan olganlar - bu g'oyalar butun hayotingizda hech qachon xayolingizga kelmagan bo'lishi mumkin.

*** * ***

Gullar va atirgullar go'zal va yorqin, ammo ularning ortida cheksiz go'zallik va ulug'vorlik bog'i yotadi. Garchi bu bog' dastlab mutlaqo shaffof va sezish qiyin bo'lsa-da, agar siz ruhiy ko'z darvozasi orqali ma'naviy o'lchovga kira olsangiz, siz o'sha favqulodda olamni o'rganib, uning mo'jizalaridan zavqlanishingiz mumkin bo'ladi.

Men o'sha nafis fazilatlar va muloyim, nozik fikrlar har qanday yer yuzidagi gul yoki atirguldan ko'ra shirinroq va xushbo'yroq bo'lgan muloyim olamda

yashayman. U yerda ongimning arisi ilohiy huzur nektarini doimo yutadi.

Diqqatimizni ichkariga qaratganimizda va ichimizdagi yashirin dunyoda tobora ko'proq yashaganimizda , ruhiy fazilatlarimiz tasvir va tasavvurdan ustun bo'lgan Xudoning shirinligini idrok etadigan derazalar vazifasini bajaradigan maxsus shakllarga ega bo'lishini ko'ramiz.

*** * ***

Bu so'zlarni eshitgan yoki o'qigan har bir kishi men rostini aytayotganimni biladi

Agar men Xudo menga bergan barcha kuchlarni namoyon qilsam, odamlar Xudoga bo'lgan muhabbat tufayli emas, balki mo''jizalar tufayli menga oqib kelishardi. Lekin men bunday yuzaki shogirdlikni xohlamayman. Ular kuch bilan emas, balki Xudoning sevgisi bilan jalb qilinishi kerak va bu mening hayotimdagi maqsadim.

Agar men Xudoni bilmaganimda, bu tarzda gapirmagan bo'lardim Va agar xohlasa, hamma Uni bilishi mumkin.

Men odamlarning his-tuyg'ulariga murojaat qilish orqali ularni o'ziga jalb qilishga harakat qilmayman, balki ularning ongiga gapiraman va mantiq va idroklariga murojaat qilaman. Ko'r-ko'rona ishonch befoyda. Inson Xudo unga bergan tushunish qobiliyatlarini faollashtirishi va narsalarni yuzaki qabul qilmasligi, balki o'zining ma'naviy yo'nalishlari va amaliyotlari ortidagi sabablar, oqibatlar va mantiqni tushunishi kerak.

Agar mingta og'zim bo'lganida, men ularning barchasi bilan Xudo va Unga murojaat qilish va Uni tanib-bilishning muhimligi haqida gaplashardim.

*** * ***

Xudo insondan g'amgin, xafa, vayron bo'lgan yoki qovog'ini so'ramaydi. Bu Xudoni to'g'ri tushunish emas va Uning marhamatiga erishishning to'g'ri yo'li ham emas. Inson qanchalik ko'p tinchlik boshdan kechirsa, ilohiy mavjudlikni shuncha ko'p his qila oladi. Insonning baxti shunchalik katta bo'lsa, Xudo bilan shunchalik uyg'unlashadi. Xudoni bilganlar baxtlidir, chunki Xudo eng katta quvonch manbaidir.

Odamlar alkogol, jinsiy aloqa va pulda baxt topishga harakat qilishadi, ammo tarix sahifalari ularning barbod bo'lgan umidlari va amalga oshmagan orzulari haqidagi hikoyalar bilan to'la. Meditatsiya bilan o'tkazgan vaqtim hayotimni nihoyatda samarali qildi.

Ilohiy yo'l-yo'riq va donolik ruhiy ekstazda yashaydi

Inson Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganda, hatto u bexosdan xato qilsa ham, xatoni qanday tuzatishni biladi va agar u noto'g'ri fikr bildirsa, Xudo uni tuzatadi va shogirdiga bo'lgan sevgisi tufayli tuzatadi.

*** * ***

Ma'naviy bilim va tabiiy fanlar o'rtasida muvozanatga erishish kerak. Bu muvozanatsiz shaxslar va millatlar baxtsizlik va vayronagarchilik orasida qoqilib ketadi. Agar zamonaviy dunyo yetakchilari ma'naviy jihatdan ma'rifatli bo'lib, birgalikda ishlaganlarida, ular bir necha yil ichida yer yuzidan urush va qashshoqlikni yo'q qilishlari mumkin edi.

Ma'naviy xabardorlik insonning o'zida va boshqa barcha tirik mavjudotlarda ilohiy mavjudlikni anglashini anglatadi

Faqat shu xabardorlik dunyoni qutqara oladi va bu xabarsiz men tinchlikka umid ko'rmayapman.

Insoniyat o'zidan boshlasin, chunki vaqtni behuda sarflash juda qimmatlidir.

Burch bizdan Xudoning Shohligini Yerga olib kelish uchun o'z hissamizni qo'shishimizni talab qiladi

Ko'pchilik hayot xira va g'amgin bo'lib, go'zallik va quvonchdan mahrum bo'lishidan qo'rqib, Xudoni izlashga ikkilanadi. Ammo buning aksi haqiqat! Xudoni chinakam biladiganlar U bilan mukammal uyg'unlikda topadigan sof baxtni so'z bilan ifodalab bo'lmaydi.

Men kechayu kunduz ruhiy quvonchdaman. Bu quvonch Xudodir va Uni bilish barcha qayg'ularni yashirish va ularni afsuslanmasdan ko'mish demakdir.

*** * ***

Bu yerda vaqtinchalik qolish davrida inson bu tomoshaga katta ahamiyat beradi. Lekin u bunga va uning cheksiz voqealariga haddan tashqari berilib ketmasligi kerak, chunki agar shunday qilsa, u o'zini Xudodan uzoqlashtiradi, chunki U bizni doimo har tomonlama va har qanday vosita bilan O'ziga jalb qilishga harakat qiladi, chunki U bizga bo'lgan buyuk g'amxo'rliqi va cheksiz sevgisi tufayli bizni O'ziga jalb qilishga harakat qiladi.

Bu bizning oldimizga ko'rishni istagan barcha mo''jizalarni qo'yadi: o'sayotgan narsalarning mo''jizalari va tabiatning cheksiz aniq tartibi.

U gullar va atirgullar ortida, va uni chin dildan izlagan kishi muqarrar ravishda uni topadi.

Tabiatshunos olimlar o'z kashfiyotlariga ko'r-ko'rona ibodat orqali emas, balki empirik fan qonunlariga amal qilish orqali erishdilar. Xuddi shunday, ruhiy fan qonunlarini chin dildan va astoydil qo'llaydigan har bir kishi avtomatik ravishda Xudoni o'z yonida topadi.

Inson ruhiy ko'zlarini ochib, Xudoni topish uchun astoydil va qat'iy istak hamda Xudoning qonunlariga ehtiyotkorlik bilan rioya qilish kerakligini anglash vaqti keldi.

*** * ***

Xudo qalblarimizning eshiklarini jimgina taqillatadi va bizni O'ziga qaytaradi, lekin ko'pchilik odamlar qaytishni istamaydilar. Biroq, dunyo ularning ko'zlari oldida qorong'ulashganda va ular muammolarga duch kelganda yoki kasallik qurboni bo'lganda, ular Unga ibodat qilishga va Undan yordam so'rashga shoshilishadi.

Baxt va farovonlik davrida Xudo bilan uyg'unlik va hamjihatlik rishtalarini mustahkamlaydiganlar, Unga muhtoj bo'lganlarida Xudoni yonlarida topadilar. Ammo bu munosabatlarni rivojlantirishda kechiktiradiganlar o'zlarini qiyinchiliklarga duch kelishga va sinovlar bilan yolg'iz kurashishga mahkum qiladilar, toki ular donolik va to'liq itoatkorlik bilan abadiy do'stlariga murojaat qilib, Uning marhamatli eshigini taqillatsinlar.

Insoniyatning ulkan olomonidan juda ozchilik Xudoni chinakam izlaydi. Ikki yuz yil oldin bu yer ularga tegishli deb o'ylaganlar qayerda? Ularning barchasi yo'q bo'lib ketishgan va ehtimol, Xudoga murojaat qilib, o'zlarini anglaganlarga hayotning haqiqatini chinakam anglashganlardir. Shunga qaramay, har bir keyingi avlod bu hayotni haqiqiy deb biladi!

*** * ***

Boshqa biron bir inson biz bilan bo'lishidan oldin, kim biz bilan edi? Xudo Va biz bu yerni tark etganimizda, kim biz bilan bo'ladi? Xudo va boshqa hech kim. Ammo agar biz hozir Uni tanib olishga harakat qilmasak, Uni tanib olish qiyin bo'ladi. Agar

siz Xudoni chin dildan va chuqur izlasangiz, Uni topasiz va U har doim siz bilan ekanligiga ishonchingiz kuchayadi. Xavotirlar va xayollar sizni tark etadi va siz boshqa hech qachon aldanmaysiz.

Borliqdagi hamma narsa insoniyatni Xudodan uzoqlashtirish vasvasasidir. Ammo Xudo yer yuzidagi har qanday vasvasadan ko'ra jozibaliroqdir. Agar siz Unga bir nazar tashlasangiz ham, bu haqiqatni anglab yetasiz va ibodat, ma'naviy mulohaza va qat'iyat orqali Uni topa olasiz.

*** * ***

Xudo eng ko'p sevadigan ma'bad - bu Uning izdoshlari uchun xotirjamlik va ichki xotirjamlik ma'badi bo'lib, ular dunyo va uning cheksiz tashvishlarini ortda qoldirib, mulohaza yuritish va suhbatlashish uchun kiradilar.

Insoniyatning bu doimiy o'zgarib borayotgan yurishi bizni hayratda qoldirmasligi kerak Vaqt karvoni o'z sayohatini davom ettirar ekan, siz nihoyat buyuk mavjudotning ajralmas qismi ekanligingizni anglaysiz. Inson o'zida go'zallik va ma'naviy tinchlik ma'badini qurganda, ular Xudoning borligini his qila oladilar va Uning yaqinligini his qila oladilar. Aks holda, dunyoning illyuziyalari ko'p, doimo mavjud va uning tashvishlari qalbimizni to'ldiradi.

Ertami-kechmi har birimiz bu yerdan olib ketilamiz va shuning uchun biz endi hayotning maqsadini tushunishimiz kerak. Bu dunyodagi insoniy tajribaning asosiy maqsadi bizni hayotning ma'nosini izlashga undashdir. Xudoni bilishni maqsadingiz qiling va hayot sirini jiddiy va samimiy izlash sizni ko'plab qiyinchiliklardan qutqarishini va sizni turli qo'rquvlardan qutqarishini biling.

O'lim, muvaffaqiyatsizlik, muammo yoki qayg'u qo'rquvi odamda katta vahima uyg'otadi. Agar inson

o'ziga, oilasi va do'stlariga hech qanday yordam bera olmasa, umidsizlik ularni qamrab oladi va dunyo ularga qorong'u tuyuladi. Lekin bu holatga yetib borishning hojati yo'q. Agar ular butun hayotlari davomida Xudoni o'ylab, U bilan aloqani saqlab qolishsa, qiyinchilik va qiyin kunlarda Uni yaqinlarida topadilar.

*** * ***

Agar ko'pchilik odamlar kimnidir yoqimsiz deb hisoblasalar, o'zlarini tekshirishlari kerak. Ba'zi shaxsiy xususiyatlar yoqimsiz bo'lishi mumkin. Ehtimol, ular juda ko'p gapirishadi, boshqa odamlarning ishlariga aralashishga moyil bo'lishadi yoki o'zini takomillashtirish bo'yicha hech qanday taklifni qabul qilmasdan, boshqalarga nima noto'g'ri ekanligini va hayotlarini qanday yashashlari kerakligini aytib berishadi. Bular bizni boshqalar uchun yoqimsiz qiladigan psixologik xususiyatlarning bir nechta misollari.

Xudoga ishonish va Xudoga ishonish ikki xil narsadir. Agar biz uni boshdan kechirmasak va unga amal qilmasak, ishonch befoyda. Tajribaga aylanadigan ishonch ishonchga aylanadi va sobit ishonchni rad etib yoki inkor etib bo'lmaydi, chunki bu haqiqatga intuitiv va qat'iy ishonchdir. Bu buyuk kuch va uning natijalari darhol va hayratlanarli. Imon mutlaq aniqlik bilan ishlaydi va xatoga yo'l qo'ymaydi.

*** * ***

Insonning ko'zlarida uning butun hayoti tarixi yotadi va uni qanday o'qishni biladiganlardan yashirib bo'lmaydi. Ma'naviy ko'zlar va dunyoviy ko'zlar bor, xiyonatkor, ayyor ko'zlar va shahvatparast ko'zlar. Insonning barcha qilgan ishlari uning ko'zlarida qayd etiladi va agar men ularda ko'rganlarimni tahlil

qilsam, odamlar mening idrokimdan hayratda qolishadi.

Biz ongni bulg'aydigan va ruhni buzadigan harakatlardan qochishimiz kerak. Noto'g'ri harakatlar insonning tashqi ko'rinishi va xarakterida aks etadigan salbiy yoki yomon niyatli ruhiy tebranishlarni keltirib chiqaradi. Buning o'rniga, biz xohlagan ijobiy fazilatlarni rivojlantiradigan harakatlar bilan shug'ullanishimiz va fikrlarimizni o'ylashimiz kerak. Bu haqiqatlarni o'ylaganlar hayotlari ajoyib darajada go'zal bo'lib borayotganini ko'rishadi.

*** * ***

Haqiqiy do'stlar bizni kamdan-kam hollarda noto'g'ri tushunishadi. Do'stingiz bilan noto'g'ri tushunilmasdan ochiqchasiga gaplashishingiz mumkin, ammo do'stlik bir-biridan ishora yoki talab bo'lmaguncha o'sib , gullab-yashnay olmaydi.

Do'stlik faqat mustaqillik va ma'naviy tenglik asosida qurilishi mumkin. Shuning uchun do'stlar o'rtasidagi munosabatlar ushbu tamoyilga va ushbu haqiqatni hisobga olgan holda asoslanishi kerak. Agar siz kimgadir yomon munosabatda bo'lsangiz, ularning do'stligining shirinligini hech qachon his qila olmaysiz.

Hayot yo'lida do'stsiz yuradiganlar ko'p. Ularning qanday davom etishini tasavvur ham qila olmayman!

Haqiqiy do'stlar bizni kamdan-kam hollarda noto'g'ri tushunishadi va agar ular noto'g'ri tushunishsa, bu faqat qisqa vaqtga. Agar kimdir sizning ishonchingiz va sadoqatingizga xiyonat qilsa, hech narsa bo'lmagandek, ularga sevgingiz va tushunchangizni berishda davom eting, xuddi siz ham evaziga ishonch va sadoqat olishni xohlaganingizdek.

Lekin agar o'sha odam sizga nisbatan nafrat va nafrat bilan munosabatda bo'lishda davom etsa va unga do'stlik qo'lini cho'zishda davom etsa, unda qo'lingizni bir muddat tortib olganingiz ma'qul.

*** * ***

Ertami-kechmi har birimiz bu dunyodan olib ketilamiz va shuning uchun biz hozir hayotning maqsadini anglashimiz kerak.

Bu yerda inson tajribasining asosiy maqsadi hayotning mazmuni va maqsadini izlashni rag'batlantirish va rag'batlantirishdir. Bu insoniy sayohatga ortiqcha ahamiyat berilmasligi kerak. Vaqt karvoni o'z yo'lida davom etar ekan, biz oxir-oqibat buyuk mavjudotning bir qismi ekanligimizni anglaymiz va shuning uchun biz Xudo haqidagi bilimni asosiy maqsadimizga aylantirishimiz kerak.

O'lim, muvaffaqiyatsizlik, muammo yoki og'riqli qayg'u qo'rquvi odamda katta vahima uyg'otadi.

Inson o'ziga yordam bera olmasa va oilasi yordam bera olmasa, uning ruhiy holatiga havas qilib bo'lmaydi. Lekin Xudo Unga ishongan va Uning ularga yordam berish qobiliyatiga ishonganlarni tark etmaydi.

Hech bir inson biz bilan bo'lishidan oldin, Xudo biz bilan edi va biz bu dunyoni tark etganimizda, Xudo biz bilan bo'ladi

Lekin biz hozir harakat qilmasak va U bilan muloqot qilish va Unga yaqinlashish uchun chin dildan harakat qilmasak, Xudoni bila olmaymiz.

*** * ***

Yoshligimda men haddan tashqari sezgirlikdan aziyat chekardim va natijada men eng ko'p azob chekardim.

Bu o'zimni qiynash jarayoni edi. Men juda sezgir bo'lganim uchun, boshqalar meni xafa qilishdan va

xotirjamligimni o'g'irlashdan zavqlanayotgandek tuyulardi.

Hech kim sizning tinchligingizni tortib olishiga yo'l qo'ymang

Mening asabiylashishim faqat boshqalarning kinoyasi va masxarasidan emas edi; bu ularning sharhlariga nisbatan sezgirligimdan ham kelib chiqqan edi. Men tanqidchilarim bilan qanchalik ko'p bahslashsam, ular bundan shunchalik zavqlanishlarini angladim.

Nihoyat, hech kim mening ichki xotirjamligimni buzolmasligiga qaror qildim va o'zimga: "Ular xohlagancha tanqid qilishsin, lekin men endi ularning tanqidiga e'tibor bermayman", dedim.

Va aynan shunday bo'ldi. Men ularning adolatsiz va xafa qiluvchi izohlarini butunlay e'tiborsiz qoldirdim, go'yo ular yo'qdek. Asta-sekin ular meni masxara qilish istagini yo'qotib, do'stlarimga aylanishdi; ba'zilari hatto izimdan ergashdilar.

Boshqalardan mehr va hurmat so'rash befoyda; aksincha, biz o'zimiz bunga loyiq bo'lishimiz kerak

Agar biz boshqalar bilan samimiy bo'lsak, ularga hurmat ko'rsatsak va ularning mehr-muhabbati va mehriga javoban javob bersak, ular bizga doimo hurmat bilan munosabatda bo'lishadi.

Bizni konstruktiv tanqid qilganda, boshqalarning bizga bo'lgan mehrini haddan tashqari sezgirligimiz bilan falaj qilmasligimiz kerak, aksincha, bizga yordam berishga harakat qilayotgan har bir kishi bilan hamkorlik qilishimiz kerak.

*** * ***

Bu dunyo doimo muammolar va tartibsizliklarni boshdan kechiradi. Qo'rquv va xavotirga berilish o'rniga, inson Xudoga murojaat qilishi va nafaqat o'zi uchun, balki Xudo uning qaramog'iga bergan yaqinlari

uchun ham tinchlik, xavfsizlik va osoyishtalikka erishishi kerak.

Biz bu o'tkinchi hayotning orzulariga juda bog'lanib qolmaslikimiz, balki Xudo bilan yaqin uyg'unlikda bo'lishimiz kerak.

Xudodan tashqarida hech qayerda xavfsizlik yo'q. Biz Xudo bilan aloqamizni tan olishimiz kerak, shunda biz illuziyalardan bir marta va butunlay xalos bo'la olamiz.

Xudo haqida mulohaza yuritish orqali biz Uning quvonchli huzurini his qilamiz va hayotdagi dahshatli tushlardan xalos bo'lamiz.

*** * ***

Tanani bo'shashtirish va ongni tinchlantirish uchun mashq:

Iroda kuchidan foydalanib, tanangiz mushaklarini me'yorida torting. Iroda kuchi bilan hayot kuchini (mushaklarni taranglashtirish jarayonida) tanani yoki tananing biron bir qismini faollik bilan to'ldirishga yo'naltiring.

Men energiyaning tebranayotganini, pulsatsiyalanayotganini, tanani quvvatlantirayotganini va uni hayotiylik bilan jonlantirayotganini his qilyapman.

Bo'shashing va tanangiz hujayralari va to'qimalari orqali hayot va energiya oqimini his qiling

Menimcha, siz tana emas, balki tanani qo'llab-quvvatlaydigan hayotsiz

Ushbu mashqni bajarish bilan birga keladigan tinchlik, erkinlik va ortib borayotgan xotirjamlikni his eting

*** * ***

Agar siz ilohiy xabardorlik bilan boshqarilsangiz, hatto kelajak qorong'u ko'rinsa ham, ishlar baribir yaxshilanadi va Xudoning nurida yursangiz va Uning

rahbarligi bilan boshqarilsangiz, muvaffaqiyatsizlikka uchramaysiz.

Biz Xudo O'zining barcha ajoyib kuchlari bilan uzoqda, osmonda ekanligi va biz zaif va bu yer yuzida qiyinchiliklar va muammolar uyumlari ostida ko'milganligimiz haqidagi fikrdan xalos bo'lishimiz kerak.

Keling, yolg'iz emasligimizni, insoniy irodamiz ortida buyuk ilohiy iroda yotganini va chin dildan va sadoqat bilan yordam so'ragan har bir kishi uni albatta qabul qilishini yodda tutaylik.

*** * ***

Koinotdagi hamma narsa bir-biri bilan chambarchas bog'liq va boshqalar bilan chambarchas bog'liq

Xudo tomonidan bizga berilgan inson aql-zakovatidan to'g'ri foydalanish orqali biz butun hayot Oliy Aql bilan bog'liqligini anglaymiz.

Ba'zan biz taqdir qo'lidagi o'yinchoq deb o'ylashimiz mumkin, ammo ongimizni cheklangan, xayoliy shakllardan tashqariga chiqarib, xabardorligimiz va tushunchamiz darajasini sinab ko'rganimizda, ichimizda barcha hayotni yaratadigan va qo'llab-quvvatlaydigan ilohiy kuch uchquni borligini va u uyg'onishni kutayotganini anglaymiz.

*** * ***

Kamchilik kompleksi haqiqiy yoki idrok etilgan zaiflikning yashirin ongidan kelib chiqadi.

Bu zaiflikni qoplash uchun ba'zi odamlar soxta mag'rurlik qalqonini kiyib, o'zlarini manmanlik bilan maqtashlari mumkin.

Bu g'ayritabiiy psixologik holatning asl sababini bilmaganlar, bu odamda ustunlik kompleksi bor deb aytishlari mumkin.

Bu ikkala kompleks ham ichki nomutanosiblikni ko'rsatadi va o'z-o'zini rivojlantirishga halokatli ta'sir ko'rsatadi. Ular tasavvur va voqelikka beparvolikdan tug'ilgan va kuchli ruhning tabiati bilan hech qanday aloqasi yo'q.

O'ziga ishonch haqiqiy yutuqlar va ma'rifatli qalblar Xudoga boy bo'lgani uchun hech narsadan mahrum emasligini anglash asosida o'rnatilishi kerak.

*** * ***

Nerv tizimi ikkita funktsiyaga ega:

Asab tizimi bizga dunyo bilan o'zaro ta'sir qilish imkonini beradi. Qadimgi yogislar asab tizimi odamlarni Xudo bilan bog'lash uchun ham xizmat qilishini kashf qilishgan.

Inson tanasidagi hayot kuchi odatda tashqariga, miya va orqa miyadan nervlar orqali sezgi organlariga va ularning tashqi sezgi tajribalariga oqib chiqadi.

Bu hayot kuchi meditatsiya orqali boshqarilganda, u o'z oqimini tashqariga emas, balki ichkariga qaratadi va ongni o'zi bilan Xudo haqidagi ma'naviy idrok va bilim joylashgan shaffof o'qlar yoki markazlarga tortadi.

Asabiylashish — bu nervlarning haddan tashqari qo'zg'alishi — tana ongini cheklaydi, xotirjamlik esa ilohiy ongni o'ziga tortadi.

Meditatsiya qilib, tashqi asab energiyasini o'chirib, o'zingizni tinchlantirganingizda, hayot kuchi sezgilardan ruhiy ong markazlariga chekinadi va keyin sizning asab tizimingiz va yuqori ong o'rtasida aloqa o'rnatiladi, shunda siz ilohiy mavjudlikni his qilasiz va uyqu va ongsizlik doirasidan tashqarida yorug'lik mamlakatiga aylanasisz.

*** * ***

Ko'pchilik yoshlikning tetikligi bilan qiziqadi, chunki hamma u yoki bu tarzda "abadiy yoshlik manbai"ni qidiradi, ammo yoshlik nima?

Hamma yoshlar ham yosh emas, chunki ba'zilari haqiqatan ham ancha qari va haqiqiy yoshidan ancha zaif ko'rinadi. Aksincha, ba'zi keksa odamlar ham borki, ular keksa yoshiga qaramay, yoshligini saqlab qoladilar. Ular aqlarini o'tkir tutishadi, hayotiy kuchlari baquvvat ruhlaridan tanalari va yuzlariga oqib o'tadi va qonlari hayot quvonchidan pulsatsiyalanadi.

Aksincha, salbiy, kayfiyatsiz, tushkun, tanqidiy va tushkunlikka tushadigan odamlar bor, go'yo ular olamdan o'tgandek - umringiz uzoq bo'lsin.

borlig'imiz tubidan chiqayotgan ma'naviy yoshlik to'lqiniga sho'ng'ishimiz kerak.

*** * ***

Bu dunyodagi birodarlarim va opa-singillarim, iltimos, Xudo bitta ekanligini va barchamiz bitta universal oilaning a'zolari ekanligimizni yodda tuting. Shuning uchun biz bu yerning namunali fuqarolari bo'lishimiz uchun bir-birimizga moddiy, axloqiy, moliyaviy va ma'naviy jihatdan yordam berishning konstruktiv usullarini qo'llashimiz kerak.

Agar 1000 kishilik jamiyatdagi har bir shaxs boshqalar hisobidan o'zini boyib ketish uchun firibgarlik, yolg'on va janjalga murojaat qilsa, har birining 999 ta dushmani bo'ladi. Biroq, agar har bir kishi boshqalarga qarshi emas, balki ular bilan hamkorlik qilishga va ishlashga harakat qilsa, har birining 999 ta do'sti bo'ladi.

Xuddi shunday, agar barcha mamlakatlar bir-biriga mehr-muhabbat bilan yordam bersalar, yer yuzida tinchlik hukm surar va barchaning ehtiyojlarini

qondirish va ularning farovonligini oshirish uchun ko'plab imkoniyatlar bo'lar edi.

*** * ***

Ma'naviy ma'rifatga erishganlar erkaklik va ayollikning ideal fazilatlarini o'zida mujassam etadilar. Inson aql va hissiyot o'rtasida mukammal muvozanatga erishganida, u bu dunyoga kelgan eng muhim saboqlardan birini o'rgangan bo'ladi. Inson o'zining asl tabiati jismoniy emas, balki ma'naviy ekanligini anglashi kerak.

Erkak va ayol bir-biriga faqat o'z istaklarini qondirish vositasi sifatida qarasa, ular uyg'unlikni buzish va chinakam baxtni yo'qotish xavfiga duch kelishadi. Erkak ayolga u bilan shunchaki uning shahvoniy istaklarini qondirish uchun emas, balki u qadrlaydigan, hurmat qiladigan va hayotning eng go'zal va chuqur ma'nolarining ifodasi deb biladigan sherik va hamroh sifatida ekanligini his qilishiga yordam berishi kerak. Ayol ham erkakka xuddi shunday qarashi kerak.

Er va xotin bir-birlarini sof va samimiy sevgi bilan sevganda, ular jismoniy, aqliy va ma'naviy darajada to'liq moslikni his qilishadi.

Ular o'z sevgilarini nafis tarzda ifoda etganda, natija muvaffaqiyatli birlashma va yangilangan baxtga aylanadi.

*** * ***

Inson hayotda baxtsiz bo'lganda, ular buni ich-ichidan yaxshi bilishadi. Baxtga faqat bitta to'g'ridan-to'g'ri yo'l bor, bu Xudo bilan aloqa orqali.

Xudo Unga ishonganlarni hech qachon tark etmaydi va Uni sevganlarni hech qachon tashlab qo'ymaydi

Ma'naviy tushunchaga ega bo'lganlar yo'lni belgilab, to'siqlar va xavflarni ko'rsatib berishlari

**mumkin, ammo jiddiy izlanuvchilar kuch sarflashlari
va masofani o'zlari bosib o'tishlari kerak. Xudo bilan
chinakam aloqada bo'lganlar bilan ma'naviy uyg'unlik
yo'ldan borishni va kerakli maqsadga erishishni
istaganlarga ma'naviy foyda keltiradi.**

*** * ***

Xotirjamlik

**Xavotirlar yonib ketganda, ular issiqligini
yo'qotadilar**

Tinchlik va osoyishtalik paydo bo'ladi

Bu hayot qayig'ining oq ustuni

**U hayajondan xoli, abadiy baxt shabadasi bilan
to'la**

**Shunday qilib, u qayiqni Al-Rida ko'li yuzasi
bo'ylab sekin itaradi**

**Xotirjamlik - bu tashvish to'lqinlari tegmagan
tinchlik dengiziga qarab mamnuniyatning mayin
oqimi. Bu qalb soyaboni bo'lib, insonning ongi va
qalbiga yoyilib, uning hayotining kichik va katta
quvonchlarini qo'rquv va xavotir yomg'irlaridan
himoya qiladi.**

**Bu hayot lirasidan chiqayotgan samoviy nota. Bu
hayot dasturxonidagi muqaddas tuz, yutuqlar
sharsharalaridan uchib chiqayotgan purkagich va ruh
saltanati uyg'unlik va hamjihatlikda boshqariladigan
ajoyib, xotirjam kayfiyat.**

Tinchlik faqat tanho joylarga xos emas

**Shovqin va shovqindan qochib qutulishning iloji
yo'q**

Aksincha, u qalblar kutib olgan joyda keladi

Va u ruhlar unda taskin topadigan joyda qoladi

Vaqt va makondan qat'i nazar

Bu nozik, mo'rt gul

U qo'pol teginishlarga chiday olmaydi

**Aksincha, u yashaydi, gullaydi va gullab-
yashnaydi**

**Agar u toza, toza suv bilan sug'orilgan bo'lsa
Tinchlik - bu sokin hissiyotlar ko'li
Qayg'u ajinlaridan xalos bo'ling
Qo'rquvdan ko'z yoshlarini to'kadigan ayol
Xavotir va qayg'uning eng kichik bir belgisi uchun
Sokin qalb sahifasi yopilganda
Sof, yorqin oq qor qatlami:
Tinchlik va xotirjamlik qori
Qo'rquv bo'ronlari va xavotir bo'ronlari**

yengilmaydi

**Tinchlik va osoyishtalikni buzish
Bu qattiq, yaltiroq qatlam ostida
Bu muborak, yorqin nur uchun**

*** * ***

**Do'stlik ilohiy sevgining eng sof shaklidir
Chunki u qalbning erkin tanlovidan tug'iladi
Bu bizga oilaviy instinkt tomonidan yuklanmagan
Mukammal do'stlar hech qachon yo'llaridan**

ajralmaydilar

**Ularning birodarlik mehr-muhabbat rishtalarini
hech narsa uzolmaydi**

**Do'stlik xazinasini eng qimmatli boylikdir
Chunki haqiqiy do'stlik qalb bilan chambarchas**

bog'liq

**Bu dunyo chegaralaridan tashqarida
Biz bilan mehr-oqibat rishtalarini baham**

ko'radigan barcha do'stlar

**Biz ular bilan yana samoviy uyda uchrashamiz
Chunki haqiqiy sevgi hech qachon o'lmaydi**

*** * ***

**Ko'pchilik ma'naviy yo'lga keladi, ammo
oxirigacha sabr qilganlar ma'naviy ne'matni tatib**

ko'radilar va haqiqiy tinchlikdan bahramand bo'ladilar.

Dunyoning qorong'u, loyqa yo'llari umidsizlik va umidsizlikka olib borishini anglagan samimiy shogirdlar Xudoga murojaat qilishadi va Uni chin dildan izlashadi va Uning ularni qutqarish va yupatish qobiliyatiga shubha qilmaydilar.

Izlovchi Xudodan aniq javob oladimi yoki yo'qmi, u Unga bo'lgan ishonchini yo'qotmaydi, balki qalbining tubida Unga iltijo qilishda davom etadi, U iltijoni eshitishiga va qalbning chaqirig'iga o'z vaqtida javob berishiga amin bo'ladi.

*** * ***

Fan materiyaning har bir zarrasi va har bir energiya to'liqini buzilmas ekanligini isbotladi.

Bu shuningdek, insonning o'ziga yoki uning o'lmas ma'naviy mohiyatiga ham tegishli.

Materiya o'zgarishga moyil va inson qalbi o'zgaruvchan tajribalarni boshdan kechiradi

Yakuniy o'zgarish o'lim deb ataladi, ammo o'lim yoki shaklning o'zgarishi ma'naviy mohiyatni o'zgartirmaydi yoki yo'q qilmaydi.

*** * ***

Ey koinot Parvardigori va qalblarning sevgilisi, Sening g'amxo'rliğing bizga hamroh bo'lsin. Keling, Sening yagona va ilohiy Shoh ekanligingni, orzularimiz taxtida o'tirganingni tan olaylik.

Hayot va o'lim darvozasidan tashqarida, Sen, ey Rabbim, yagona va oliy maqsadsan

Siz haqiqiy hayotsiz va sizziz hech narsa yo'q

Yaxshilikni ko'rishimiz, yaxshilikni eshitishimiz va ilhomlantiruvchi va foydali fikrlarni o'ylashimiz uchun bizga baraka bo'lsin.

Kamtarlar dunyoning buyuklaridir

Izlovchi Xudoni o'zi izlashi kerak, chunki unga hech kim bu bilimni bera olmaydi; aksincha, u eng yuqori mukofotga erishish uchun ishlashi kerak.

Izlovchi Xudoni topishga qat'iy qaror qilsa va bu qat'iyatni jiddiy mulohaza bilan birlashtirsa, u Uni topadi.

Ilohiy mavjudlikka tegsangiz, sabab va oqibat qonunidan oshib ketasiz

Inson tasavvur qiladigan va izlaydigan baxt Xudoda topiladi va U bilan aloqada bo'lganlar chinakam baxtlidirlar.

Ey Rabbim, bizni duo qilgin, toki biz Senga hayotimizda birinchi o'rinni beraylik va dunyoning vasvasalari qalbimizdagi sevging bilan raqobatlashishiga yo'l qo'ymaylik.

Keling, qalblarimizni ilohiy sevgiga ochaylik, toki u hayotimizga kirsin, uni nur bilan to'ldirsin va baxt atirgullari bilan bezatsin.

Biz qilgan har bir xayrli ish abadiy yutuqli investitsiyadir

Insonning cheklangan ongi ortida Xudoning cheksiz qudrati yashiringan

Oddiy hayot erkinlik beradi

Fikrlar tinchlanganda, sog'inch radiosini orqali ilohiy dasturni tinglash mumkin bo'ladi. Va bizda samimiylik bo'lsa, biz o'zimizga samimiy odamlarni jalb qilamiz va ular orqali biz Xudoning yaxshiligi va sevgisini his qilamiz.

*** * ***

Yoshingiz qanday bo'lishidan qat'iy nazar, agar "Men qila olaman" desangiz, siz yoshsiz

Xudo bizga bergan aql qudratli vositadir va U bizdan undan yaxshilik qilish uchun foydalanishimizni xohlaydi.

Xudoni ichimda qanchalik ko'p o'ylasam, Uning borligi atrofimdagi dunyoda menga shunchalik aniq ko'rinadi

*** * ***

Ey Rabbim, bizni duo qil va bizni buyuk sevgi bilan Seni sevishga majbur qil.

Shunday qilib, biz sizning huzuringizdan zavqlanib, sizdan zavqlanishimiz mumkin

Hayotimizning har bir kuni

Toki dunyo va uning vasvasalari qalblarimizni egallay olmasin

Yoki bizni chalg'itib, siz haqingizda o'ylashimizga to'sqinlik qiling

Bizni duo qiling, toki biz har kuni Sening nuring va tinchligingda yashaylik

Biz sizni intiqlik bilan kutamiz va sizning aloqangizni intiqlik bilan kutamiz

Doimiy bo'lmagan dunyoviy narsalarga ishtiyoqli bo'lish o'rniga

Hayotimiz yo'nalishini sizga yo'naltiring

Shunday qilib, yomon odatlar harakat qilganda

Bizni egallash va ongimizni bu dunyoning cheklovlariga bog'lash

Bizning g'oyalarimiz sizga katta tezlikda uchib kelmoqda

Dunyo, ey Xudo, ichimizda xavotir uyg'otadi

Meditatsiya qilayotganingizda

Bu bizning qalbimizga xavfsizlik va xotirjamlik olib keladi

Sen bizning hayotimizsan

Va siz bizning azizimizsiz

Va bizning mavjudligimizning shirinligi

Sizga chin dildan sajda qilamiz

Ey qalblarimizning Parvardigori

**Sizdan hayotimizni sevgingiz bilan
to'ldirishingizni so'raymiz**

Va o'zingizni bizga ko'rsatish uchun

Va barcha izdoshlaringiz va sevuvchilaringizga

Budda va uning sevgilisi: Ustoz #Paramhansa

O'qituvchi tomonidan ko'proq ma'ruzalar

Paramhansa Yogananda

Quyidagi havolada:

www.swaidayogacom

**Hindistonda Budda ilohiy mujassamlanish
hisoblanadi. U Iso Masihdan taxminan besh yuz yil
oldin yashagan va hind shohining o'g'li bo'lgan.**

**Gautamaning otasi (keyinchalik Budda nomi bilan
tanilgan, ya'ni "ma'rifatli") shahzoda o'g'lini
tug'ilganidan boshlab barcha hashamat va go'zallik
bilan o'rab olgan va uni cheksiz lazzat bilan to'ldirgan.
Gautamaning to'yi shunchalik ulug'vor va dabdabali
bo'lganki, qadimgi qirolliklar hech qachon bunday
to'yga guvoh bo'lmagan.**

**Shu tarzda Gautama ulg'ayib, voyaga yetdi,
atrofdagi dunyo abadiy quvonchli lahzalar va cheksiz
baxtli voqealar maskani ekanligiga ishondi.**

**Lekin shahzoda Gautama saroy darvozalari va
yam-yashil bog'lardan naridagi dunyoni kashf etishga
juda ishtiyoqmand edi. Bir kuni u aravakash
haydovchisi bilan niqoblanib, dunyoni o'zi ko'rish
uchun tashqariga chiqdi.**

**Chiroyli yigit hayotida birinchi marta qari, ojiz
cholni va oxirgi nafasini olayotgan yana bir odamni,**

shuningdek, jonsiz jasadni ko'rib, hayratda qoldi va chuqur ta'sirlandi.

U o'zining sog'lom, tetik tanasiga qarab, uchuvchidan uning tanasi ham bir kun kelib qarib, chirishib, hayot uchqunlarini yo'qotadimi, deb so'radi. Uchuvchi ikkilanib javob berdi:

"Ey shahzoda, barcha inson tanalari kasalliklarga, zaiflikka va qarishga moyil, shuning uchun ularning taqdiri o'limdir."

Buni eshitib, yosh shahzoda yer yuzidagi hayotning illyuziyalari haqida jiddiy o'ylay boshladi. Bir kuni kechasi, xotini va yagona o'g'li uxlab yotganida, Gautama ularga oxirgi marta nigoh tashladi va ko'z yoshlari bilan insoniyatni qayg'u va azobdan abadiy ozod qiladigan va ularga hayot va o'lim sirini chinakam tushunishga imkon beradigan haqiqatni izlab saroyini tark etdi.

Shahzoda zohidlik va o'zidan kechishning ko'plab shakllarini amalda qo'llagan. Aytishlaricha, u yetti yil ro'za tutish va boshqa ma'naviy amaliyotlar bilan shug'ullangan. Nihoyat, Hindistonning Bodh Gaya mintaqasida banyan (anjir) daraxti ostida meditatsiya qilib, u to'liq ma'rifatga erishdi.

Keyin u tanasini oziqlantirish uchun odatiy ovqatlanishni davom ettirdi va butun Hindiston bo'ylab barcha tirik mavjudotlarga - odamlarga, qushlarga va hayvonlarga - mehr-shafqat va teng sevgi tamoyillarini yoydi. Shuningdek, u nirvanaga yoki ruhni reen Karnatsiyadan ozod qiladigan ajralish holatiga erishish umidida dunyoviy narsalarga bog'lanib qolmaslikni maslahat berdi.

Keyinchalik uning izdoshlari uning ta'limotlarini Hindiston, Yaponiya, Xitoy va dunyoning boshqa qismlariga yoyishdi.

Nirvana holati yoki ikkilikning yo'qligi ko'pincha o'zlikni yo'q qilish deb noto'g'ri tushuniladi. Lekin Buddaning nazarda tutgani cheklangan shaxs yoki soxta o'zlikni yo'q qilish edi. Bu tor shaxsni yo'q qilish kerak, toki o'lmas ruh inson tanasiga qaytish siklidan ozod bo'lsin.

Buddistlarning yo'q qilish haqidagi ta'limoti, uni hayotning maqsadi deb hisoblagan, keyinchalik Hindistonda Swami ordenining asoschisi Shankaraning Swami ta'limoti bilan almashtirildi, u hayotning maqsadi o'z-o'zini anglashning yo'q qilinishisiz umuminsoniy ruh bilan baxtli ongli birlikka erishishdir, deb o'rgatgan.

Ustoz Budda va uning shogirdlari turmush qurmagan edilar. Ular Hindistonda sayohat qilayotganlarida, Budda bilan g'alati bir voqea yuz berdi, bu uning shogirdlarini hayratda qoldirdi va ularning ba'zilarini ustozlarining xatti-harakatlariga shubha qilishga majbur qildi.

Buyuk Budda ular bilan daraxt soyasida dam olayotganida, bir ayol ularga yaqinlashdi va Buddaning tanasi va yuziga chidab bo'lmas darajada jalb qilindi, bu esa g'ayrioddiy nur sochardi. U darhol unga oshiq bo'ldi. Ehtirosga to'lib, u qo'llarini ochgan holda uni quchoqlab o'pish uchun yugurdi va: "Ey hayot quvonchi va nuri, yuragim senga bo'lgan muhabbat bilan uradi!" deb baqirdi.

Shogirdlar ustozlarining vasvasachiga: "Azizim, men ham seni sevaman, lekin hozir menga tegma,

chunki vaqt hali kelmagan", - deb javob berganini eshitib hayron bo'lishdi.

U javob berdi: "Sen 'mening sevgim' deysan-u, lekin menga senga tegishni taqiqlaysan!"

Buyuk Budda javob berdi: "Ishonchingiz komil bo'lsin, azizim, keyinroq sizga tegaman, lekin hozir emas Va men sizni qanchalik sevishimni isbotlayman".

Uning so'zlariga ishonmaganini ko'rib, u qo'shimcha qildi: "Mening so'zlaringa ishon, sevgilim va ularga hech qachon shubha qilma, keyinroq, endi seni sevib qolgan oshiqlaring seni tark etganlarida, men sening oldingga boraman".

Uning shogirdlari ustozlarining bu romantik hikoyalarini eshitib hayron qolishdi va ba'zilar ustozlari haqiqatan ham jozibali ayolning tuzog'iga tushib qolgan deb o'ylashdi.

Bu voqeadan bir necha yil o'tgach, Budda shogirdlari bilan meditatsiya qilayotganda, to'satdan xitob qildi: "Men ketishim kerak, chunki mening jozibali sevgilim meni chaqirmoqda, u menga hozir muhtoj va men unga bergan va'damni bajarishim kerak".

U bu so'zlarni aytishi bilan o'rnidan turib yugurib ketdi va shogirdlari uni vasvasaga soluvchi ayolning vasvasasidan qutqarish uchun umidsiz ravishda uning orqasidan yugurib ketishdi.

Nihoyat, buyuk ustoz va uning shogirdlari u vasvasachi bilan bir necha yil oldin uchrashgan daraxtga yetib kelishdi. Ular o'sha daraxt tagida nimani ko'rishdi?

Ular o'sha ayolni yerda yotganini ko'rishdi, uning go'zal tanasi chechak bilan to'lib-toshgan va yomon hidli, yiringli pustulalar bilan to'lgan edi.

Shogirdlar titrab, darhol undan uzoqlashishdi, lekin Budda o'zining mehrli qalbi va chuqur sevgisi bilan uning yoniga o'tirdi, chirigan tanasini ko'tarib, tizzasiga qo'ydi va qulog'iga pichirladi:

"Sevgilim, men seni qanchalik sevishimni isbotlash uchun keldim va senga tegaman degan va'damni bajarish uchun. Men senga samimiy sevgimni isbotlash uchun uzoq vaqt kutdim. Hamma seni sevishni to'xtatganda seni sevaman. Do'stlaring - shonli kunlar - senga tegishni istamaganlarida senga tegaman."

U bu so'zlarni aytganida, darhol uni ayanchli ahvolidan davoladi va shogirdlari oilasiga qo'shilishni so'radi va u iltimosga cheksiz qat'iyat va cheksiz quvonch bilan javob berdi!

Sizga tinchlik bo'lsin

Tasdiqlashlar Umumiy shifo uchun

Har bir tuyg'u, har bir fikr va iroda taxtida,

Ey Rabbim, Sen o'tiribsan va Sen mening borlig'imni kuzatib turasan

Siz fikr, iroda va his-tuyg'usiz

Siz yo'l-yo'riq ko'rsatasiz, har bir fikrni, irodani va hissiyotni boshqarasiz

Shunday qilib, siz ko'rsatmalaringizga muvofiq harakat qilishingiz mumkin

Va ko'rsatmalaringizga amal qiling

Va sizning namunangizga aylaning

Ong ma'badida yorug'lik bor

Sizning nuringiz buyuk tabibdir

Ko'zlarim ilgari ko'rgan narsani hozir ko'ryapman

Mening ma'badim endi yoritilgan, unda hech qanday qorong'ulik yo'q!

Men uxlab qoldim va ma'badning vayron bo'lishini tush ko'rdim

Qo'rquv va johillik o'qlari va xavotir olovi bilan

Siz meni faqat binoning vayronagarchilikda emas, balki butunligini ko'rish uchun uyg'otdingiz!

Men sizga sajda qilmoqchiman, sizni ko'rishni istayman

Mening borlig'imda, yulduzlarda

Tana hujayralarida ular muntazam ravishda ishlaydi

Tanadagi har qanday nuqsonni tuzatadi va tiklaydi

Oh, men sizga qanchalik sajda qilishni orzu qilaman

**Men seni tanamda, atrofimda va butun
mavjudotda ko'raman**

Siz hamma narsada mavjudsiz

Ey Rabbim, Senga bo'lgan sevgim cheksizdir!

Ey Rabbim, Sening irodang men orqali ishlayapti

Mening irodam sizning nuringizning uchqunidir

**Ichimda yorug'lik porlaydi va zulmat orqaga
itaradi**

Men niyat qilaman va xohlayman

Men ishlayman va quraman

Egoim meni boshqarishiga yo'l qo'ymang

Aksincha, siz yo'naltiruvchisiz

Va men tinglaydigan odam sizsiz

Men bunga iroda kuchi bilan erishaman

Tinch-totuv faol

Shunday ekan, irodamni mustahkamla, ey Rabbim

Sizning buyuk irodangiz bilan

Ey Rabbim, bizga aylanaylik

Begunoh kichkina bolalar kabi

Osmon Shohligidan bahramand bo'lganlar kabi

Bizdagi sevgingiz mukammallikdir

Va siz mukammallikdasiz

**Mana shunday qilib biz ham jismoniy, ham ruhiy
jihatdan sog'lommiz**

**Siz hamma joyda mavjudsiz va mukammallik
sizning huzuringizda yashaydi**

Sizning nuringiz tanada porlaydi

**Uning hujayralari sizning nuringizdan sog'lom
foydalanadi**

Xayolimda yashayotganingizni anglab yetay

Jonim va borligim bilan

Tanamning har bir atomi bilan

Menga buni anglatib qo'ying!

**Ey hayotimning jonzoti, sen mukammalsan, sen
hamma narsani qamrab oluvchisan**

Sen mening yuragimdasan va xayolimdasan

Ko'zlarim, yuzim va tanam bilan

**Yurishim uchun oyoqlarimni harakatga
keltiradigan Sensan**

Ikkalasi ham ovoqli

**Sizning kuchingiz - bu sizning tayanchingiz;
sizning faolligingiz - bu sizning kuchingiz**

**Men yiqilmayman, chunki siz meni qo'llab-
quvvatlaysiz**

Men yiqilmayman, chunki

Men sizning kuchingizga ishonaman!

Sen mening tomog'imdasan

**Sen mening bachadonimda va
membranalarimdasan**

Har bir organ yorug'lik bilan porlaydi
Mening umurtqamda sen miltillaysan, porlaysan
U kuchli quvvatga ega, butunlay sog'lom
Sen mening nervlarimdan oqib o'tasan, sof
energiya
U juda yaxshi
Tomirlarimda, arteriyalarimda oqadi
Siz barcha iflosliklarni yo'q qiladigan olovsiz
Bu tanani barcha kasalliklardan tozalaydi
Sen mening sevgilim bo'lganing kabi, men ham
sening sevgilingman
Men sizning huzuringizni xayolimda his qilyapman
U hayot oqimi bilan pulsatsiyalanadi
Tasavvurim barcha chegaralardan tashqariga
chiqsin
Uni har bir mintaqada hech qanday to'siqsiz yoki
cheklovlarsiz uchib o'tsin
Agar kasalliklar haqida o'ylasam, o'zim ham kasal
bo'lib qolishim mumkin
Sog'liq haqida o'ylaganimda, o'zimni
sog'aygandek his qilaman
Har lahza, har soat, har kun
Men o'zimni kuchli his qilyapman, sog'lom his
qilyapman

**Men o'zimni baxtli, g'ayratli va quvnoq his
qilyapman**

Men kasal ekanligimni tush ko'rdim

Men uyg'onib, topganimda kuldim

Ko'z yoshlarim ko'zlarimdan oqmoqda

**Bu quvonch ko'z yoshlari, qayg'u ko'z yoshlari
emas**

Men juda sog'lom va baquvvatman

Kasallik orzulariga qaramay

**Ey Xudo, menga quvonchingni his qilishimga
ijozat ber**

Va men seni va sening borligingni sevaman

Itoatkor bo'lsam ham, o'jar bo'lsam ham

**Men abadiy sizning sevimlingiz bo'lib qolaman,
Rabbim,**

**Menga doim sog'lom ekanligimni his qilishimga
ruxsat bering**

Va men hayotimda baxtliman

Baxtingizni to'ldirishga ijozat bering

**Ey hamma narsani bilguvchi Zot, menga
tushunishga ijozat ber**

Sizning dono irodangiz uchun!

O'z-o'zini tahlil qilish: baxtli hayotning kaliti

Usta Paramhansa Yogananda

Tarjimasi: Mahmud Abbos Masud

Keling, ego chegaralaridan voz kechib, ma'naviy taraqqiyotning cheksiz yaylovlarida sayr qilaylik. Hayot yo'llarida doimo sayohat qilayotgan vaqt karvoni singari, ruh karvoni ham ilohiy ruh ostonasiga qarab yakuniy kengayish yo'llari bo'ylab sayohat qilishi kerak.

Hayotning eng muhim vazifalarini bajarish tashabbusi ko'pincha inson odatlarining vayronalari va qoldiqlari ostida ko'milib qoladi. Inson o'zini bu odatlarning bo'g'uvchi ta'siridan xalos qilishi va orzu qilgan muvaffaqiyat urug'larini hayot tuprog'iga ekishni boshlashi kerak. Hayot eng muhim va asosiy vazifani - mavjudligimizning asl ma'nosi va qadrini kashf etishni amalga oshirganimizda qadr va ahamiyat kasb etadi.

Insonlar hayotning bu dinamik kosmik tasvirlari bexosdan taqdim etilmasligini tushunishlari kerak. Har kuni biz yangi sahnalarni ko'ramiz va har kuni biz insoniyat hayotining asosiy maqsadiga e'tibor qaratish orqali o'rganishimiz kerak bo'lgan yangi saboqlarni keltiramiz: hayot pardasi ortida yashiringan Oliy Zotni tan olish.

Millionlab odamlar hech qachon o'zini tahlil qilish bilan shug'ullanmaydilar. Psixologik jihatdan ularni o'z atrof-muhitining avtomatlashtirilgan mahsulotlariga o'xshatish mumkin. Ular hayotlarini nonushta, tushlik, kechki ovqat, ish, uyqu va u yerga-bu yerga o'yin-kulgi va ko'ngilxushlik izlab borish bilan band qiladilar. Ular nimani qidirayotganliklarini, nima uchun uni qidirayotganliklarini yoki nima uchun to'liq baxt va uzoq muddatli qoniqishni topmaganliklarini bilishmaydi. O'zini tahlil qilmasdan, odamlar atrof-muhit sharoitlari tomonidan

boshqariladigan avtomat bo'lib qoladilar. To'g'ri o'zini tahlil qilish - bu o'z salohiyatini rivojlantirish va rivojlantirishning eng samarali usuli.

O'z-o'zini tahlil qilish halollik va halollik bilan amalga oshirilishi kerak. Buning eng yaxshi usuli - inson o'z fikrlari va intilishlarini har kuni yozib borishi, bu ularga o'zlarining asl qiyofalari bilan bezatmasdan yoki da'vo qilmasdan yuzma-yuz kelishiga imkon berishdir. Ko'pgina odamlar o'z kamchiliklarini ko'ra olmaganliklari uchun yaxshi tomonga o'zgarmaydilar.

Har bir inson o'z muhiti va irsiyatining mahsulidir. Muayyan mamlakatda tug'ilgan odam o'sha mamlakatning o'ziga xos xususiyatlarini namoyon qiladi. Xitoyda yoki G'arb mamlakatida tug'ilgan odam, ehtimol, o'sha mamlakatlar bilan bog'liq xususiyatlar va fazilatlarni namoyon qiladi. Shaxs yashaydigan muhit irsiy omillarning natijasidir: oldingi hayotlarda orttirilgan afzalliklar va istaklar. O'tmishdagi mujassamlanishlardan orttirilgan xususiyatlar shaxsning o'zini topadigan oilada yoki muhitda tug'ilishiga olib keladi.

Mashhur oilalar haqida o'qiganimizda, ko'pincha buyuk insonlarning farzandlari ota-onalari bilan bir xil intellektual darajada emasligini payqaymiz. Insonlardagi bu biologik va genetik nosozlik shubha va savollarni tug'diradi: Nima uchun biz inson hayotida o'simlik va hayvonot olamida kuzatganimizdek natijalarni topmaymiz, bu yerda yaxshi zotlar odatda yaxshi zotlarni keltirib chiqaradi? Javob izlash uchun biz inson hayotining ichki dunyosiga chuqurroq kirib borishimiz kerak.

Adabiyot va fanga ixtisoslashgan oilada adabiyotga mutlaqo qiziqmaydigan bolani uchratish

odatiy hol emas. U adabiyot ixlosmandlari orasida adabiy muhitda tug'ilib o'sganligi rost, ammo u bir xil moyillikka ega emas. Nima uchun va qanday qilib bunday paradokslar yuzaga keladi? Atrof-muhit va irsiyat bu hodisa uchun mantiqiy izoh bermaydi. Ammo bu omillarning barchasi ortida reen Karnatsiya haqiqati yotadi. Biz ma'lum xususiyatlardagi o'xshashlik tufayli ma'lum bir oilada tug'ilganmiz. Ammo oilaning har bir a'zosi mustaqil shaxs bo'lib, o'tmishdagi hayotlaridan kelib chiqqan xususiyatlarga ega. Shu sababli, oila a'zolari o'rtasidagi ba'zi biologik va genetik o'xshashliklarga qaramay, har bir inson boshqalardan xarakter va shaxsiyat jihatidan farq qiladi.

Inson o'zining o'tmishdagi harakatlari bilan belgilanadigan aniq sabablarga ko'ra ma'lum bir oilada va ma'lum bir ijtimoiy yoki milliy muhitda tug'ilishni tanlaydi. Shu nuqtai nazardan qaraganda, inson o'z taqdirining me'mori va taqdirining rejalashtiruvchisidir. Inson bu hayotdagi istaklari va asosiy odatlarini tahlil qilish orqali kelajakdagi hayotida nima bo'lishini ma'lum darajada oldindan aytib berish mumkin.

Ma'naviy o'sish uchun o'zini tahlil qilishning ahamiyati aynan shu yerda yotadi. Ba'zi odamlar fojiali romanlarni o'qishga odatlanib qolishadi, ularni o'zlarining sevimli janri deb bilishadi va umrlarining oxirigacha ulardan zavqlanishda davom etishlarini his qilishadi. Ammo agar ular o'zlarini tahlil qilsalar, bu turdagi adabiyotlarni doimiy ravishda o'qishdan ko'pincha tushkunlikka tushib, asabiylashishlarini aniqlaydilar. Ushbu tushkunlik tufayli ular bu odatni tashlab, buning o'rniga fikrlarini ilhomlantiradigan va his-tuyg'ularini sog'lom va ulug'vor g'oyalar bilan

oziqlantiradigan ma'naviy kitoblarni o'qish odatini rivojlantirishni xohlashlari mumkin. Agar ular bu o'zgarishni amalga oshirsalar, ongli idrok va kuchli qat'iyat tufayli hayotlari ajoyib yangi yo'nalishga o'tganini ko'rishadi.

Agar xohlasak, o'zimizni juda tez o'zgartirishimiz mumkinligi rost, lekin yillar davomida odatlar va naqshlarni o'zgartirish haqiqiy kuch va kuchli iroda talab qiladi.

Chuqur singib ketgan odatni yo'q qilish uchun barcha qat'iyat kuchlari yomon odat zararsizlantirilgunga va uning kuchi yo'q qilinmaguncha teskari yo'nalishda safarbar qilinishi kerak. Ko'pchilik odamlarda buning uchun zarur bo'lgan sabr-toqat va matonat yetishmaydi. Biroq, inson yaratgan yoki qilgan narsasini o'chirib tashlashi yoki yo'q qilishi mumkinligini tushunishi kerak.

O'zingizni tahlil qilganingizda, zaif tomonlaringizni yo'q qilish va bo'lishingiz kerak bo'lgan insonga aylanish istagi kuchli bo'lsin. Halol o'zini tahlil qilish orqali ta'kidlangan kamchiliklarni aniqlaganingizda tushkunlikka tushmang yoki umidsizlikka tushmang; buning o'rniga, buni shaxsiyatingizda nimalarni hal qilish kerakligini aniqlash uchun imkoniyat deb biling.

Fikr endokrin bezlarning mahsuli degan nazariya paydo bo'ldi. Bu tushuncha asossiz. Go'sht va suyak fikrni ishlab chiqara olmaydi. Aql hamma narsaning, ham umumiy, ham o'ziga xos narsalarning bosh me'moridir. Suv sovutish orqali muzga aylangani kabi, fikr kondensatsiya orqali jismoniy shakllarga kiradi. Koinotdagi hamma narsa jismoniy shakllarda

o'ylanadi. Hatto endokrin organ ham fikrlashning miniatyura modelining jismoniy namoyonidir.

Insonning jismoniy va psixologik holati bir-biri bilan chambarchas bog'liq. Masalan, jigar kasalligiga chalingan odamlar ko'pincha asabiylashadi va jahldor bo'lib qolishlari kuzatilgan. Kimdir ortiqcha safro sekretsiyasi yoki jigar faoliyatining buzilishidan aziyat cheksa, u uchratgan har bir kishi bilan tabassum qilishga yoki xushchaqchaq bo'lishga moyil bo'lmasligi mumkin. Buning o'rniga, ular g'azablangan va asabiylashishi mumkin. Fikrlar va his-tuyg'ular jismoniy holatga bog'liq.

Organlar shikastlanganda, bu aqliy kuchga salbiy ta'sir qiladi va bu o'z navbatida zaiflashadi. Ko'p go'sht iste'mol qiladiganlar ko'pincha g'azab va asabiylashishga moyil bo'ladilar. Agar biror kishi bir hafta davomida faqat uzum sharbatini iste'mol qilsa, u o'zini tetik his qiladi va hamma bilan uyg'unlashadi.

Ortiqcha ovqatlanish va yaroqsiz ovqatlarni iste'mol qilish tanada ko'p miqdorda toksinlarni hosil qiladi va ushlab turadi, bu shubhasiz ongga salbiy ta'sir qiladi, uni sust, letargik va osongina asabiylashtiradi. Uzum yoki apelsin sharbati bilan vaqti-vaqti bilan ro'za tutish tanani tozalashga yordam beradi, bu esa o'z navbatida miyani jonlantirishga va uni quvvatlantirishga yordam beradi. Bundan tashqari, haftada bir kun, ba'zan esa uch kun davomida (ro'za paytida suv va sharbat ichish paytida) terapevtik ro'za tutish organizmni to'plangan toksinlar va chiqindilardan tozalashga yordam berishi isbotlangan. Bir vaqtning o'zida uch kundan ortiq ro'za tutish shifokor yoki ro'za mutaxassisi nazorati ostida amalga oshirilishi kerak.

Bir safar men yetmish yoshli bir cholni uchratdim, u yengil kiyim kiygan, paltosiz va paypoqsiz edi, garchi juda sovuq bo'lsa ham. U menga umuman sovuq his qilmasligiga ishontirdi! U tanasini sovuq havoga ko'niktirgan edi. Aql tanaga ongga ta'sir qilganidan ko'ra ko'proq ta'sir qiladi, garchi tananing kimyoviy elementlari doimo ongga ta'sir qilsa ham.

(Izoh: Paramhansa bu kuzatuvni amalga oshirishdan oldin ko'p yillar davomida oziq-ovqat va ovqatlanishning ruhiy salomatlikka ta'siri bo'yicha jiddiy tadqiqotlar olib borilgan edi. Qashshoqlikda o'sgan va to'g'ri ovqatlanishdan mahrum bo'lgan odamlar, shubhasiz, aqliy rivojlanishida nuqsonlar va sekinroq javob berishgan. Bundan tashqari, fan shuni ko'rsatdiki, ba'zi jinnilik turlari (hali ham davolab bo'lmaydigan deb hisoblanadi) vitaminlardan oddiy foydalanish bilan sezilarli darajada yaxshilangan. Shuningdek, ba'zi turdagi depressiya, xavotir va boshqa his-tuyg'ularning sabablari tanadagi kimyoviy elementlarning nomutanosibligiga bog'liq bo'lishi mumkin)

Aql tanaga sezilarli ta'sir ko'rsatsa-da, tanani e'tiborsiz qoldirish oqilona emas. Sog'lom ovqatni nosog'lom ovqatdan ustun qo'yish kerak. Agar vaziyat sizni asabiylashtiradigan odamlar bilan yashashni talab qilsa, vaqti-vaqti bilan atrof-muhitingizni o'zgartirish tavsiya etiladi. Ammo bularning barchasidan ham yaxshiroqi, boshqalarning xatti-harakatlaridan bezovtalanmaslik uchun psixologik holatingizni o'zgartirishdir. O'zingizni o'zgartiring, shunda siz istalgan joyda tinchlik va baxtda yashay olasiz.

Butun dunyo ruhiy kasalliklar shifoxonasiga o'xshaydi. Ba'zi odamlar hasad va hasaddan, boshqalari esa g'azab, nafrat va shahvatdan aziyat chekishadi. Ular o'z odatlari va his-tuyg'ularining qurbonlari. Lekin siz atrofingizda tinchlik yaratishingiz mumkin. O'zingizni tahlil qiling. His-tuyg'ular ong va tanada aniq oqibatlariga olib keladi. Hasad va qo'rquv yuzni oqarib ko'rsatadi, sevgi esa uni yorqin qiladi. Xotirjam bo'la olsangiz, doim baxtli bo'lasiz.

Inson qanday shaklda o'zini rivojlantirishga intilmasin, u o'zining asl mohiyatini tahlil qilish va uning eng yaxshi fazilatlarini rivojlantirishga harakat qilishi kerak. Inson axloqiy, axloqiy, vatanparvarlik, badiiy yoki tadbirkorlik identifikatsiyasiga ega bo'lishi mumkin va hokazo. Agar uning maqsadi eng yuqori axloqiy ideallarga moslashish bo'lsa, u halollik bilan yashashi va barchaga nisbatan xayrixohlik va xayrixohlik niyatlariga ega bo'lishi kerak. Bu fazilatli xulq-atvorning mohiyatidir. O'zini oqlaydiganlarni atrofdagi zaiflarni tanqid qilishga va qoralashga undaydigan narsa mag'rurlikdir. Ammo olijanob xarakterga va tushunchaga ega bo'lganlar boshqalarga hamdard bo'lishadi va ularni johillik va noto'g'ri baho berishdan kelib chiqadigan xatolar uchun qoralamaydilar.

Moddiylikka moyil bo'lganlar ko'pincha keraksiz azob chekishadi. Bunday odamlar o'zini tuta bilishni o'rganishlari kerak, aks holda ular jismoniy dunyoning harakatlanuvchi qismlariga o'xshaydi, kuniga ma'lum miqdordagi sigaret chekishga va ma'lum ovqatlarni iste'mol qilishga majburdirlar. Agar ular qahva yoki tushlikni o'tkazib yuborsalar, bosh og'rig'iga duch kelishadi va faqat ma'lum xususiyatlarga ega

matrasda uxlashlari mumkin. Qulayliklar yaxshi bo'lsa-da, ularga o'zini qul qilishga yo'l qo'ymaslik kerak. Muvozanat juda muhim va agar inson o'zining aqliy, jismoniy va ma'naviy tabiatini muvozanatlashtirmasa, baxtni bilmaydi. Moddiy tabiatning insonning donoligi va idrokiga hukmronlik qilishiga yo'l qo'yish aqlsizlikdir. Yakuniy so'z va yakuniy qaror har doim vijdon va idrokka tegishli bo'lishi kerak.

Sodda hayot va yuksak fikrlar insoniyatning maqsadlari bo'lishi kerak. Biz baxtning barcha unsurlarini o'zimizda olib yurishimiz kerak. Bu meditatsiya va ongimizni doimo yangilanib turadigan ma'naviy quvonch bilan uyg'unlashtirish orqali mumkin. Xudo umuminsoniy baxtdir va U bilan uyg'unlikda biz Uning quvonchini his qilamiz va Uning shirinligini tatib ko'ramiz. Biz hech qachon baxtimizni hech qanday tashqi ta'sirga bog'lamasligimiz kerak. Biz yashayotgan yoki ishlayotgan muhit qanday bo'lishidan qat'i nazar, biz ichki xotirjamligimizni uning ta'siridan himoya qilishimiz kerak. O'zingizni tahlil qiling va kim bo'lishingiz kerak va kim bo'lishni xohlasangiz, o'sha bo'ling. Odamlar kamdan-kam hollarda haqiqiy o'zini tuta bilishni o'rganadilar; buning o'rniga, ular o'zlarining farovonligiga zararli ishlarni qilishadi, ammo baribir o'zlarini baxtli deb hisoblashadi! Ammo ularning baxti xayoliydir. Baxt va muvaffaqiyatning haqiqiy kaliti siz xohlagan narsalarni qilishda, chunki bu sizning burchingiz va zararli ishlardan tiyilishda, chunki ulardan qochish yaxshiroqdir.

Siz ongingizni ko'plab tashvishlar va qiziqishlar bilan band qilmasligingiz kerak. Ular chindan ham muhimligini aniqlash uchun ularni baholang. Vaqt

qimmatlidir va uni behuda sarflamaslik kerak. Bitta foydali kitob o'qish sizning farovonligingizni film tomosha qilishdan ko'ra ancha yaxshilaydi. Men tez-tez aytaman: "Agar bir soat o'qisangiz, ikki soat yozing. Agar ikki soat yozsangiz, uch soat o'ylang. Agar uch soat o'ylasangiz, butun vaqt davomida meditatsiya qiling".

Qayerga borsam ham, men doimo ma'naviy xotirjamlik va osoyishtalikni saqlayman. Kompas strelkasi doim shimolga ishora qiladi. Xuddi shunday, ong hamisha ma'naviy quvonch qutbiga yo'naltirilishi kerak; shunda hech kim sizning xotirjamligingizni yoki muvozanatingizni buzolmaydi.

Inson har kuni avvalgidan yaxshiroq bo'lishga intilishi kerak, aks holda ular sog'liq, ichki xotirjamlik va baxt nuqtai nazaridan orqaga chekinishi mumkin. Nima uchun? Chunki ular o'z fikrlari va harakatlarini nazorat qilish uchun yetarlicha harakat qilmaydilar. Insonlar o'z odatlarini yaratadilar va ularni o'zgartirishlari mumkin. Agar siz o'zingizni salbiy fikrlashga moyil deb bilsangiz, o'zingizni yaxshi odamlar bilan o'rab oling, yaxshi kitoblarni o'qing va meditatsiya qiling. Agar kerak bo'lsa, do'stlaringizni o'zgartirish hayotingizga ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Yaxshi tomonga o'zgarishga qaror qilganingizda, yaxshi muloqot va ijobiy ta'sirlar maqsadlaringizga erishish uchun juda muhim va ajralmas ekanligini unutmang. Atrof-muhitning ta'siri - yaxshi yoki yomon - iroda kuchidan kuchliroq, shuning uchun boshqalar bilan muomala qilganda buni yodda tuting.

O'zini takomillashtirish uchun o'zini tahlil qilish ham muhimdir. Agar o'zingizni jasorat va

qo'rqmasdan tahlil qila olsangiz, boshqalarning tahliliga bardosh bera olasiz va ularning tanqidi sizga ta'sir qilmaydi.

Boshqalarning kamchiliklariga berilib ketadiganlar yirtqichlardir. Dunyo yovuzlikka to'la, shuning uchun yomonlik gapirmaslik, yomonlik o'ylamaslik va yomonlik qilmaslik kerak. Aksincha, inson atirgul kabi mehr-oqibat, sof niyatlar va birodarlik muhabbatining hidini tarqatishi kerak. Odamlar sizning haqiqiy do'stingiz - buzg'unchi emas, balki quruvchi ekanligingizni his qilishlariga imkon bering. Agar siz o'zingizdan yaxshiroq bo'lishni istasangiz, o'zingizni tahlil qiling va ichingizdagi olijanob fazilatlarni rivojlantiring. Mehribon qalb o'z egasi haqida so'zlardan ko'ra ko'proq gapiradi, chunki u boshqalar sezadigan va xatosiz tushunadigan noyob tebranish chiqaradi. Yorug'lik haqida o'ylang, shunda zulmat yo'qoladi. O'rganing, mulohaza qiling va boshqalarga yordam berish va ularning yelkasidan tashvish, og'riq, qo'rquv va adolatsizlik yukini ko'tarish uchun qo'lingizdan kelganini qiling.

Ko'p odamlar hayotda aniq maqsadsiz, maqsadsiz kezib yurishadi. Maqsadingizni aniqlang va unga erishish uchun harakat qiling. O'z-o'zini tahlil qilish va shaxsiy ibodat uchun vaqt ajrating. Kashf etilishi kutilayotgan ko'plab ilhomlantiruvchi narsalar bor, ammo biz ko'pincha vaqtimiz va kuchimizni arzimas narsalarga sarflaymiz. Agar biz buyuk shaxslarning donoligiga e'tibor qaratmasak va ularning nuri bilan boshqarilmasak, baxt kelmaydi. Ularning g'oyalari bizga yordam berish va yo'l-yo'riq ko'rsatish uchun boshqa ma'naviy kitoblar va yozuvlarda mavjud.

Hayot zavqlaridan bahramand bo'lish yaxshi, lekin ichki hayot va o'z-o'zini tahlil qilishning o'rnini bosadigan narsa yo'q, chunki baxt tafakkurga va buyuk aql egalarini kitoblarda saqlangan g'oyalari orqali bilishga bog'liq, xuddi o'zingizni yaxshi va olijanob odamlar bilan o'rab olishga ham bog'liq.

Yolg'izlik tafakkurni sevuvchilar uchun yoqimli, ammo bu o'zingizni odamlardan uzoqlashtirish yoki o'zingizni izolyatsiya qilish degani emas. Agar muloqot qilishni istasangiz, buni chin dildan, barcha sevgingiz va do'stligingiz bilan qiling, toki do'stlaringiz sizning huzuringizda taskin topsin va sizni ko'rishni va yaxshi suhbatingizdan zavqlanishni doimo intiqlik bilan kutsin.

Sizga tinchlik bo'lsin
Samarali tavakkalchilik

Paramhansa Yogananda

Men ziyoratgohga kirib, ustozim Sirri Yuktsuvarga sabzavotlar solingan savatni faxr bilan taqdim etdim va dedim:

"Bu sizga sovg'a, janob! Men o'z qo'llarim bilan ekan va o'sish bosqichlarida onaning go'dak bolasiga mehr bilan parvarish qilgan oltita katta gulkaram."

Shri Yuktisvar minnatdorchilik bilan tabassum bilan javob berdi: "Rahmat, iltimos, uni xonangizda saqlang; menga ertaga maxsus kechki ovqat uchun kerak bo'ladi".

Men yozgi ta'tilni Puri shahriga ustozimning qirg'oqbo'yi hududida o'tkazish uchun kelgan edim. Bu ikki qavatli, quvnoq dam olish maskani Bengal

ko'rfaziga qaragan va ustoz tomonidan shogirdlari yordamida qurilgan.

Ertasi kuni ertalab erta uyg'onib ketdim, sho'r dengiz shabadasi va osoyishta manzaraning jozibasi meni tetiklashtirdi. O'qituvchining meni ohangdor ovozi bilan chaqirayotganini eshitdim, shuning uchun mehr va mehrga to'la gulkaramlarga qaradim va ularni ehtiyotkorlik bilan karavotim ostiga qo'ydim.

O'qituvchi: "Plyajga boraylik", dedi. U oldinga yurdi, men esa bir guruh yosh o'quvchilar bilan uning orqasidan ergashdim. O'qituvchi bizga tanbeh bilan qaradi va dedi:

"Iltimos, qadamlaringizni bir-biriga mos ravishda ushlab, ikki qator bo'lib yuring."

Keyin u bizni itoatkorlik bilan tekshirib ko'rdi va quyidagi mazmunda bir narsa aytib bera boshladi:

Ey bolalar, kuchli bo'linglar va tartibli saflarda yuringlar!

O'qituvchining yosh o'quvchilarining nafis qadamlariga qanchalik ravonlik bilan yetib bora olganidan hayratda qoldim.

O'qituvchi ko'zlarimga tikilib: "To'xta! Zohidxonaning orqa eshigini yopdingizmi?", dedi.

Men javob berdim: "Menimcha, janob"

Seri Yuktsuvar bir necha daqiqa jim qoldi, lablarida zaif, deyarli bosilgan tabassum paydo bo'ldi, keyin nihoyat dedi:

"Yo'q, men muqaddas meditatsiya jismoniy ovqatlanishni e'tiborsiz qoldirish uchun bahona

sifatida ishlatilmasligi kerakligini e'tiborsiz qoldirdim."

Men uni hazillashyapti deb o'ylagandim, lekin u qo'shimcha qildi: "Oltita gulkaramingiz tez orada beshtaga aylanadi".

Biz ustoz aytganidek qaytib keldik va marosim o'tkaziladigan joyga yaqinlashganimizda u shunday dedi:

"Bir oz kutib turing. Qarang, Mukunda (Paramhansa), chap tomoningizda, hovlining narigi tomonida, yo'lga qarab. Tez orada kimdir u yerga keladi va sizning jazongizga sababchi bo'ladi."

Men bu noaniq gaplardan g'azabimni yashirdim. To'satdan yo'lda bir qishloq aholisining g'alati raqsga tushayotganini va qo'llari bilan bema'ni imo-ishoralar qilayotganini ko'rdim. Qiziquvchanlikdan deyarli karaxt bo'lib qoldim va bu mutlaqo bema'ni manzaraga diqqat bilan tikilib qoldim. Odam bizning ko'zimizdan g'oyib bo'lish arafasida, Shri Yuktsvar: "Endi u qaytib keladi", dedi.

Qishloq aholisi darhol yo'nalishini o'zgartirib, dafn marosimining orqa tomoniga yo'l oldi. Qumli yo'ldan o'tib, u o'qituvchim aytganidek, men qulflamagan orqa eshikdan binoga kirdi. Birozdan so'ng, u mening qimmatbaho gulkaramlarimdan birini ko'tarib chiqdi, uning mag'rurligi hurmat va izzat bilan qadam tashlaganida yaqqol ko'rinib turardi.

Men jabrlanuvchi sifatida ishtirok etgan bu kulgili sahna meni o'g'rini ta'qib qilishdan to'xtata olmadi, uni g'azab bilan ta'qib qildim. Yo'lning yarmiga zo'rg'a yetib borgan edim, Shri Yuktisvar boshdan oyoq

qahqahadan titrab, meni chaqirdi va kulgi orasida qaytib kelishimni so'radi, deb tushuntirdi u:

"Bechora yigit gulkaramni juda xohlayotgan edi. Shuning uchun, siz yaxshi parvarish qilmagan gulkaramlaringizdan birini olish unga zarar qilmaydi deb o'yladim!"

Men xonamga yugurib bordim va o'g'ri sabzavotlarni yaxshi ko'rishini bildim, chunki u mening oltin uzuklarimga, soatimga yoki adyolga sochilib ketgan pullarimga tegmagan edi. Buning o'rniga, u karavot ostiga yashiringan gulkaram savatiga kirib, yuragining istagini bajo keltirdi.

O'sha kuni kechqurun men Shri Yuktvardan menga o'sha voqeani tushuntirib berishini so'radim, bu voqea ba'zi hayratlanarli jihatlardan xoli emas edi. O'qituvchi sekin bosh chayqab dedi:

"Bir kuni fan tez orada bir qator noma'lum qonunlarni kashf etishini tushunasiz."

Bir necha yil o'tgach, radio mo'jizalari to'satdan hayratga tushgan dunyoga kelganida, ustozning bashorati esga olindi. Makon va vaqt haqidagi eski g'oyalar abadiy yo'q bo'lib ketdi, chunki hozirda global radio (va sun'iy yo'ldosh) kanallarining ko'pligi yetib bormaydigan birorta ham uy yo'q, qanchalik kichik bo'lmasin. Hatto eng aqlsiz onglar ham insoniyatning o'ziga xos xususiyatlaridan biri - mavjudlikning yaxlitligining rad etib bo'lmaydigan isboti oldida ochildi va kengaydi.

Gulkaram haqidagi kulgili ertakni radio bilan taqqoslash orqali tushunish mumkin. Mening o'qituvchim to'liq uzatuvchi va qabul qiluvchi edi.

Fikrlar faqat nozik, efir tebranishlaridan boshqa narsa emas. Xuddi sezgir radio hamma joyda efirga uzatiladigan minglab odamlar orasidan ma'lum bir dasturni tanlaganidek, Shri Yuktisvar ham bu dunyoda efirga uzatiladigan son-sanoqsiz insoniy fikrlar orasidan bitta fikrga - gulkaramga berilib ketgan ahmoqning fikriga - sezgir edi. Biz plyajga qarab yurganimizda, o'qituvchi oddiy qishloq aholisining xohishini sezdi va darhol uni amalga oshirish uchun harakat qildi. O'qituvchimning muqaddas ko'zi o'quvchilardan oldin raqsga tushayotgan odamni ko'rdi. Men zindon eshigini qulflashni unutib qo'yganim o'qituvchiga meni sevimli o'simliklarimdan biridan mahrum qilish uchun qulay bahona berdi. Shunday qilib, qabul qiluvchi sifatida ishlagan Shri Yuktisvar uzatuvchi sifatida ham ishladi. Bu rolda o'qituvchi qishloq aholisini qadamlarini orqaga qaytarishga va bitta gulkaram olish uchun ma'lum bir xonaga borishga yo'naltira oldi.

Aql-idrok qalbning yo'lboshchisidir va insonda xotirjamlik lahzalarida chinakam namoyon bo'ladi. Deyarli har bir inson tushunarsiz ichki sezgini boshdan kechirgan yoki o'z fikrlarini boshqa odamga samarali yetkaza olgan.

Xavotirning chalg'ituvchi omillaridan xoli bo'lgan inson ongi radioning barcha murakkab funktsiyalarini bajarish qobiliyatiga ega: fikrlarni uzatish va qabul qilish hamda keraksizlarini filtrlash. Radiostansiyaning uzatish kuchi u foydalanadigan elektr energiyasi miqdoriga bog'liq bo'lgani kabi, inson ongi ham, radio kabi, har bir insonning irodasiga bog'liq.

Barcha fikrlar olamda abadiy yo'qolib qoladi. Chuqur diqqatni jamlash orqali ma'rifatli o'qituvchi har qanday odamning, tirik yoki o'likning fikrlarini yozib olishi va o'qishi mumkin. Fikrlar individual emas, balki universal kelib chiqishga ega. Haqiqatlarni yaratish mumkin emas, balki kashf qilish mumkin. Kichik yoki katta bo'lgan yolg'on fikrlarni ajratish qobiliyatining yetarli emasligidan kelib chiqadi. Yoga maqsadi ongni tinchlantirishdir, shunda u ichki ovozning xatosiz yo'l-yo'riqlarini buzilish yoki chalkashliksiz eshita oladi.

Radio va televideniye bir vaqtning o'zida uzoqdagi boshqa odamlarning ovozlari va tasvirlarini millionlab odamlarning uylariga olib kirdi. Bu insoniyatning umuminsoniy ruh ekanligining birinchi ilmiy ko'rsatkichi edi. Ko'r-ko'rona sub'ektivlik insoniyatning mohiyatini egallashga va egallashga har qanday yo'l bilan urinsa ham, u makonning ma'lum bir nuqtasi bilan chegaralangan tana emas, balki umuminsoniy mavjudlik ruhidir.

Shu munosabat bilan, fiziologiya bo'yicha Nobel mukofoti sovrindori Charlz Robert Richet quyidagilarni yozgan:

"Aqlga sig'maydigan tabiiy hodisalar hali ham sodir bo'lishi juda g'alati va hayratlanarli. Ular aniqlangandan so'ng, ular bizni o'tgan asrda fan hayratga solganidan ko'ra ko'proq hayratda qoldirmaydi. Hozir biz osongina qabul qiladigan hodisalar bizni hayratda qoldirishni to'xtatadi deb o'ylashadi, chunki ular tushunarli bo'lib qoldi. Ammo bu unday emas. Agar ular endi bizni hayratda qoldirmasa, bu biz ularni tushunganimiz uchun emas, balki ular tanish bo'lib qolgani uchundir. Agar biz

tushunarsiz hamma narsadan hayratda qolishni istasak, unda biz hamma narsadan hayratda qolishimiz kerak: havoga otilgan toshdan, katta eman daraxtiga aylanadigan dukkakli o'simtadan, qizdirilganda kengayadigan simobdan va magnit tomonidan tortiladigan temirdan."

"Bugungi kunda ilm-fan endi murakkab emas. Avlodlarimiz chiqaradigan hayratlanarli va kutilmagan faktlar endi bizga yaqin va bizga tikilib turibdi, garchi biz ularni ko'rmasak ham. Lekin biz ularni ko'rmayapmiz deyishning o'zi yetarli emas: biz ularni ko'rishni xohlamaymiz, chunki kutilmagan va notanish fakt paydo bo'lishi bilan biz uni qabul qilingan bilimlarning umumiy doirasiga kiritishga harakat qilamiz va agar kimdir bundan keyin tajriba o'tkazishga jur'at etsa, g'azablanamiz!"

Manba: Yogi kundaligi: Avtobiografiya

Sening yashirinib yurganingni ko'rdim

Men bir gulga tikilib ibodat qildim va darhol Seni ko'rdim, ey Ilohiy Ruh, unda yashiringan. U Sening huzuringning xushbo'y hidini sochardi, gulbarglari sening pushti begunohliging bilan qoplangan va qalbi donoliging oltini bilan porlagan edi.

Va men sizning keng qamrovli kuchingizni uning ingichka poyasi va yam-yashil barglarini qo'llab-quvvatlayotganini ko'rdim. Hayot va abadiyat sirlariga kelsak, men ularning gulchang changida uxlab yotganini ko'rdim va sizning cheksiz teginishingiz asalarilarga ilhom berdi va uning ko'kragini qizdirdi, shuning uchun u sizning shirinligingizni ho'play boshladi.

Yaratganingning mo''jizalari haqida menga bilim ber va yo'l chetida o'sadigan eng kichik begona o'tlar orasida ham yashiringan cheksiz sirlaringni menga ochib ber.

Abadiyatdan pichirlaydi

Tabiatni bo'ysundirish yoki zararli xususiyatlarni yengish

Temperamentni aniqlash oson emas, lekin biz uning nima ekanligini bilamiz. Agar siz bezovtalik va g'azab holatida bo'lsangiz, xatti-harakatlaringiz normal emas va siz bo'lishingiz kerak bo'lgan odam emassiz. Natijada, siz o'zingizni xafa va chekinib qolgan his qilasiz. Va inson o'z harakatlari va reaksiyalari orqali o'zini baxtsiz qilishidan ko'ra ahmoqroq narsa bo'lishi mumkinmi?

Hech kim baxtsizlikni yoqtirmaydi. Keyingi safar kayfiyati g'amgin bo'lganida, inson o'zini tahlil qilishi kerak emasmi? Agar shunday qilsa, ular o'zlarini ixtiyoriy ravishda baxtsiz qilayotganini ko'rishadi. Bunday g'amgin holatda bo'lganlarida, atrofdagilar ularning qayg'usini sezishadi va ular bilan muloqot qilishdan qochishadi.

Inson qayerga bormasin, u so'zsiz ko'p gapiradi, chunki ularning umumiy kayfiyati ko'zlarida aks etadi va ularga qaragan har bir kishi ulardan chiqayotgan salbiylikni his qiladi. Ko'zlarida aks etgan qorong'u, yomon niyatli his-tuyg'ularni ko'rib, boshqalar rad etiladi va o'zlarini bu bezovta qiluvchi tebranishlardan uzoqroq tutishni afzal ko'radi. G'azabni ko'zlardagi aksini o'chirishdan oldin, avval uni ong oynasidan chiqarib tashlash kerak.

Bu dunyoda inson shisha uyda yashaydi, boshqalarga ochiq, o'zini tuta olmaydi yoki da'vo qila olmaydi. Shuning uchun u tabiiy hayot kechirishi kerak. Nima uchun unga hurmat va hayrat

bag'ishlaydigan tarzda harakat qilmaslik kerak? Nima uchun uning ko'zlaridagi olijanoblikni va yuzidagi quvonchni ko'rmaslik kerak? Insonning barcha yaxshi fazilatlari va fazilatlari ichkarida, qorong'ulik va baxtsizlik qatlami ostida yashiringan.

Nafaqat boshqalar uning xatti-harakatlarini payqashadi, balki u ham ularning xatti-harakatlarini kuzatadi. Chunki u atrofidagilarni doimiy ravishda kuzatib borish natijasida o'zini boshqalar bilan solishtirishga moyil bo'ladi, u psixologik baxtsizlikka duchor bo'ladi yoki bu dunyoda duch kelayotgan davom etayotgan qiyinchiliklar tufayli xafa bo'lib, bezovtalanishi mumkin. Temperament ko'pincha atrof-muhit ta'sirining natijasidir. Har birimiz atrofimizdagi dunyodan turli yo'llar bilan ta'sirlanamiz. Lekin tashqi sharoitlar tufayli o'zimizni tushkunlikka tushirishga yo'l qo'ymasligimiz kerak. Va nima uchun atrofimizdagi bezovta qiluvchi ta'sirlarning yukini ko'tarishimiz kerak?

Ba'zi odamlar muammo yoki vaziyatga duch kelmaslik uchun salbiy his-tuyg'ularni namoyon etishga murojaat qilishadi. Biroq, bu salbiy xatti-harakatlar na qochish, na hissiy xavfsizlik to'ri emas. Vaqti-vaqti bilan qayg'u va melanxoliyaga berilib ketish tabiiy hol, ammo bu his-tuyg'ular sizni boshqarishiga yo'l qo'ymaslik kerak.

Har bir shaxsiy xususiyatning o'ziga xos asosiy sababi bor. Xususiyatni yo'q qilish uchun uning sababini aniqlash kerak. Shaxsiyatingizni tushunish va agar u zararli bo'lsa, uni qanday hal qilish va tuzatishning to'g'ri yo'lini o'rganish uchun har kuni to'xtab, mulohaza yuritish, fikrlaringiz va motivatsiyalaringizni o'rganish juda muhimdir. Siz o'zingizni befarqlik holatida topishingiz mumkin, boshqalarning biron bir taklifini ko'rib chiqishni

istamaysiz. Bunday vaziyatda ijobiy va qiziqarli tajribalarni rivojlantirish uchun ongli ravishda harakat qilish juda muhimdir. Taraqqiyotga to'sqinlik qiladigan va iroda kuchini falaj qiladigan befarqlikdan ehtiyot bo'ling.

Yoki odam kasallik tufayli tushkunlikka tushib, sog'lig'ini tiklashga qodir emasligiga ishonib, tushkunlikka tushishi mumkin. Bu holda, axloqiy va axloqiy asoslarga asoslangan sog'lom va samarali hayotni yaratish uchun sog'lom turmush tarzi tamoyillaridan foydalanish kerak. Bundan tashqari, Uning shifobaxsh kuchiga ko'proq ishonch hosil qilish uchun Xudoga ibodat qilish kerak.

Agar biror kishi o'zini muvaffaqiyatsizlikka uchraganiga va hech narsada muvaffaqiyat qozona olmasligiga ishontirgan bo'lsa, unda muammo tahlil qilinishi va u barcha kerakli sa'y-harakatlarni qilganmi yoki yo'qmi aniq bo'lishi kerak.

Xudo butun koinotni eng kichik va eng mayda detallarigacha boshqaradi va insoniyat Uning suratida yaratilgan. Shuning uchun biz muvaffaqiyatsizlik uchun bahona yoki oqlov topa olmaymiz. Qanchalik mashaqqatli bo'lmasin, ishdan qo'rqmang, chunki ish tanani "mustahkamlaydi" va hech kimga zarar yetkazmaydi. Biroq, inson ishlashni va xotirjam fikrlashni o'rganishi kerak. Agar siz ham g'ayratli, ham xotirjam bo'lsangiz, xohlagan narsangizga erishishingiz mumkin, chunki ongingiz tiniq.

Muvaffaqiyatga erishish uchun zarur kuch sarflamaslikdan tashqari, ko'pchilik odamlar aqliy jihatdan ham faol emaslar. Ular ko'p vaqtni o'ylamasdan o'tkazadilar. Ba'zilar buni dam olish va yengillik deb hisoblashadi. Ammo haqiqiy yengillikda ong ham faol, ham xotirjam bo'ladi. O'sha sokin daqiqalarda Xudo, go'zal manzara yoki yoqimli tajriba

haqida o'ylash mumkin. Ijobiy, xotirjam aqliy mehnat tetiklantiruvchi va tetiklantiruvchi. Shunga qaramay, ko'p odamlar ijodiy harakatni stress bilan adashtirib, tarang, asabiy holatda ishlaydilar.

Ijodiy fikrlash nosog'lom temperamentlarga qarshi eng yaxshi vositadir. Bu temperamentlar inson salbiy yoki bezovta holatda bo'lganida ongni egallab oladi. Ong ijobiy fikrlardan xoli bo'lganda, uning egasi tushkunlikka tushib, xavotirlarga to'lib ketadi. Depressiya va xavotir bilan birga shayton ham keladi, u o'sha odamning fikrlarida joylashadi va egasi ustidan to'liq nazoratni amalga oshiradi!

Shuning uchun, do'stim, ijodiy g'oyalarni rivojlantirish ustida ishleng. Jismoniy ish bilan band bo'lmaganingizda, ongingizda ijodiy ish qiling. Stress va xavotir haqida o'ylashga vaqt qolmasligi uchun uni band qiling.

Ijodiy fikrlash hayratlanarli va ajoyib, xuddi boshqa dunyoda yashash kabi. Har bir inson bu qobiliyatni rivojlantirishi kerak. Men ma'ruzalarimning bir so'zini ham o'ylab ko'raman - va bu ulardan biri - ularni o'qishdan oldin. Lekin mavzuni chuqurroq o'rganishim bilan, ruhim menga ajoyib narsalar haqida gapira boshlaydi. Ijodiy fikrlaganingizda, tanani yoki bezovtalangan his-tuyg'ularni his qilmaysiz, chunki o'sha daqiqalarda siz ilohiy ruh bilan uyg'unlikda bo'lasiz.

Bizning aql-zakovatimiz ilohiy, ijodiy aql-zakovat timsoli bilan shakllanadi, bu orqali hamma narsa mumkin bo'ladi. Agar biz bu ongda yashamasak, biz murakkab xususiyatlar to'plamiga aylanamiz. Ijobiy, ijodiy fikrlash orqali biz bu xususiyatlarni yengib chiqamiz. Bundan tashqari, ijodiy fikrlash orqali biz o'zimizning barcha savollarimizga va boshqalarning savollari va muammolariga javob va yechim topamiz.

Yomon fe'l-atvor saratonga o'xshaydi, ichki xotirjamlikni kemiradi. Aynan shuning uchun ham qattiq fe'l-atvorli odamlar qiyinchilik va muammolardan qochib qutula olmaydilar.

Insonning ahvoli qanchalik og'ir bo'lmasin, ular umidsizlikka tushmasliklari kerak. Ular o'z fikrlarida g'alaba qozonishlari mumkin. O'zgaruvchan fe'l-atvorli odam muvaffaqiyatsizlikka uchraganda, u qo'llarini ko'tarib, mag'lubiyatni tan oladi. Ammo ongini buzmagani odam hayot jangida haqiqiy g'olibdir, hatto atrofdagi dunyo vulqon kabi g'azablansa ham.

Inson qamoqda bo'lishni yoki ozod bo'lishni xohlaydimi? Agar ular o'zlarini fe'l-atvori bilan juda qattiq cheklab qo'ysalar, hayot qiyinchiliklariga dosh bera olmaydilar. Salbiy kayfiyat onglarini chalkashtirib yuborgandan so'ng, ularning irodasi zaiflashadi va qat'iyati susaydi. Temperamentga moyilliklar miyani chalkashlik va hayrat tumaniga o'rab oladi, sog'lom fikrlashga xalaqit beradi va barcha sa'y-harakatlarni behuda qiladi.

Inson qanchalik qo'pol va yoqimsiz ko'rinmasin, o'z jahlini yengishi mumkin. Birinchidan, ular endi xafa va g'azabli bo'lmaslikka qaror qilishlari kerak. Agar ularning qat'iyatiga qaramay, kayfiyat o'zgarishi yuz bersa, ular bu qanday paydo bo'lganini tushunish uchun buni tahlil qilishlari va bu borada konstruktiv ish qilishlari kerak.

Bundan tashqari, hech narsa beparvolik bilan emas, balki ehtiyotkorlik va chuqur aqliy diqqat bilan bajarilishi kerak. Biz ijodiy faoliyat bilan shug'ullanishimiz kerak, chunki Xudo bizga cheksiz salohiyat bergan. Zaiflashtiruvchi va nosog'lom fikrlarga berilib, psixologik muvaffaqiyatsizlikka taslim bo'lish uchun qanday asos bor? Haqiqiy taraqqiyot g'ildiraklarida tormoz vazifasini

bajaradigan halokatli psixologik holatlardan xalos bo'lish kerak. Agar g'ildiraklar tormozlardan ozod bo'lmasa, harakat va taraqqiyot imkonsizdir. Har kuni ertalab o'zingizga Xudo siz bilan ekanligini va qanday qiyinchiliklarga duch kelsangiz ham, ularni yengib o'tishga qodir ekanligingizni eslatib turing. Siz Oliy Ruh kuchlarining qonuniy merosxo'risiz va shuning uchun siz vaziyatlardan kuchliroq va voqealardan buyukroqsiz.

Aqlli, aqlli bola oson muammolarni hal qilishni yoqtirmaydi; u qiyinlarini yaxshi ko'radi. Lekin ko'p odamlar hayot qiyinchiliklaridan qo'rqishadi. Men ulardan hech qachon qo'rqmaganman, chunki men har doim: "Xudoyim, ichimdagi kuchingni oshir, meni ijobiy fikrlash tarzida saqla, toki Sening yordaming bilan men har doim qiyinchiliklarimni yengib o'ta olaman", deb ibodat qilganman.

Muammo haqida boshqa o'ylay olmaganingizcha konstruktiv o'ylang. Muammo bilan shug'ullanayotganimda, uni hal qilishning barcha mumkin bo'lgan bosqichlarini ko'rib chiqish uchun bor kuchimni sarflayman, toki samimiy va chin dildan: "Men qo'limdan kelganini qildim va men qila oladigan yagona narsa shu", deb ayta olgunimcha. Keyin muammo haqida unutam.

Muammolarga ko'p e'tibor qaratadigan odam asabiylashadi va osongina xafa bo'ladi. Bunga yo'l qo'ymang. Muammo yuzaga kelganda, unga e'tibor qaratish o'rniga, uni hal qilishning barcha mumkin bo'lgan usullarini o'ylab ko'ring. Agar o'zingizni aniq o'ylay olmasangiz, tashvishlaringizni boshqalar duch keladigan shunga o'xshash muammolar bilan taqqoslang va ularning tajribasidan o'rganib, muvaffaqiyatsizlikka va muvaffaqiyatga olib boradigan yo'llarni aniqlang. Eng mantiqiy va real

ko'rinadigan qadamlarni tanlang va ularni amalga oshirishga sodiq qoling. Koinotning butun kutubxonasi sizning ichingizda saqlanadi. Bilmoqchi bo'lgan hamma narsa allaqachon mavjud. Buni ochib berish uchun siz shunchaki ijodiy va innovatsion fikrlashingiz kerak.

Qo'pol fe'l-atvor tushunishni susaytiradi va his-tuyg'ularni qattiqlashtiradi, bu esa insonning boshqalar bilan til topishishini imkonsiz qiladi. Uy hayoti boshpana bo'lishi kerak, ammo qo'pol fe'l-atvor uni fojiali do'zaxga aylantiradi. Er uyga qaytganda, xotinini tushkun kayfiyatda ko'radi, bu esa u bilan muloqot qilishni imkonsiz qiladi. Yoki u yomon kayfiyatda qaytishi mumkin, bu esa u bilan fikr almashishni imkonsiz qiladi. Qo'pol fe'l-atvor tufayli odamlarga ko'p muammolar tug'iladi. Oila a'zosi g'azabdan qaynab turgan yoki befarq bo'lganida, siz darhol uning fe'l-atvoridan ta'sirlanasiz. Yoki ehtimol siz quvonchga to'la odamni ziyorat qilasiz, lekin uni bahslashadigan va xafa qiladigan odam deb bilasiz, bu sizning baxtingizni darhol ko'z yoshingizga aylantiradi va sizda ham shunday javob berishni xohlaydi. Boshqalarning fe'l-atvori sizga zarar yetkazishiga yo'l qo'ymang.

Qasos olish oson, lekin sevgini taklif qilish boshqalarning g'azabini tinchlantirish va ularning zararini oldini olishning eng yaxshi usulidir. Sevgi sof bo'lishi kerak, chunki u qalbdan chiqqanda sehrli ta'sirga ega bo'ladi.

Sevgimiz befarqlik bilan qarshi olinsa ham, oqibatlari haqida o'ylamasligimiz kerak. Sevgi nafratdan kuchliroq va uning ta'siri kuchli va hayratlanarli.

Bilasizmi, qalbingizda ulug'vor bog' bor? Sevgi, mehr-oqibat, tushunish va tinchlik xushbo'y hidli

ajoyib fikrlar bog'i - go'zalligi va zavqi barcha yer yuzidagi gullar va xushbo'y o'tlardan ustun bo'lgan bog'. Kimdir sizni g'azab bilan noto'g'ri tushunganda, siz xushbo'y gul yaratasiz va siz doimo sevgini taqdim etasiz. Bu sevgi va tushunishning xushbo'y hidi har qanday tabiiy atirguldandan ko'ra uzoqroq va sof emasmi? Shuning uchun, har doim ongingiz bog' ekanligini yodda tuting va uni sof, muqaddas fikrlar bilan go'zal va xushbo'y tuting. Uning nafratning jirkanch xususiyatlariga to'la loyqa botqoqqa aylanishiga yo'l qo'ymang. Agar siz samoviy xushbo'y hid bilan to'ldirilgan tinchlik va sevgi gullarini o'stirsangiz, ruhiy ong asalari sizning bog'ingizga jalb qilinadi. Asalari faqat eng shirin asal chiqaradigan gullarni izlaganidek, hayotingiz shirin, pushti fikrlarga to'lganida Xudo ham sizga tashrif buyuradi. Yaxshi ruhiy fazilatlar bog'ingizda yomonlik va g'azabning zararli, chirigan begona o'tlarining o'sishiga yo'l qo'ymaslikka qaror qiling. Gullaydigan gullar kabi muqaddas fazilatlarni qanchalik ko'p rivojlantirsangiz, Xudo sizning ichingizda muqaddas borligini shunchalik ko'p ochib beradi.

Sharq donolik matnlarida aytilishicha, do'st va dushman oldida xotirjam va xotirjam bo'lgan, iliqlik va sovuqlik, zavq va azobning ikkilanishidan ta'sirlanmagan inson Xudo uchun juda qadrlidir. Qo'pol va shafqatsiz tabiatlilarga doimiy ravishda sevgi, qo'rquv va tashvishlar bilan qiynalganlarga tinchlik, achchiq fe'l-atvorlilarga shirinlik, baxtsizlik va baxtsizlik bilan qiynalganlarga quvonch bag'ishlash va xato va gunoh yo'lidan adashganlarga o'rnak bo'lish orqali siz ongingizni foydali va ijodiy ishlarga bag'ishlash orqali salbiy xususiyatlarni yengasiz.

Men tez-tez aytaman: "Agar bir soat o'qisangiz, ikki soat yozing; agar ikki soat yozsangiz, uch soat o'ylang; agar uch soat o'ylasangiz, doimo meditatsiya qiling".

Xudo barcha baxtning manbaidir va kundalik hayotimizda Unga erishish mumkin. Ammo inson ko'pincha baxtsizlikka olib keladigan narsalar bilan band bo'ladi. Meditatsiya yomon odatlardan xalos bo'lish va ajoyib dunyoda yashashning eng yaxshi usuli - buyuk donishmand "Ey Rabbim, men Sening muborak ismingni kuylayotgan edim va o'zimni Senda yo'qotib qo'ydim!" deganida anglagan dunyoga o'xshash dunyo. Men bu ongga qaytganimda, eski tanamni tark etib, Sen menga bergan yangi tanada ekanligimni angladim!

Hindistonda yana bir avliyo haqida shunga o'xshash hikoya bor. Bir yigit endigina vafot etgan edi va uning jasadi olovga olib ketilayotgan edi. Motam tutganlar olov yoqmoqchi bo'lganlarida, to'satdan bir chol paydo bo'lib, yugurib kelib: "To'xtang! Olov yoqmang! Men o'sha jasaddan foydalanaman!" deb baqirdi. U bu so'zlarni aytishi bilanoq, cholning jasadi yerga o'lik holda yiqildi, yigit esa olov uyumidan turib, o'rmon tomon shoshildi. Chol buyuk avliyo edi va yangi tug'ilgan chaqaloqning jonsiz tanasida hayotga qaytish orqali ibodatini to'xtatishni istamadi, shuning uchun u ruhiy amaliyotlarini davom ettirish uchun yigitning jasadidan foydalanishga qaror qildi.

Hayot va o'lim haqida kashf etilishi kutilayotgan ko'plab ajoyib narsalar mavjud. Meditatsiya - bu biz ilohiy tabiatimiz bilan uyg'unlikda va Xudoga muvofiq yashashimiz kerak bo'lgan yo'l. O'lim insoniyatni dahshatga soladi, chunki u Xudoni hayotimizdan uzoqlashtirdi.

Barcha og'riqli narsalar bizni dahshat va qo'rquvga to'ldiradi, chunki biz dunyoni uning ma'nosi va maqsadini tushunmasdan sevamiz. Lekin biz hamma narsada Xudoni ko'rganimizda, qo'rquv yo'qoladi. Biz har doim hayotda ham, o'limda ham "tug'ilamiz". Aslida, o'lim noto'g'ri atama, chunki o'lim degan narsa yo'q. Hayot charchaganida, biz qalin tanani tashlab, yumshoq, efir dunyosiga qaytamiz.

O'lim degani singan qismlari bo'lgan arava o'lik arava, chunki u o'z nihoyasiga yetdi. Ammo o'lmas ruh yo'qolmaydi. Har kecha biz uxlayotganimizda, ruh jismoniy tanadan bexabar holda efir tanada yashaydi. Agar jismoniy ongini yo'qotish o'limni anglatadi, ruh biz uxlayotganimizda o'ladi. Lekin biz uxlayotganimizda ham o'lmaymiz, hushimizni butunlay yo'qotmaymiz, chunki uyg'onganimizda, uyqumiz tinch yoki noqulay bo'lganini eslaymiz. Xuddi shunday, biz o'limdan keyin ham o'lmaymiz.

Ongining qotib qolishiga yo'l qo'yganlar chindan ham o'likdirlar. Hayot sirini hal qilish uchun siz har kuni qayta tug'ilishingiz kerak. Bu har kuni o'zingizni qandaydir tarzda yaxshilashga intilishni anglatadi. Eng muhimi, biz Xudodan bizga donolik berishini so'rab ibodat qilishimiz kerak, chunki donolik bilan hamma narsa keladi.

O'zimizni takomillashtirish va boshqalarga foyda keltirish uchun tushunish, ijodiy fikrlash va konstruktiv, foydali harakatlar rivojlantirish kerak. Xudoning Shohligiga kirishga intilgan har bir kishi boshqalarga har kuni qo'lidan kelganicha yordam berishi kerak. Ushbu yo'ldan borish orqali inson istalmagan xususiyatlarni yo'q qiladigan yorqin quvonchni boshdan kechiradi. Bu quvonch, shuningdek, aqliy, jismoniy va ma'naviy taraqqiyotning aniq ko'rsatkichidir. Shubhasiz, yuqori

darajalarga erishiladi, chunki bu Xudoning Shohligiga olib boradigan yo'ldir.

Temperamentni yengish uchun barcha sa'y-harakatlarni qilish kerak, chunki inson tushkunlik va xafa bo'lishni his qilishi bilanoq, o'zining tuprog'iga xato urug'ini sepadi.

Yomon odatlarga berilib ketish asta-sekin o'limdir. Ammo barcha tashvishli va qayg'uli sinovlarga qaramay, har kuni quvnoq va nekbin bo'lishga intilish ulug'vor qayta tug'ilishni anglatadi. Agar bu insoniy qayta tug'ilish ulug'vor ma'naviy qayta tug'ilishga aylanmasa, insonning yangilanishi mumkin emas; ular turg'unligicha qoladi.

Temperament yuqumli. Xavotir va tushkunlik paytida esa, bu aholining katta qismiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Hayotdagi baxtsiz hodisalarni juda jiddiy qabul qilmaslik kerak. Yo'lingizga tushishi mumkin bo'lgan har bir baxtsizlikdan xafa bo'lishdan va afsuslanishdan ko'ra, ozgina kulganingiz ma'qul.

Nekbin bo'lish va doim tabassum qilishga harakat qilish ajoyib

Inson jasorat, quvonch yoki biron bir ijobiy fazilatni namoyon etganda, u qayta tug'iladi, ya'ni uning ongi o'zining asl ma'naviy tabiatini namoyon etish orqali yangilanadi.

Va bu bizni Osmon Shohligini ko'rish va unga kirishga imkon beradigan yangi ruhiy tug'ilishdir.

Sizga tinchlik bo'lsin

Do'stlik: poydevor va chidamlilik

Do'stlik - bu Xudoning insoniyatga bo'lgan sevgisini

.ko'rsatish istagining eng yuqori insoniy ifodasidir

Xudo yangi tug'ilgan chaqaloqqa ota va ona orqali mehr-

shafqat va muloyimlik ato etadi. Ularning chaqaloqqa

bo'lgan his-tuyg'ulari tug'ma va instinktivdir, chunki Xudo

ota-onamiz bizni sevmasligini buyurgan. Shunday qilib,
do'stlik bizga Xudoning bizga bo'lgan shartsiz sevgisining sof
.ifodasi sifatida keladi

Ikki notanish odam uchrashadi va ular darhol va
samimiy istak bilan bir-birlariga yordam berishni xohlashadi.

Siz hech qachon bu hodisani tahlil qilganmisiz? Do'stlikka
bo'lgan bu o'z-o'zidan paydo bo'ladigan, o'zaro istak
to'g'ridan-to'g'ri muqaddas tortishish qonunidan kelib
chiqadi. O'tmishdagi ikki qalb o'rtasidagi o'zaro va
mustahkamlangan do'stlik harakatlari asta-sekin ularni bu
hayotda - qayerda bo'lishidan qat'i nazar - bir-biriga
.bog'laydigan ma'naviy rishtalarni yaratadi

Agar bu impuls xudbinlik va qarama-qarshi jinsga
bo'lgan qiziqish bilan bulg'anmagan bo'lsa, u sof va
bulg'anmagan. Ammo afsuski, u ko'pincha nopok fikrlar bilan
.bulg'angan

Do'stlik hissiy tuyg'ularimiz daraxtidagi shudringli gul
kabi gullab-yashnaydi va ravnaq topadi, u buzuvchi va nafratli
istaklar hamda xudbin, monopolistik xatti-harakatlar bilan
.bulg'angan

Agar daraxt ildizlariga boshqa turdagi o'g'it qo'llasangiz,
mevasi kam va o'smaydi. Xuddi shunday, kimdir do'stlik
daraxtini xudbinlik tuyg'ulari bilan oziqlantirsa, ularning
noloyiq niyatlari bu do'stlikning mevalarini buzadi va buzadi.
Kimdir shunchaki boy yoki ta'sirchan bo'lgani va biz uchun
biror narsa qila olgani uchun unga qiziqishni do'stlik deb
atash mumkin emas. Xuddi shunday, kimningdir go'zal yuzi
tufayli unga jalb qilinish do'stlik emas. Agar bu yuz o'zining
yoshlik, jozibador jozibasini yo'qotsa, "do'stlik" yo'q bo'lib
.ketadi va o'tmishdagi narsaga aylanadi

Do'stlikni hamma joyda topish qiyinligi rost. Ba'zi
odamlarni har kuni ko'rasiz va hech qachon chindan ham
tanimaysiz. Boshqalarini esa hech qachon uchratmagan
bo'lsangiz ham, yaqindan bilasiz deb o'ylaysiz. Aniq ichki
.sezgini o'rganish va rivojlantirish kerak

Qayerda bo'lsangiz ham, ko'zingizni ochiq tuting va agar kimgadir chinakam hissiy jozibadorlikni his qilsangiz, u odam bilan do'stlikni mustahkamlashingiz kerak, chunki ular .sizning oldingi hayotingizdagi do'stingiz edi O'tmishdagi hayotlardan bilgan ko'plab do'stlarimiz bor, lekin bu do'stliklar yetuk bo'lmagan yoki to'liq salohiyatiga yetmagan. Vaqtinchalik tanishlar qumini qazishdan ko'ra, mavjud poydevorlar ustida qurish yaxshiroqdir. Ko'p do'stlaringiz bor deb o'ylash oson, ular sizga og'riq yoki zarar .yetkazmaguncha, sizni achchiq umidsizlikka soladi va do'stingizni Aqlli odamlar bilan muloqot qiling)

(yaxshi axloqli odamlar orasidan tanlang Ko'p odamlar yuzaki ko'rinishga aldanganliklari uchun do'st tanlashda xato qilishadi. Haqiqiy do'stlarni farqlashning yagona yo'li - bu mulohaza yuritish va Xudodan sizni ular bilan birlashtirishini so'rashdir. Siz sof va muqaddas tarzda do'stlar topishga harakat qilishingiz kerak. Bu sizning ongingizni jismoniy go'zallik yoki boshqalarga bo'lgan his-tuyg'ularingizni belgilovchi muhim omillar deb hisoblagan boshqa ko'rinishlar haqidagi barcha fikrlardan tozalashni anglatadi. Agar buni qilsangiz, bir kun kelib, Xudoning marhamati bilan, qayerda bo'lsangiz ham, atrofingizda samimiy do'stlar topa olasiz va Xudo sizni, hatto ma'naviy jihatdan bo'lsa ham, uzoqdagi do'stlar bilan qayta birlashtiradi, chunki sof his-tuyg'ular materiya qonunlariga bo'ysunmaydi va vaqt va makon bilan bog'liq emas. Siz Xudoning sevgisini Unga qarshilik ko'rsatmaydigan, balki Uning sevgisi ular orqali sof va ravshan oqishiga yo'l qo'yadigan kamtar insoniy vositalar orqali his qilasiz. Pok qalbdan sizga muqaddas do'stlik ne'matlari keladi va sizga .nur sochadi

Insonning fe'l-atvori xudbinlik va nomaqbul xususiyatlardan tozalanmaguncha, chinakam do'stlarni jalb qilishning iloji yo'q. Do'stlik va hamrohlikning eng buyuk san'ati - bu olijanoblik va hurmat bilan harakat qilishdir. Bu

ma'naviy, niyat va niyatlarda pok, fidoyi, illyuziya va
vasvasalardan xoli bo'lish va uzoq vaqt oldin qo'yilgan
poydevor ustiga do'stlikning buyuk binosini qurishga
.kirishish demakdir

Hayotingiz haqqi, hayotda hech narsa yo'q
Do'stim rozi bo'lganidan ko'zlarim quvonadi
Va mehr-muhabbati Xudo uchun bo'lmagan har bir do'st
Men uning mehriga amin emasman
Do'stlik va mehr-oqibat barcha insoniy munosabatlarda
mavjud bo'lishi kerak: ota-onalar va bolalar o'rtasida, erlar
va xotinlar o'rtasida, erkaklar va erkaklar o'rtasida, ayollar
va ayollar o'rtasida, erkaklar va ayollar o'rtasida aka-uka va
opa-singil sifatida. Bu sof va cheklovlar va shartlardan xoli.
Boshqalar bilan birga bo'lish istagini his qilganingizda, siz
.Xudoning borligini his qilasiz

Do'stlik ilohiy turtkidir. Xudo nafaqat ota-onalar va bir
nechta qarindoshlari orqali insoniy farzandlariga g'amxo'rlik
qiladi; U bizga qalbimiz tubidan sof va samimiy sevgini ifoda
.etish imkoniyatini berish uchun do'stlarni ham beradi
Insonning kamchiliklari qancha kam va fazilatlari qancha
ko'p bo'lsa, uning do'stlari shuncha ko'p bo'ladi.
Payg'ambarlar va buyuk shaxslar barchaning do'sti
bo'lishgan va ularga o'xshash uchun biz sevgimizni xudbinlik
.dog'idan tozalashimiz kerak

Boshqalarni mehrimizga ishontira olsak
Va vaqt sinovlari va boshqa sinovlar orqali biz ishonch
hosil qilganimizda

Kimdir bizni chin dildan sevadi
Va biz o'sha odamga nisbatan ham xuddi shunday his
qilamiz

Shaxsiy manfaat uchun emas, balki shunchaki do'stlik
tuyg'usini his qilish uchun
Biz Xudoning aksini ko'ramiz va Xudoning borligini his
qilamiz

Va biz o'sha muborak do'stlikda Xudoning ovozi
eshitamiz

Biz mehr-muhabbatimiz faqat bir kishi bilan cheklanib
qolishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak, aksincha, bu muqaddas
mehr-muhabbat poydevorini olijanob ideallarga ega boshqa
.odamlarda mustahkamlashimiz kerak

Agar siz yomon niyatli odam bilan do'stlashishga
harakat qilsangiz - Xudo sizni asrasin -, hafsalangiz pir
bo'ladi. Avval yaxshi odamlar bilan do'stlashing, keyin esa
hammaga mehr-muhabbat ko'rsatib, "Men hammaga
do'stman" deb ayta olmaguningizcha, boshqalarga do'stona
.munosabatda bo'lishda davom eting

Buyuk payg'ambarlar boshqalarga nisbatan mehr-
muhabbatni his qilishgan, shuning uchun ular chiroyli
kechirishgan va odamlarni xafagarchiliklarni kechirishga va
.shunga o'xshash qasos olishdan tiyilishga undashgan
Haqiqiy do'stlik muqaddas sevgidir, chunki u halol, sof,
.samimiy va abadiydir

Bir ma'naviy faylasuf do'stlikni go'zal tarzda shunday
:ta'riflagan

Do'stlarimiz bilan tuza oladigan eng ulug'vor ahd bu:"
Haqiqat abadiy o'rtamizda bo'lsin, deyishdir. Falonchi haqida
shunday deyish naqadar go'zal: Unga do'stligimni isbotlash
uchun u bilan uchrashishim, gaplashishim yoki xat yozishim
shart emas va do'stligimizni tasdiqlash va bir-birimizni eslash
uchun sovg'alar yuborishimiz shart emas, chunki men unga
ishonaman va u qayerda va qanday bo'lishidan qat'i nazar,
. "o'zimga suyanganim kabi unga ham suyanaman

Do'stlarimiz bizni noto'g'ri tushunmasdan ular bilan
erkin va ochiq gaplasha olamiz. Ammo do'stlik bir-biridan
boshqasiga ishora, bayonot yoki talab bo'lmaguncha o'sib,
.gullab-yashnay olmaydi

Do'stlik faqat erkinlik va ma'naviy tenglik poydevoriga
qurilishi mumkin. Shuning uchun biz har bir inson Xudo
suratida yaratilganligini tan olib, barchaga o'sha muborak

nurga muvofiq munosabatda bo'lishimiz kerak. Agar siz kimgadir yomon munosabatda bo'lsangiz, hech qachon .ularning do'stligining shirinligini his qila olmaysiz Hayot yo'llarida do'stsiz yuradiganlar ko'p, ularning qanday qilib yo'llarida davom etishlarini tasavvur ham qila .olmayman

Haqiqiy do'stlar bizni kamdan-kam hollarda noto'g'ri tushunishadi. Agar ular shunday qilishsa, bu qisqa vaqtga. Agar kimdir sizning ishonchingiz va sadoqatingizga xiyonat qilsa, boshqalardan tushunish va sevgi olishga umid qilganingizdek, hech narsa bo'lmagandek, ularga sevgingiz .va tushunchangizni berishda davom eting Lekin agar o'sha odam sizga nisbatan nafrat va nafratni namoyon etadigan tarzda o'zini tutishda davom etsa va unga uzatilgan do'stlik qo'lini urishda davom etsa, u o'z xatti-harakatlarini to'g'rilab, do'stlik sharafiga loyiq bo'lmaguncha .qo'lingizni tortib olganingiz ma'qul

Do'stlik uydan boshlanishi kerak. Agar oilangizda sizga juda mos keladigan odamni topsangiz, avval o'sha rishtalarni rivojlantirishga harakat qiling. Keyin, agar tanishlaringiz orasida o'xshash qadriyatlarga ega bo'lgan odamga yaqinlashsangiz, o'sha do'stlikni mustahkamlashga harakat .qiling

Do'stlar orasidagi barcha xudbin istaklar va shahvatparast tuyg'ularga barham berish kerak. Yaxshi odamlar bilan do'stona munosabatlar mustahkamlanishi kerak. Qancha ko'p mulohaza qilsangiz, o'tmishdagi do'stlaringizni shuncha ko'p taniysiz. Mulohaza uzoq o'tmishda bilgan va sevgan do'stlaringizning uxlab yotgan .xotiralarini uyg'otadi

Men avval ruhiy vahiyda ko'rgan va keyinroq .uchrashgan ko'plab odamlar bor

Do'stlik - bu buyuk kosmik kuch. Do'stlikka bo'lgan ishtiyoqingiz kuchli bo'lsa va hatto Janubiy qutbda ham siz bilan ruhan uyg'un bo'lgan notanish odam bo'lsa ham,

do'stlikning jozibasi sizni qandaydir tarzda bir-biringizga
.yaqinlashtiradi

Faqat xudbinlik ichimizdagi birlik magnitini yo'q qilishga
qodir

Faqat o'zini o'ylaydigan kishi do'stlik poydevorini buzadi
.va uning muqaddas qadriyatlarini buzadi

Bu odamlar do'stlarni jalb qila olmaydilar, chunki ular o'z
dunyoqarashlarini kengaytira olmaydilar va hayot
ne'matlarini qabul qila olmaydilar. Xudo sizga oila ato etgan,
do'stim, toki siz avval boshqalarni sevishni o'rganib, keyin
.esa o'sha sevgini barchaga yetkaza olsangiz

Yaqinlarimiz o'lim va boshqa holatlar orqali bizdan tortib
olinadi, toki biz nafaqat insoniy munosabatlarda odamlarni
sevishni, balki sevgining o'zini ham sevishni o'rganishimiz
mumkin — bu sevgi barcha insoniy niqoblar ortida mavjud
bo'lgan Xudodir. Va ilohiy sevgi bilan biz barchani Koinot
.Parvardigorining turli xil ko'rinishlari sifatida seva olamiz

Do'stlik - bu o'z manfaatlarimizni ko'zlamasdan
sevgimizni sarmoya qilish demakdir. Nikohda jinsiy
majburiyat bor, oilaviy hayotda esa meros qilib olingan
instinktlar mavjud. Ammo do'stlikda hech qanday majburiyat
yoki majburlash yo'q, hech qanday majburlash yoki
majburlash uchun joy yo'q. Aksincha, bu yurakdan kelib
chiqadigan va sadoqat shartlaridan tashqari shartlar bilan
bog'lanmagan o'z-o'zidan paydo bo'ladigan mehr-
muhabbatdir, bu shartlarsiz hech qanday do'stlik bardosh
bera olmaydi. Bu shart ikkala do'stning ham zimmasida,
!chunki tango uchun ikkitadan kerak

Keling, barchaga sevgimizni bag'ishlaylik. Keling,
o'tmishdagi do'stlarimiz bilan uchrashishimiz va ular bilan
do'stligimizni mustahkamlashimiz uchun ibodat qilaylik, toki
.nihoyat Xudoning do'stligini tushunib, unga loyiq bo'laylik

Agar biz Xudoning bolalarini mehr-muhabbat va
uyg'unlik ruhi orqali sevmasak, insoniyat Rabbiysining
.sevgisini his qila olmaymiz

Men notanish odamni bilmayman Va qanday buyuk baxt
!va quvonch
Hatto o'zini dushmanim deb biladigan odam ham menga
undan nafratlanishimga sabab bo'la olmaydi
Bu uyg'onish kelganda, siz barchaning sevgisini his
qilasiz
Xudoning yaratganlariga bo'lgan muhabbatingiz hech
qachon abadiy o'lmaydi, balki u o'sib boradi va osmondagi
Xudoning qalbidan chiqayotgan ilohiy sevgini do'stlaringiz
.sevgisida his qilmaguningizcha kuchayadi
Assalomu alaykum, aziz do'stlarimiz
Xotirani rivojlantirish

Insonlar xotira qobiliyati tufayli noyob mavjudotlardir, bu ularni barcha mavjudotlardan ajratib turadi. Har bir jon o'zining ilohiy kelib chiqishini o'z-o'zidan, muqaddas manbasini ongsiz ravishda eslab qolish orqali izlashga intiladi. Bu koinotdagi hamma narsaning asta-sekin evolyutsiyasini tushuntiradi. Ilohiy rejaga muvofiq, har bir jon, rivojlangan miya va asab tizimini o'z ichiga olgan holda, inson tanasiga ega bo'lgandan so'ng, nihoyat ilohiy bilan muhim birligini ongli ravishda eslab qolish vositalariga ega bo'ladi.

Xotira - bu bizning tajribalarimizni ongimizda eslab qolish qobiliyatimiz; agar u bo'lmasa, biz hayotni tushunishimizni unutib, har kuni yangidan boshlashimiz kerak bo'lar edi, xuddi yosh bolalar kabi. Aqlini yo'qotgan va natijada xotirasi bola kabi o'zini tutadi.

Agar imtihonlarni eslay olmasak va qayta boshdan kechira olmasak, ularning hech qanday qiymati yoki ahamiyati yo'q. Biz fikrlarimiz, his-tuyg'ularimiz va motivatsiyalarimizni o'rganish va o'tmishdagi

harakatlارimizni tahlil qilish orqali o'rganamiz. Insonning qadr-qimmati va ahamiyati mustahkam xotirada yotadi.

Masalan, "Sami" har kuni ertalab uyg'onganida o'zini Sami ekanligini eslaydi va eslash orqali hayotiy tajribalarini Sami nomi bilan bog'laydi.

O'tmishdagi tajribani eslashni istaganimizda yoki unga yana ehtiyoj sezganimizda, uni ong ostimiz orqali qaytarib olishimiz mumkin. Ilgari nima qilganimizni yoki biz bilan nima bo'lganini eslab, biz ilgari o'rgangan yoki mashq qilgan ko'nikmani talab qiladigan har qanday vazifani bajarishimiz mumkin. Shuningdek, vaziyatga qarab, nima qilishimiz kerakligi va nimadan qochishimiz kerakligini ajrata olamiz.

Ong osti ong doimo hushyor bo'lib, insonning kun davomidagi barcha kechinmalarini yozib oladi va hatto uyqu paytida ham o'z ishini davom ettiradi, tungi qorovul kabi tanani kuzatib boradi.

Uyg'onganida, inson har doim uyqusi tinch va osoyishta bo'lganmi yoki yo'qmi biladi. Ong osti ongining xotirasining kuchi doimo hushyor va muborak ilohiy ongning qobiliyatlaridan biridir.

Bu ong urug'i har bir qalbga ekilgan, chunki ruh o'z tabiatiga ko'ra Xudoda abadiy yashashini tushunadi. Xotira abadiylik urug'idir; agar biz uni parvarish qilsak va rivojlantirsak, bu hayotdagi barcha voqealarni va o'tmishdagi hayotimizni ham eslay olamiz.

Insonlar sifatida biz bu hayotda duch kelgan barcha sinovlarni eslay olamiz. Xo'sh, nega ruhimiz duch kelgan barcha ruhiy sinovlarni eslay olmaymiz?

Xotira ikki tabiatga ega: inson xotirasi, bu hayotning barcha kechinmalarini eslatadi va muqaddas xotira, ruhning barcha mujassamlanishlari

orqali kechinmalarini eslatadi. Ko'pchilik odamlar faqat inson xotirasi bilan tanish.

Lekin nega bizning muqaddas xotiramiz uxlab yotgan va turg'un, chuqur uyquda yo'qolgan?

Ba'zi odamlar turli xil tajribalarni eslab qolish qobiliyatiga ega: insoniy va ma'naviy. Boshqalar hatto eng so'nggi tajribalarini ham aniq eslay olmaydilar.

Xotira ongning tushunish qobiliyatiga qarab daraja va darajalarga ega. Ta'lim, aqliy diqqatni jamlash, mulohaza yuritish va barcha unutilmas tajribalar yaxshi xotirani rivojlantirish uchun juda muhimdir. Xotirani rivojlantirmasdan, inson boy va keng qamrovli tushunchaga ega bo'la olmaydi. Agar kimdir test topshirib, keyin uni unutib qo'ysa, u testning qiymati va ahamiyatini yo'qotadi.

Xotiramiz sifatini yaxshilash orqali biz uni hamma narsani, shu jumladan samoviy kelib chiqishimizni ham eslay oladigan darajada mustahkamlashimiz mumkin. Va muqaddas xotiramizni uyg'otish orqali - o'tmishdagi mujassamlanishlarimizning barcha tajribalarini, shuningdek, o'lmas ruhiy tabiatimizni eslay olishimiz orqali - biz o'lmaslikka erishamiz.

To'g'ri holat va tegishli jismoniy mashqlar xotira kuchini rivojlantirish uchun foydalidir. Turli ishlarda va hayotning turli jabhalarida qo'l mehnati mashinalar bilan almashtirilgan bu davrda odamlar o'tirgan va muntazam jismoniy mashqlarga muhtoj bo'lib qolishdi. Shuning uchun uylar va binolarda foydalanish uchun avtomatlashtirilgan jismoniy mashqlar vositalari ishlab chiqildi.

Jismoniy mashqlar paytida eng katta foyda olish uchun ongingizni hayotiy energiyaga qaratish juda muhimdir. Shunchaki mushaklaringizni cho'zish va taranglashtirishning o'zi yetarli emas; siz tanangizga

kuch va hayotiylik baxsh etadigan hayot kuchini uyg'otishingiz va yo'naltirishingiz kerak.

Ba'zi oziq-ovqatlar miya uchun foydali, boshqalari mushaklar va nervlar uchun, boshqalari esa jismoniy rivojlanish va tananing turli organlari va qismlarini saqlash uchun foydalidir. Xotirani yaxshilash uchun miya quvvatini oshiradigan oziq-ovqatlarni iste'mol qilish kerak. Masalan, yotishdan oldin bir necha tomchi ohak yoki apelsin sharbatini bilan aralashtirilgan maydalangan yong'oq va bodomni iste'mol qilish xotirani yaxshilashi mumkin.

Yogilar shuningdek, sut va pishloq miya faoliyatini yaxshilaydigan oziq-ovqatlar ekanligini aytishadi. Ularning ta'kidlashicha, charchoq va xavotir paytida bir yoki ikkita laym sharbatini bir stakan suvga aralashtirib ichish, boshingizni sovuq suv bilan yuvish va uni chakkangizga, qoshlaringiz orasiga, burun teshiklaringizga va quloqlaringizga quyish kerak. Natijada asablar bo'shashadi, ong tinchlanadi va yaxshi xotira uyg'onadi.

Yog'li ovqatlarni haddan tashqari iste'mol qilishdan saqlanish kerak, chunki bu miya yuzasidagi qon tomirlarida yog'li birikmalar hosil bo'lishiga va bir-biriga to'planishiga olib kelishi mumkin.

Hind spiritizm tarafdorlari cho'chqa go'shti va mol go'shti inson salomatligi uchun zararli ekanligini aytishadi. Bu ikki turdagi go'sht tarkibida siydik kislotasi yuqori darajada. Bundan tashqari, cho'chqa go'shti ham, mol go'shti ham xotirasi yomon deyishadi. Ularning go'shtini iste'mol qilish, aslida, odamning jismoniy va aqliy qobiliyatlarini oshirishi mumkinligini ta'kidlaydilar.

Xotirani mashq qilish orqali yaxshilash mumkin. Tug'ilganidan jismonan zaif odam hech qachon kuchli bo'la olmaydi, deyish noto'g'ri. Hayotning barcha

jabhalarida katta yutuqlarga erishish uchun har doim imkoniyatlar va salohiyat mavjud.

Biz to'g'ri yo'lni va to'g'ri yo'lni qanday qidirishni bilishimiz kerak

Ba'zi shifokorlar irsiy ruhiy nogironligi bo'lgan odam umr bo'yi shunday bo'lib qolishini aytishadi. Biroq, ko'plab ruhiy nogironliklarni aqliy diqqatni jamlash mashqlari orqali yengib o'tish mumkinligi ko'rsatilgan. G'arbda bu sohadagi tadqiqotlar cheklangan va shuning uchun ko'plab psixologlar asrlar oldin buyuk hind yogilari tomonidan o'rgatilgan chuqur diqqatni jamlash usullarini yaxshi bilishmaydi.

Diqqatni rivojlantirishning to'g'ri usullari ko'pchilik uchun noma'lum. Aqliy qobiliyatlar allaqachon mavjud, ammo rivojlanmagan. Aqliy qobiliyatlar va qabul qilish qobiliyatini rivojlantirmaslik jiddiy muammolarga olib keladi. Tana singari, miya ham sog'liq, faollik va hayotiylik uchun to'g'ri mashqlarga muhtoj.

Shuning uchun yaxshi xotirani rivojlantirish uchun jismoniy mashqlar, sog'lom ovqatlanish va sog'lom ijobiy fikrlash talab etiladi.

Muayyan narsalarni eslashga harakat qiling va aqliy vizualizatsiya bilan shug'ullaning. Biror narsaga, manzaraga yoki go'zal manzaraga qarang, so'ngra o'sha tasvirni ongingizda qayta yaratishga harakat qiling. Qo'shiqlar va madhiyalarning ohanglarini eslab qolishga harakat qilish va ularni aqliy ravishda kuylash ham xotirani rivojlantirishga yordam beradi.

Chuqur va diqqat bilan qilingan har qanday narsa xotirani yaxshilaydi

She'riyat va musiqa noyob hissiy xususiyatga ega. Biz hammamiz hayotimizdagi eng chuqur qayg'ular va eng katta quvonchlarni osongina eslaymiz. Nima uchun? Chunki bu tajribalar ortidagi tuyg'u kuchli edi.

Har qanday his-tuyg'u xotirani kuchli mustahkamlaydi. Bundan tashqari, she'rlar yozish va qo'shish va ayirish kabi aqliy mashqlar ham xotira va aqliy diqqatni rivojlantirishning ajoyib usullari hisoblanadi.

Xotira hajmini oshirish uchun hamma narsa chuqur aqliy diqqat bilan bajarilishi kerak. Ko'pchilik odamlar o'z vazifalarini chalg'igan ong bilan bajaradilar, natijada ularning harakatlari va fikrlari o'rtasida katta tafovut paydo bo'ladi. Shuning uchun ular hech narsani yaxshi eslay olmaydilar. Agar inson biror narsani eslab qolishni istasa, uni to'liq ong va ong bilan bajarishi kerak.

Xudoni sevuvchilar uchun, vazifalarini bajarish bilan birga ular haqida o'ylash, ularni bir vaqtning o'zida Xudo haqida o'ylashga to'sqinlik qilmaydi. Biroq, meditatsiya paytida faqat Xudo haqida o'ylash kerak. Shuni ta'kidlash kerakki, xotira mustahkamlanadi va uning tushunish qobiliyati meditatsiya orqali kengayadi.

Meditatsiya nima? Bu umuminsoniy ruh bilan birlashish, barcha insoniy cheklovlardan oshib o'tish va insonning tana emas, balki ruh ekanligini eslashga intilishdir. Meditatsiya qiluvchi o'zini faqat bitta hayot uchun yashaydigan tanaga emas, balki o'lmas ruhga bog'lash uchun ongli aqliy harakatni boshlaganda, u o'tmishdagi ko'plab tajribalarini eslaydi va oxir-oqibat u Xudoning qalbidan chiqqanini eslaydi.

Xudoda butun inson hayoti va har bir inson hayotining xotirasi yotadi. Inson o'zining ma'naviy "men"i bilan uyg'unlashganda, o'tmishdagi davrlar va abadiy ilohiy "men"ning unutilgan kuchlari uning ongida qayta paydo bo'ladi. Meditatsiya insonning o'lmas tana emas, balki o'lmas ruh ekanligini eslash demakdir: Xudo bilan bir.

Kunduzi biz o'zimizni cheklangan insonlar deb o'ylashga moyilmiz, lekin kechasi, chuqur, tushsiz uyquda biz o'z insoniy holatimizni unutamiz.

Meditatsiya orqali biz o'z kuchimiz bilan, vaqtincha bo'lsa ham, dunyoviy bog'liqliklardan qutulishimiz mumkin. Biz jismoniy ongdan voz kechishimiz va ilohiy ruhlar ekanligimizni eslashimiz mumkin. Ushbu amaliyotda qat'iyatli bo'lganlar o'zlarining xo'jayinlari va haqiqiy yo'lboshchilariga aylanadilar.

Xudo bizga xotirani berdi, toki biz barcha yaxshi va olijanob narsalarni yaratib, eslab qolishimiz uchun. Xotirani noto'g'ri ishlatish insoniyatga katta zarar keltiradi.

O'tmishdagi xafagarchilik tufayli boshqa odamga nisbatan nafrat va nafratni saqlagan kishi uning xotirasidan noto'g'ri foydalanmoqda. Biroq, baxtsiz voqealarni eslab, ulardan saboq olishning hech qanday yomon joyi yo'q. Shu tarzda, inson o'tmishdagi xatti-harakatlarini tahlil qiladi va achchiq va og'riqli oqibatlariga olib kelgan xatolarni takrorlashdan qochadi.

Soxta fikrlarni qayta ko'rib chiqmaslik kerak, chunki ular ongda uzoqroq qoladi. Xudo bizga hayot saboqlari va ijobiy tajribalarni saqlab qolishimiz uchun xotira bergan. O'tmishdagi soxta fikrlarni ularni eslamaslik orqali yo'q qilish kerak. Agar ular ongga kuch bilan kirib borsa, biz ularni qabul qilishdan yoki kutib olishdan bosh tortishimiz kerak.

Biz takrorlaymiz: yomon tajribalar haqida o'ylash va ularni qayta eslash Xudo bizga bergan xotirani noto'g'ri ishlatishdir. Buning o'rniga, inson o'z xotirasidan faqat ijobiy fikrlar va ezgu tajribalar uchun foydalanishga va barcha yoqimsiz va nafratga

to'la xotiralarni ongidan chiqarib tashlashga qaror qilishi kerak.

Biz yaxshi, foydali, sog'lom va foydali bo'lgan barcha narsani ko'rishimiz, eshitishimiz, tatib ko'rishimiz, teginishimiz, his qilishimiz va xohlashimiz kerak. Va biz xotiramiz xazinasida baxtli tajribalar va sinovlarni saqlashimiz kerak.

Yaxshi his-tuyg'ularni his qiladigan, ezgu fikrlarni o'ylaydigan va tabiatda faqat yaxshilikni ko'radigan inson, shunda odamlar faqat yaxshi narsalarni eslab qoladilar.

Bizga xotira muqaddas sovg'a sifatida berilgan, toki biz nihoyat eng buyuk yaxshilikni eslay olgunimizcha yaxshi narsalarni eslab qolishimiz mumkin: Xudo.

Hamma narsada yaxshilik va solihlikni kuzatar ekanmiz, bir kun kelib yashirin ilohiy kuch biz yaratilishdagi ilohiy go'zallik va uyg'unlikning faqat chaqnashlarini ko'rgan fikrlar, his-tuyg'ular va his-tuyg'ularning barcha kichik teshiklarini parchalab tashlab yuborishini va ma'naviy ong oynasi orqali to'liq yaxshilik va mutlaq mukammallikni ko'rishini ko'ramiz.

Biz Xudodan muqaddas xotiraning abadiy alangasini uyg'otishimiz va qayta yoqishimizga yordam berishini so'raymiz, toki u unutuvchanlik va beparvolik zulmatini yo'q qilmaguncha, toki biz Xudoning ruhi va Uning umumbashariy sevgisi bilan bir bo'lganimizni va hali ham bir ekanligimizni eslaylik.

Agar ertalab Allohni eslasangiz

Peshinda va kechqurun

Siz o'zingizni baquvvat va quvnoq his qilasisiz

**Osmonda burgut kabi uchning
Siz vaqtingizni qulay sharoitda
o'tkazasiz**

**Va u havoda xushbo'y hid kabi
ko'tariladi**

**Yaratguvchiga bo'lgan ishonchingiz
eng o'tkir quroldir**

**O'zingizni ishonch va umid bilan
qurollang**

**Agar siz solihlik manbai bo'lgan
Xudoni izlasangiz**

**U boyib ketadi, yo'q, u boylarning
eng boyiga aylanadi**

Isbotlangan fakt

Usta Paramhansa Yogananda

Tarjimasi: Mahmud Abbos Masud

**Usulni o'zingiz sinab ko'rishdan oldin, so'zlarimni
shubha bilan rad etmang. Hayotingizga hech qanday
aloqasi bo'lmagan ko'plab nazariyalarni eshitishdan
charchagan bo'lishingiz mumkin. Men aytayotgan
narsa nazariya emas, balki tasdiqlangan fakt va men
sizga aslida nimani sinab ko'rish mumkinligi haqida
tasavvur berishga harakat qilaman.**

**Men bu ilmiy haqiqatni ko'p yillar oldin
Hindistonning buyuk donishmandlaridan biridan
o'rganish baxtiga muyassar bo'ldim. Sizni nima uchun
rag'batlantirayotganim va e'tiboringizni ushbu
faktlarga qaratayotganimga hayron bo'lishingiz
mumkin. Menda biron bir xudbinlik niyatlari bormi?
Mening javobim mutlaqo emas. Men shunchaki bu
haqiqatlarni sizga taqdim etishni istayman, buning
evaziga ularga amal qilish va ularning baxtini his**

qilishda o'z baxtingizni topishga yordam berganingiz uchun sof quvonch olish umidida.

Endi men hech bo'lmaganda asosiy markazlar yoki o'qlarning ishlashi va miyadan — bu markazlar orqali — tashqi va ichki sezgi organlariga oqib o'tadigan, ularni tirik va jonli ushlab turadigan elektr toki haqida umumiy tushunchaga ega bo'lish uchun fiziologiyaning ba'zi jihatlariga tayanishim kerak.

Hayotiy tok yoki hayot elektr energiyasi butun asab tizimiga uzatiladigan oltita asosiy markaz mavjud. Bu markazlar:

- 1 Medulla markazi**
- 2 Bachadon bo'yni markazi**
- 3 Dorsal markazi**
- 4 Bel markazi**
- 5 Muqaddas Markaz**
- 6 Koksigeal markaz**

Miya oliy elektr tarqatuvchisi (yuqori markaz) bo'lib, barcha markazlar bir-biriga bog'langan va oliy markaz (miya hujayralari) ta'sirida ishlaydi. Miya hujayralari hayotiy tokni (yoki elektr energiyasini) ushbu markazlar yoki umurtqali aksonlar orqali yuboradi, ular o'z navbatida o'zlarining elektr zaryadini sezgir impulslar va teginish va ko'rish sezgilarining funktsiyalarini o'z zimmasiga oladigan afferent va uzatuvchi nervlarga chiqaradi.

Miya tomonidan chiqariladigan bu elektr toki jismoniy tananing (shu jumladan uning ichki va tashqi organlarining) hayot qoni hisoblanadi. Ushbu elektr

muhati orqali sezgi ma'lumotlari miyaga uzatiladi va fikrlarni qayta ishlashni boshlaydi.

Agar ruh tana sezgilarining bezovta qiluvchi xabarlarini oqimini to'xtatmoqchi bo'lsa (bu o'zaro bog'liq fikr halqalarining paydo bo'lishiga yordam beradi), u elektr tokini boshqarishi va uning oqimini butun asab tizimidan yettita asosiy markazga (shu jumladan miyaga) qaytarishi kerak, shunda u tashqi va ichki organlarga to'liq dam berishi mumkin.

Uyqu paytida miya va sezgi organlari o'rtasidagi elektr aloqalari qisman uzilib qoladi, bu esa eshitish va teginish kabi normal hisslarning miyaga yetib borishiga to'sqinlik qiladi. Bu uzilish to'liq bo'lmaganligi sababli, har qanday yetarlicha kuchli tashqi stimuly bu elektr aloqasini qayta tiklashi mumkin, bu stimulyning miyaga yetib borishiga va odamni uyg'otishiga imkon beradi. Biroq, uyqu paytida ichki organlarga - yurak, o'pka va boshqalarga uzluksiz elektr toki oqadi va ularni tirik va ishlashini ta'minlaydi.

Uyqu paytida tananing elektr faolligi to'liq nazorat qilinmagani uchun noqulaylik, kasallik va kuchli tashqi stimullar kabi jismoniy hislar uxlayotgan odamni bezovta qilishi mumkin. Biroq, ilmiy asoslangan usuldan foydalanib, biz ichki va tashqi tana funktsiyalarini bir vaqtning o'zida va to'liq nazorat qila olamiz - bu amaliyotning cho'qqisi. Ammo to'liq nazoratga erishish uchun ko'p yillik maxsus amaliyot talab qilinishi mumkin.

Uyqudan keyin tashqi organlar tetiklashgani kabi, bu tana uchun dam olishdir, ichki organlar ham ushbu ilmiy usulni qo'llash natijasida sezilarli darajada

tetiklashadi va ularning kuchi oshadi, bu esa umrni uzaytirishga yordam beradi.

Xuddi biz sezgilarimiz uxlab qolishi va ishlay olmasligi uchun uyqudan qo'rqmaganimiz kabi, ongli o'limni mashq qilishdan, ya'ni ichki a'zolarimizga dam berishdan tortinmasligimiz kerak. Shunda o'lim bizning nazoratimiz ostida bo'ladi, shunda biz bu jismoniy uyning eskirgan va yashashga yaroqsiz holga kelganini ko'rsak, uni ixtiyoriy ravishda va to'liq xabardorlik bilan tark etishimiz mumkin. "Yengiladigan oxirgi dushman - bu o'lim".

Bu usulni quyidagi misol bilan ko'rsatishimiz mumkin:

Agar shahardagi asosiy telefon stansiyasi shaharning turli qismlariga ulangan bo'lsa, ushbu qismlardagi qo'ng'iroq qiluvchilar stansiyaning boshqaruvi yoki nazoratidan qat'i nazar, simlar orqali o'tadigan elektr toki orqali markaziy stansiyaga uzluksiz ulanishlari mumkin. Biroq, agar asosiy telefon stansiyasi turli stansiyalarni uzishni xohlasa, u asosiy elektr uzgichni o'chirib qo'yishi va shu bilan shaharning turli qismlariga elektr energiyasi oqimini to'xtatishi mumkin.

Xuddi shunday, ilmiy usul bizga tanamiz bo'ylab tarqalgan hayotiy tokni markaziy mintaqalarimizga, ya'ni umurtqa pog'onasi va miyaga tortish uchun zarur jarayonni ta'minlaydi. Usul yettita asosiy energiya markazini o'z ichiga olgan umurtqa pog'onasi va miyani magnitlash orqali ishlaydi. Natijada, tana bo'ylab tarqalgan hayot kuchi tortiladi va umurtqa pog'onasi orqali miyaga uzatiladi. Miyaga yetib borgach, biz uni yorug'lik sifatida his qilamiz va boshdan kechiramiz. Bu holatda ruhiy "men" o'zini

jismoniy va ruhiy chalg'ituvchi narsalardan xalos qila oladi.

Ma'naviy "men" ikki sinf "odamlar"dan kelayotgan telefon xabarlari bilan bezovtalanadi: yuqori sinf (fikrlar) va past sinf (jismoniy sezgilar). Bu ikki sinf bilan aloqani uzish uchun u tinchlik va erkinlikdan bahramand bo'lishi uchun elektr kalitini o'chirib (ya'ni meditatsiya bilan shug'ullanib) telefon simlari orqali oqib o'tadigan elektr energiyasini markaziy batareyaga tortishi kerak.

Diqqat energiyaning asosiy boshqaruvchisi va tarqatuvchisi bo'lib, miyadan sezgir va harakat nervlariga hayotiy elektr tokini uzatish uchun javobgardir. Masalan, biz bezovta qiluvchi pashshani haydab yuborganimizda, biz diqqat kuchidan foydalanib, harakat nervlariga elektr tokini yuboramiz, natijada kerakli qo'l harakati hosil bo'ladi. Men buni diqqat kuchi haqida tasavvur berish uchun aytib o'tdim, bu orqali tanadagi elektr tokini boshqarish va yuqorida aytib o'tilgan markazlarga yo'naltirish mumkin.

Bu yerda men bioelektr tokini to'liq nazorat qilish holatini tasvirlab bermoqchiman. Dastlab, odam umurtqa pog'onasining magnitlanishi tufayli juda jozibali tuyg'uni boshdan kechiradi. Biroq, doimiy va uzoq muddatli amaliyot tana ongidagi qo'zg'alishni yo'q qiladigan ongli baxt holatini keltirib chiqaradi.

Biz bu baxtli holatni o'zimizning asosiy maqsadimiz va umumbashariy zaruratimiz deb ta'rifladik, chunki unda biz Xudo yoki baxt haqida chinakam xabardorlikni boshdan kechiramiz va ongimizning kengayishini his qilamiz. Bu holatni qanchalik ko'p boshdan kechirsak, individualligimiz

(kichik "men"imiz yoki egoimiz) shunchalik kamayib, yo'q bo'lib ketadi va biz kosmik ongga shunchalik tez yaqinlashamiz va Xudo bilan yaqin va to'g'ridan-to'g'ri bog'lanamiz.

Aslida, din bizning kosmik ongimiz ichidagi shaxsiy "men"imizni yo'q qilishdan boshqa narsa emas. Shuning uchun, bu baxtli holatda biz imon narvoniga ko'tarilamiz, his-tuyg'ularning bo'g'uvchi muhitini va fikrlarning tartibsizligini ortda qoldiramiz va ilohiy baxt olamiga kiramiz.

Bu usul orqali biz kosmik haqiqatlarni anglab yetamiz va bu muborak holat haqiqiy bo'lganda - uzluksiz amaliyot orqali - biz o'zimizni doimo ichimizdagi muborak Rabbiyning huzurida topamiz va ishimizning samarasiga qaramasdan vazifalarimizni yaxshiroq bajaramiz, shuning uchun biz o'zimiz (ego) va bu ego keltirib chiqaradigan zavq va og'riq hissiyotlaridan ko'ra vazifalar haqida ko'proq qayg'uramiz.

Barcha dinlarning - xristianlik, islom va hinduizmning ta'limotlarida asosiy haqiqat bor: agar inson o'zining mohiyatini ruh - baxt manbai sifatida tan olmasa, ular cheklangan fikrlash bilan bog'liq bo'lib qoladi va tabiatning qat'iy va kechirimsiz qonunlariga bo'ysunadi. Ularning asl mohiyatini bilish abadiy erkinlik keltiradi. Biz o'zimizni bilishimiz bilan Xudoni bila olmaymiz, chunki bizning tabiatimizning mohiyati Uning mohiyatiga o'xshaydi. Insonlar Xudoning suratida yaratilgan. Haqiqiy ilmiy meditatsiyaning tirishqoq va samimiy amaliyoti orqali siz o'zingizni bilib olasiz, ya'ni siz muborak ruh ekanligingizni anglaysiz va Xudoni bilib olasiz.

Ma'naviy meditatsiya usullari Xudoni bilish uchun barcha zarur vositalarni o'z ichiga oladi. Ular dinlar va e'tiqodlardagi farqlarga e'tibor qaratmaydi, chunki bu farqlarning ba'zilari odamlarning fikrlashida chalkashliklarni keltirib chiqaradi.

Ilmiy meditatsiyaning boshqa usullardan ustunligi uning bizni cheklangan "men"imizga bog'laydigan narsa bilan chambarchas bog'liqligi va to'g'ridan-to'g'ri harakatida: hayot energiyasi. Bu energiyani qayta yo'naltirish, ya'ni uni ichkariga yo'naltirish va ruhning kengayib boruvchi va kengayib boruvchi kuchlariga integratsiya qilish o'rniga, u tashqariga oqib chiqadi, tana va ongni doimiy harakatda ushlab turadi, jismoniy hislar va o'tkinchi fikrlar shaklida ruhiy "men"ga buzilishlar keltirib chiqaradi.

Hayot energiyasi tashqariga oqib chiqayotgani sababli, his-tuyg'ular va fikrlar sof, xotirjam qalbning qiyofasini buzadi. Bu usul bizga hayot energiyasini ichkariga qanday yo'naltirishni o'rgatadi. Shuning uchun, bu bizni to'g'ridan-to'g'ri ruh ongiga: Xudoning muborak ongiga, boshqa hech qanday vositaga ehtiyoj sezmasdan olib boradigan to'g'ridan-to'g'ri va bevosita usuldir.

Bu usul hayot energiyasining o'zi bilan bevosita bog'liq bo'lgan ma'lum ko'rinishlardan birini sozlash va tartibga solish orqali hayot energiyasi oqimini sozlash va yo'naltirishdan iborat.

Shuni ta'kidlash kerakki, dunyodagi barcha diniy yo'llar hayot energiyasi oqimini boshqarish va uning yo'nalishini o'zgartirish uchun to'g'ridan-to'g'ri yoki bilvosita usuldan, ishora yoki aniq foydalanishni tavsiya qiladi, toki biz tana va ongdan oshib, ruhning mohiyatini va mohiyatini bilish orqali uni bilib olaylik.

Insonda hayotning mavjudligi omon qolishdir, uning yo'qligi esa yo'q bo'lib ketishdir. Shuning uchun, hayotni to'g'ridan-to'g'ri boshqarishga yo'naltiradigan usul eng yaxshi usuldir.

Turli avlodlar va mamlakatlarning donishmandlari o'zlari yashagan odamlarning ongi va sharoitlariga mos keladigan usullarni tavsiya qilishgan. Ba'zilari ibodatga, ba'zilari his-tuyg'ularga, ba'zilari harakatlarga, ba'zilari sevgiga, boshqalari esa aql yoki fikr va mulohazaga urg'u berishgan. Ammo ularning motivatsiyalari bir xil edi.

Ularning barchasi hayot energiyasi oqimini ichkariga oqib o'tishi uchun uni teskari yo'naltirish orqali jismoniy ongdan oshib o'tish zarurligini tasdiqladilar. Ular shuningdek, quyosh tasviri tinch, sokin suvda aniq va ravshan ko'rinib turganidek, o'zini o'zi bilish va uning pardalar ortidan paydo bo'lishi zarurligini ta'kidladilar. Ularning barchasi boshqa vositachilarga ehtiyoj sezmasdan meditatsiya usulining haqiqiyligi va samaradorligini ta'kidladilar.

Shuni ham ta'kidlash kerakki, ushbu usulni qo'llash aqliy yoki jismoniy kuchlarning rivojlanishiga to'sqinlik qilmaydi, xuddi insoniyatga xizmat qilishga bag'ishlangan eng nozik va nafis his-tuyg'ular va eng ezgu niyatlarga asoslangan foydali ijtimoiy faoliyatga to'sqinlik qilmagani kabi.

Darhaqiqat, biz shaxsning yaxlit rivojlanishini qo'llab-quvvatlaymiz va tavsiya qilamiz, chunki bu rivojlanish muqarrar ravishda bu yo'lni to'sqinlik qilish o'rniga, uni amalda qo'llashni osonlashtiradi. Yagona talab - bu yo'lni tushunish va astoydil amalda qo'llash, shunda barcha harakatlar va intilishlar izlovchining manfaatlariga mos keladi.

Bu usulning asosiy jihati inson tanasini qo'llab-quvvatlaydigan va uni jonli va baquvvat saqlaydigan hayot energiyasini to'g'ri tushunishdir.

Shifolashning qisqacha tasdiqlari

Ey Rabbim, Sening muborak nuring barcha dinlarning payg'ambarlari, avliyolari va donishmandlaridan, shuningdek, mendan ham porlaydi. Bu muqaddas nur tanamning har bir hujayrasi va to'qimasida mavjud va Sening marhamating bilan men sog'lom va baquvvatman.

O ongli kosmik faoliyat

Sen mening ichimda tiriksan!

Qattiq, suyuq va gazsimon ovqatlar Xudoning qudrati bilan tirik energiyaga aylanadi.

Tanamni qo'llab-quvvatlash uchun

Ey Rabbim, tanamning hujayralari nurdan yaratilgan

Bu sizning mohiyatingiz, chunki siz mukammallik ruhisiz

U holda u xavfsiz, chunki siz shifo manbaisiz

Uning mohiyati ruhdir, va siz ulkan koinotdagi ruhsiz.

Va bu abadiydir, chunki siz mavjudlikning manbaisiz

Chunki siz abadiyatning ma'nosisiz

Men o'zimni yangilangan, kuchli va g'ayratli his qilyapman

Sizning faoliyatingiz hayotga to'la

Va mening tanam u orqali oqmoqda

Ruhning shifobaxsh kuchi

Men nur sifatida yaratilganman

Xudoning sof mohiyatidan

Men har doim o'zimni sog'lom his qilaman

Chunki u mening ichimda

Uning kuchi u yerda

Tananing har bir qismida

Oshqozon kuchli, chunki unda Uning nuri bor

Barcha kasalliklarning shifobaxshisi!

**Men aniq bilamanki, barcha kasalliklar, ularning
turli shakllarida, quyidagilardan kelib chiqadi**

**Sog'liqni saqlash qoidalariga beparvolik haqida
gap ketganda, men kasallikni sog'lom ovqatlanish
bilan yo'q qilaman.**

**To'g'ri jismoniy mashqlar, sog'lom fikrlash va
yaxshi niyatlar**

**Ey Rabbim, Sening nuring tanamning har bir
atomida mavjud**

Mening har bir hujayramda

Har bir qon hujayrasida,

Va tanamdagi har bir asab

Miyamda va to'qimalarimda

**Shuning uchun men sog'lig'im va farovonligim
yaxshi**

**Chunki sen menda yashaysan va sen shifobaxsh
kuchsan**

**Xudoning nuri va farovonligi jismoniy
kasalliklarimning qorong'u burchaklariga singib
ketadi**

**Uning shifobaxsh nuri tanamning har bir
hujayrasida porlaydi**

**Demak, bu Uning nurini o'z ichiga olgani uchun
mustahkamdir**

Xuddi shunday, Uning mukammalligi

Fikr kuchiga alohida urg'u

**Menimcha va bilamanki, mening faoliyatim
boshlanmoqda**

Miyadan tanaga

Yorug'lik purkagichi oldinga yuguradi

To'qimalarimning ildizlaridan

Va u mening miyamdan oqib chiqadi

Hujayralar va nervlarga

Va paragraflarda u boshlaydi

Shifobaxsh kuch oqimi

Umurtqa pog'onasidan

Ko'pik yoki purkagich shaklida

Tana hujayralarini oziqlantirish uchun

Sof sog'liq!

Ey Rabbim, men Senga sajda qilaman

Hamma yaxshilikda

Va men sizning solihligingizni ko'rmoqdaman

Har bir yorqin g'oyada

**Sizning mutlaq kuchingiz har qanday kasallikning
davosi**

**Bu mening ichimda mavjud, shuning uchun men
charchaganimni his qilmayman**

Shifobaxsh nuringiz porlasin

Chuqur johillik zulmatidan

Yorug'lik bor joyda mukammallik va poklik bor

His-tuyg'uda, irodada va fikrda

**Unda his-tuyg'ularimni irodam va fikrlarim bilan
birga boshqaring**

**Toki men donolik va sog'lom fikr bilan yo'l-yo'riq
ko'rsatishim uchun**

Har kuni o'zimning qalbim quvonchini izlayman

Rohatlar orqali emas

**Xudo mening fikrlarimni kuzatib turadi va ularni
yo'naltiradi**

Xavfsizlik dunyosi va tinchlik istiqbollari

Men ongimni barcha qo'rquvlardan tozalayman

**Xudo meni qo'llab-quvvatlashini va yo'l-yo'riq
ko'rsatishini bilish**

U mening yo'limni osonlashtiradi

Va U men uchun ishlarni osonlashtiradi

Har qanday vaziyat va sohada

Xudoga bo'lgan mutlaq ishonchim - bu davo

Va men undan foyda va shifo topdim

Sizga tinchlik bo'lsin

Donolik va ma'naviy tushunchalar
Inson o'z xo'jayini bo'lishi va shunga mos ravishda
harakat qilishi kerak, odatiy va injiqliklarga emas, balki erkin
.iroda va donolikka tayanishi kerak

Inson o'z jannatini yaratishi va undan bahramand
bo'lishi uning huquqi va qobiliyatidir, chunki u bunga erishish
uchun barcha vositalarga ega, chunki Xudo unga ongini
.Unga yo'naltirish va Uni bilish qobiliyatini bergan

Hayotdagi eng zo'r narsa - bu o'zingizning tiniq va
.xotirjam vijdoningiz qal'asida yashashdir

Inson ongini Xudoga qaratib, chin dildan ibodat qilish
.orqali Uning muborak huzurini his qilishi mumkin

* * *

:urg'u

Xudoning nuri meni to'ldiradi va ichimdan porlaydi,
barcha kasalliklarni yo'q qiladi va menga sog'liq va
farovonlik ato etadi. Uning ilohiy nuri tanamning har bir
hujayrasida porlaydi va shuning uchun tanam sog'lom va
.men o'zimni yaxshi his qilyapman

* * *

O'sha kuni siz samoviy kelib chiqishingizni
eslaganingizda, ongingiz Ruhning buyuk ilohiy uyida qayta
.tug'iladi

Inson ongi va irodasi johillik tuprog'i ostida ko'milganga
o'xshaydi. Agar donolik oltini [ruh konidan] olinmasa,
eritilmagan va o'tkir psixologik vositalarga aylantirilmagan
bo'lsa, inson ongi bog'ida o'sayotgan yovuzlik o'simligini
.kesib tashlash va yo'q qilishning iloji yo'q

Ulug'vor va ulug'vor tog'lar, inson tanasining ajoyib
mexanizmlari, yangi va yorqin atirgullar va gullar, o'tlarning
yashil gilamchasi, olijanob qalblarning buyukligi va nafis
.fikrlarning ulug'vorligi
Va sevgining chuqurligi, bularning barchasi bizga barcha
olijanoblik, buyuklik va go'zallik manbai bo'lgan Xudoni
.eslatadi
* * *

Aqlni jamlash inson ichidagi yashirin kuchni uyg'otish va
faollashtirishning kalitidir. Diqqatni jamlash fikrni bitta
nuqtaga jamlashni anglatadi. Ko'pgina
muvaffaqiyatsizliklarning asosiy sababi diqqatni jamlay
olmaslikdir. Diqqatni chiroqqa o'xshatish mumkin; uning nuri
keng maydonga tarqalganda, uning intensivligi pasayadi.
Ammo bu nur ma'lum bir nuqtaga jamlanganda kuchli va
ravshan bo'ladi. Istisno aqlga ega bo'lganlar yuqori darajada

diqqatni jamlagan bo'lib, barcha aqliy energiyasini bir
.vaqtning o'zida bitta narsaga jamlash qobiliyatiga ega

* * *

Haqiqiy sevgi — qalb va ruh sevgisi — ilohiy sevgidir. Bu
ilohiy sevgi insoniyat qalbi va ruhi orqali o'zini namoyon
.qilishga intiladi

Okean yuzasida shunchalik uzoq to'lqinlar borki, ular
hech qachon qirg'oqqa chiqmaydi Va sukunat ma'badida
.yurak ifoda eta olmaydigan darajada chuqur fikrlar bor

Tushunish - bu xotirjam ong va tiniq vijdon o'rtasidagi
muvozanatdir

To'g'ri ishlash san'ati ichki xotirjamligingizni
.yo'qotmasdan sekin yoki tez ishlash qobiliyatidadir

Biz bilmagan narsani, agar uni taqqoslaydigan boshqa
narsamiz bo'lmasa, o'rgana olmaymiz. Shunday qilib, Xudo
insoniyatga ilohiy sevgini insoniy sevgining mukammal
.vositasi orqali o'rgatadi

Har doim e'tiboringizning kompas ignasini ruhiy
quvonchning magnit shimoliga qarating, shunda hech kim
sizning muvozanatingizni buzolmaydi

Xudoga bo'lgan imoningizni mustahkamlang va sizni
yaratgan Zot sizga rizq berishiga va himoya qilishiga
.ishoning

To'g'ri yuradigan kishi Xudoni sevadi va Xudo tomonidan seviladi, u tabiiy o'rmonda yoki zamonaviy tsivilizatsiya o'rmonida ishlashidan qat'i nazar, chunki muammolar, qiyinchiliklar, sinovlar va azob-uqubatlar ikkalasida ham mavjud. Birinchisida vahshiy hayvonlar bor, ikkinchisida esa jilovsiz istaklar va g'azablangan ehtirolarga qarshi shiddatli kurashda namoyon bo'ladigan qo'rquvlar kam bo'lmagan darajada shafqatsizdir. Faqat inson o'z ehtirolarini o'z .irodasiga bo'ysundirgandagina u haqiqiy baxtni tatib ko'radi

Ba'zan siz do'stingiz tashrif buyurayotganini ko'rsatmasa ham, uning tashrif buyurganini his qilishingiz mumkin. Ular sizga kelishlarini aytishmagan, ammo siz ularni ko'rasiz degan kuchli tuyg'uga egasiz va keyin, kechqurun ular sizning eshigingizni taqillatishadi! Yoki ba'zan siz kun bo'yi yaxshi yoki yomon narsa sodir bo'lishini his qilasiz va bu sodir bo'lganda, sezgiingiz to'g'ri bo'lganini bilib hayron qolasiz. Bular sezgi (ichki tuyg'u) va uning dalillar va ishoralardan mustaqil ravishda qanday ishlashiga ba'zi .misollar

Xudo bizga jon, ong va tana bergan va biz bu in'omlarni uyg'un va muvozanatli tarzda rivojlantirishimiz kerak. Biz o'zimizni atrof-muhitimizning quliga yoki odatlar asiriga aylanishimizga yo'l qo'ymasligimiz kerak. Ma'naviy rivojlangan ota-onalar farzandlarini ma'naviy moyillik bilan tarbiyalash va mulohaza yuritish va o'zini o'zi tarbiyalash bilan tavsiflangan mo''tadil turmush tarzini olib borish orqali .dunyoga yordam berishlari mumkin

Sizda uyg'onadigan har bir ezgu fikr sizni Xudoga yaqinlashtiradi. Bu fikrlar ilohiy ruh dengiziga oqib .tushayotgan daryoga o'xshaydi

Har bir kun quyosh nuri, suv va eng buyuk Beruvchining
bilvosita sovg'alari bo'lgan foydali sabzavot va mevalardan
olingan hayot ne'matlari uchun minnatdorchilik va
.minnatdorchilik kuni bo'lishi kerak

Sof sevgi, ilohiy sevgi, inson va uning Yaratuvchisi
o'rtasidagi to'siqlarni yo'q qiladi

Do'stlik buziladi va odamlar orasidagi sevgi egalik,
xudbinlik, mexanik oilaviy munosabatlar, jinsiy obsesyon,
moddiy bog'liqliklar, hissiy portlashlar va utilitar
almashinuvlarning zaharli unsurlari tufayli yo'qoladi, chunki
o'tkinchi aloqalar to'satdan nafrat bilan birga keladi va bu
insoniy sevgining o'limiga olib keladi. Ammo har bir
insonning qalbida bir muddat uxlab qolishi mumkin bo'lgan,
ammo hech qachon chinakamiga o'lmaydigan abadiy, ilohiy
.sevgi yashiringan

Qalbingiz tuprog'ida sevgi urug'lari o'sadi. Bu urug'larni
o'stiring va ularni mehr-shafqat va keng qamrovli sevgi bilan
.sug'oring

Xudo sevgidir va sevgi bizni Xudo bilan birlashtiradi.
Agar biz Xudoni sevishni istasak, sevgimizni ajratib
qo'ymasligimiz yoki cheklamasligimiz kerak, balki uni ilohiy
.sevgi bilan bog'lashimiz kerak

Koinotdagi barcha kuch va hamma narsa ilohiy ongning
mahsulidir, xuddi tushingizda ko'rgan narsalaringiz ongingiz
.tomonidan yaratilganidek

Noto'g'ri ish qilishdan qochishning yagona yo'li -
noto'g'ri ishlarni tan olish uchun sog'lom fikr yuritish va uni
.qilmaslikka qaror qilishdir

Bir noto'g'ri boshqasiga qarshi kurashish to'g'rilikka olib
kelmaydi. Jaholat insoniyatning haqiqiy dushmani va uni bu
.dunyodan haydab chiqarish kerak

Bu dunyoda farovonlik, baxt va mukammal adolat
davrini boshlash uchun bizga kerak bo'lgan hamma narsa
bor. Yagona to'siq - bu insonning xudbinligi, bu esa buni
imkonsiz qiladi. Dahshatli va asossiz azob-uqubatlari
insonning ochko'zligi va xudbinligi tufayli, boshqalarni
hisobga olmasdan kelib chiqadi. Muhtojlarni ovqatlantirish va
kiyintirish uchun ishlatilishi mumkin bo'lgan pullar buning
o'rniga vayronagarchilik va vayronagarchilik uchun
.ishlatiladi

Global muammolarning asosiy sababi johillikdan kelib
chiqqan bu xudbinlikdir. Har bir inson o'zini to'g'ri ish
qilyapman deb o'ylaydi, lekin ular faqat o'z shaxsiy
maqsadlariga intilganda, ular sabab va oqibatning karmik
qonunini ishga tushiradilar, bu esa muqarrar ravishda
.o'zlarining va boshqalarning baxtini yo'q qiladi
Insoniyatning johilligi tufayli dunyo fojialariga qanchalik
ko'p guvoh bo'lsam, baxtning o'tkinchi ekanligini, hatto
ko'chalar oltin bilan qoplangan bo'lsa ham, shunchalik
ko'proq anglayman. Haqiqiy baxt boshqalarni baxtli
qilishdadir. Agar hamma buni qilsa, hamma baxtli bo'lar edi
.va hamma yerning ne'matlaridan o'z ulushini olardi

O'zining samoviy quvonchlari va cheksiz zavqlaridan
ilohiy xabardorlik oddiy moddiy hayotning arzon metallini
darhol abadiy ma'naviy baxtning yorqin oltiniga
.aylantiradigan sehrli tayoqchaga o'xshaydi

Do'stlik - bu qalblarni ilohiy sevgi rishtalari bilan
.birlashtiradigan universal ma'naviy jozibadir

* * *

ruh soyaboni yoki ruhning xotirjamligi
Xavotirlar yonib ketganda, ular issiqligini yo'qotadilar
Tinchlik va osoyishtalik paydo bo'ladi
Bu hayot qayig'ining oq ustuni
U hayajondan xoli, abadiy baxt shabadasi bilan to'la
Shunday qilib, u qayiqni Al-Rida ko'li yuzasi bo'ylab
sekin itaradi

Xotirjamlik - bu mamnuniyat daryosi
Tinchlik dengiziga qarab muloyimlik bilan oqmoqda
Xavotirlar to'lqinlaridan yakkalanib qolgan
Bu ruhning soyaboni
Inson ongi va qalbidan yuqoriga yoyilish
Hayotining kichik va katta quvonchlarini himoya qilish
uchun

Qo'rquv va xavotir yomg'irlaridan
Bu samoviy ohang
Hayot lirasidan kelib chiqadi
Bu muqaddas tuz
Hayot stolida
Va yutuq sharsharalaridan uchib kelayotgan purkagich
Bu ajoyib, xotirjam kayfiyat
Ruh shohligi boshqariladi
Uyg'unlik va hamjihatlikda
Tinchlik faqat tanho joylarga xos emas
Shovqin va shovqindan qochib qutulishning iloji yo'q
Aksincha, u qalblar kutib olgan joyda keladi
Va u ruhlar unda taskin topadigan joyda qoladi

Vaqt va makondan qat'i nazar
Bu nozik, mo'rt gul
U qo'pol teginishlarga chiday olmaydi
Aksincha, u yashaydi, gullaydi va gullab-yashnaydi
Agar u toza, toza suv bilan sug'orilgan bo'lsa
Tinchlik - bu sokin hissiyotlar ko'li
Qayg'u ajinlaridan xalos bo'ling
Qo'rquvdan ko'z yoshlarini to'kadigan ayol
Xavotir va qayg'uning eng kichik bir belgisi uchun
Sokin qalb sahifasi yopilganda
:Sof, yorqin oq qor qatlami
Tinchlik va xotirjamlik qori
Qo'rquv bo'ronlari va xavotir bo'ronlari yengilmaydi
Tinchlik va osoyishtalikni buzish
Bu qattiq, yaltiroq qatlam ostida
Bu muborak, yorqin nur uchun
* * *

Ilohiy sevgi qal'asi
Nafrat qobiqlari atrofingizga yomg'ir yog'ganda
Sevgi qal'asida panoh toping
Va agar tushunmovchilik portlashlari davom etsa
Sevgi g'orlarida mustahkam turing
Achinish va hamdardlik kameralari ostida
Va agar aldamchilikning zaharli bug'lari harakat qilsa
Donoligingizning hayotini bo'g'ish uchun
O'zingizga sof sevgi niqobini qo'ying
Ilohiy sevgi qal'asi xavfsiz boshpanadir
Obsessiyalar va vasvasalar qo'shinlarining hujumlaridan
Sadoqat va qat'iyat xandaqini qazing
Uni sevgi suvlari bilan to'ldiring
Shunday qilib, xudbinlik uning ustida suzib yura olmaydi
Ruhingizning donoligini yo'q qilish uchun
* * *

Meditatsiya qiluvchilar ajoyib ichki xotirjamlikni his qilishadi. Meditatsiyada o'rganganlarimiz kundalik faoliyatimiz va suhbatlarimizga qo'llanilishi kerak va biz hech kimning tinchligimizni o'g'irlashiga yoki xotirjamligimizni .buzishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak Xolis fikrlash shoshqaloq hukmlar bilan mustahkam va .tebranmaydigan tiniq, sayqallangan oynaga o'xshaydi Ilohiy sevgi samoviy atirgullar va rayhonlar bog'idir, yorqin, yangi fikrlar bog'idir. Bu samimiy qalblarda .urayotgan barcha sof sevgining manbaidir

Iloji boricha sodda bo'ling, shunda hayotingiz qanchalik baxtli va sodda bo'lib ketishiga hayron qolasiz

Haqiqiy oilaviy baxt tushunish va mehrli so'zlarga asoslangan

Chuqur tafakkur bilan chuqur o'ylash bilan uyg'onishning yangi tongi otadi. Hamma narsa ustida osilgan sukunat va sir tumanligi ruhiy uyg'onish nuri va Xudoga bo'lgan tobora ortib borayotgan intilish oldida yo'qoladi va .yo'qoladi

Boshqalar bilan muomala qilishda, ularning tajribalaridan kelib chiqqan va mavjudotlaridan shakllangan o'ziga xos xususiyatlari va olijanob fazilatlarini tan olish va .bu xususiyatlarni qadrlash juda muhimdir

Agar biz ochiq fikrli odamlarni o'rgansak, ularni tushunib, ular bilan bimalol muomala qila olamiz va biz .muomala qilayotgan odamning tabiatini darhol bilib olamiz Ot poygasi haqida faylasuf bilan gaplashmang, olim bilan uy ishlari haqida bahslashmang. Odamni nima qiziqtirayotganini va uning e'tiborini tortayotganini bilib oling

va u bilan bu haqda gaplashing, sizni qiziqtirgan narsalar
.haqida emas

Agar biz boshqalarni tushunishni istasak, ularni tanqid qilishdan va qoralashdan tiyilishimiz kerak. Buning o'rniga, nimani tuzatish va yaxshilash kerakligini ko'rish uchun o'z aql-idrok oynamizga qarashimiz kerak. Bu ichki oyna biz har kuni ertalab qaraydigan tanish oynadan juda farq qiladi. Har kuni men shu ichki oynaga qarayman va agar menga yoqmaydigan narsani topsam, o'zimni tanbeh beraman va uni tuzatishga harakat qilaman. Shu tarzda, inson o'z qalbining oynasida o'zining asl aksini ko'radi va baxt va ichki .xotirjamlik yo'lida kundan-kunga rivojlanadi

* * *

Ey Rabbim, Sen menga o'z yuragim urishidan ham yaqinroqsan va men Sening huzuringni ongimning .ostonasida his qilyapman

Inson okean to'lqinlariga juda uzoq vaqt diqqatini jamlaganda, u okeanning o'ziga e'tibor berishni unutadi. Xuddi shunday, inson hayotining kichik to'lqiniga e'tibor qaratib, unga butunlay bog'lanib qolganda, u qalbning buyuk okeanini unutadi, uning hayoti esa qalbining kengligidagi .to'lqindan boshqa narsa emas

Turli joylarga joylashtirilgan elektr lampalar bitta elektr generatori tomonidan yoritilganidek, insonlarning lampalari ham aql-zakovatni ongga singdiradigan va tanalarni tirik energiya bilan to'ldiradigan bitta kosmik generator .tomonidan yoritiladi

Har bir tomchi suv okeanning mavjudligiga hissa qo'shadi. Garchi inson hayoti insoniyat okeanidagi kichik bir

tomchidek tuyulishi mumkin bo'lsa-da, bu hayotning ta'siri
.juda muhim bo'lishi mumkin va uni kam baholab bo'lmaydi

shiddatli okean to'lqinlari
Quyosh tizimi girdoblari
va kosmik kuchlar oqimlari
va kosmosda suzib yurgan sayyoralar
Dengizlar o'rtasidagi aysberglar kabi
Ularning barchasi abadiy harakat ko'kragida raqsga
tushishadi

Mehr va mehrga to'la ona ilohiy rahm-shafqat ramzidir
Xudo o'zining muloyimligini gullarda namoyon qiladi
O'zingizda go'zallik va tinchlik ma'badini yarating, u
.yerda qalbingizning ma'badida Xudoni topa olasiz
Barcha uyg'un munosabatlarimizda, sevgi va hamjihatlik
bilan urayotgan har bir mehribon yurakning orqasida
.Xudoning sevgisi yotishini yodda tutishimiz kerak

* * *

Hayot qo'pol yerda uxlab yotadi, gullarda go'zallikni orzu
qiladi, hayvonlarda kuchli uyg'onadi va inson ongida o'zining
.cheksiz salohiyatini anglaydi

Shubhasiz, izlovchi butun koinot ilohiy yaratilishning
namoyon bo'lishi ekanligini ko'rganda, Xudoning borligi va
yaqinligi haqidaongga kirishi mumkin. Hamma narsa
ko'rinmas narsadan paydo bo'ladi, bu yerda qisqa vaqt
qoladi va keyin yer yuzidagi hayotining oxirida ko'rinmas
.holatga qaytadi

Bu ajoyib olamning har bir atomida Xudo doimo
.mo''jizalar va mo''jizalar yaratib turibdi
G'alaba, qancha vaqt ketishidan qat'i nazar, oxirida har
.doim haqiqat va fazilatga tegishli bo'ladi
Azob-uqubatlar va yo'qotishlar qat'iyatingizni
susaytirishiga va kayfiyatingizni pasaytirishiga yo'l
qo'ymang. Bir kuni siz ruh olamiga kirasiz va ta'riflab

bo'lmaydigan va kutilmagan quvonchni boshdan kechirasiz.
Og'riq orqali biz boshqalarga hamdard bo'lishni, ularning his-
tuyg'ularini tushunishni va ularga yordam berish uchun
.qo'limizdan kelganini qilishni o'rganishimiz kerak
Jismoniy dunyodagi hamma narsa harakat, o'zgarish va
beqarorlikni ko'rsatadi, ammo Xudoning tabiati xotirjamlik,
.xotirjamlik va sukunatdir
Chuqur samimiylik ma'naviy yo'lda zaruriy talabdir,
chunki qalb pokligi va niyat ravshanligida qalbning tonglari
.tug'iladi
Hayot bog'larida men quvonch bilan daraxtdan daraxtga
o'taman va oxir-oqibat, ey Rabbim, meni kutib olgan
.qo'lingga qo'naman

* * *

:O'z-o'zini rivojlantirish

Inson o'z hayotini tartibga solishi va vaqtini tasodifiy,
ma'nosiz o'qishlarga sarflash o'rniga, inson aqli tomonidan
yaratilgan eng yaxshi kitoblarni o'qishi, hayotda o'ziga mos
keladigan ishni topishi va ishini samarali va samarali
.bajarishga intilishi kerak

Ko'p odamlar turli sohalarda katta kuch sarflaydilar,
ammo muvaffaqiyatsizlikka uchramaydilar. O'zlarini
rivojlantirishni istaganlar ko'p narsalar haqida hamma
narsani tushuna olmaydilar, lekin ular hamma narsa haqida
ozgina bilishlari va bitta narsa haqida hamma narsani
.bilishlari mumkin

Bilim ulkan okean, ma'naviy donolik esa cheksizdir. Yer
koinotdagi kichik bir nuqta bo'lsa-da, u bizning nazarimizda
.juda ulkan

Shunga qaramay, insoniyat taraqqiyoti tufayli
zamonaviy transport va [aloqa] vositalari tufayli dunyomiz
kichrayib bormoqda va tez orada biz boshqa sayyoralarga
!sayohat qilish haqida o'ylay boshlaymiz

Muvozanatni saqlash kerak. Faqat ma'naviy jihatga e'tibor qaratib, moddiy hayotni e'tiborsiz qoldiradiganlar .ruhiy muvozanatni yo'qotish bilan jazolanadilar

Moddiy burchlar katta ahamiyatga ega va ijtimoiy, milliy va xalqaro majburiyatlar bilan bog'liq. Intellektual burch moddiy burchdan ustun turadi va ma'naviy va axloqiy burchlarga ustuvor ahamiyat berilishi kerak. Ong insonni moddiy masalalarga haddan tashqari berilib ketishiga sabab .bo'ladigan mayda odatlardan xalos bo'lishi kerak

Daholaringiz va yashirin kuchlaringiz manbalarini ochib bering va hech kim sizdan tortib ololmaydigan ichki .mamnuniyat tabassumi bilan tabassum qiling

Bu dunyo ikki kuch tomonidan boshqariladi: yaxshilik kuchi va yomonlik kuchi. Kimki yaxshilikni o'ziga yo'l boshchi va ustoz sifatida qabul qilsa, yaxshi kunlar va baxtli hayot kechiradi, va kimki yomonlikka o'z yo'nalishini boshqarishiga va impulslarini boshqarishiga yo'l qo'ysa, azob-uqubat va .baxtsizlikka duchor bo'ladi

Ko'pchilik uchun kalit so'z "men" dir, ammo ma'naviy odamlar boshqalar haqida o'zlari haqida o'ylagandek .o'ylashadi

Faqat o'zini o'ylaydiganlar o'zlariga boshqalarning adovati va adovatini keltirib chiqaradilar, boshqalarni o'ylaydigan va ularning his-tuyg'ularini his qiladiganlar esa, boshqalar ham ular haqida o'ylashga va ularga hamdard .bo'lishga moyil ekanliklarini payqashadi

Bu dunyoga inson bo'lib kelish sababini bilmasdan .tug'ilish, yashash va o'lish o'z-o'ziga haqoratdir

Yaratuvchini unutish, mavjudlikning maqsadini anglamaslik demakdir, shu bilan birga U haqida o'ylash va Uning borligini chin dildan his qilishni istash vaqt o'tishi bilan .ko'plab ma'naviy yutuqlar va barakalarni keltiradi

Moddiy boylik va boylikka ega bo'lish tushkunlik va qayg'udan saqlanishning kafolati emas. Kun keladiki, inson o'zini ojiz va kuchsiz, taqdir qo'lidagi o'yinchoq his qiladi;

shunda ular faqat Xudo ularning tayanchi, himoyasi va
.xavfsiz boshpanasi ekanligini anglaydilar

Har safar ajoyib manzara yoki g'alati mavjudot sizni
hayratda qoldirganda, ko'zingizni yuming, ichkariga o'girilib,
.uning ilohiy manbai haqida o'ylang

Inson faqat yaratilish ortida yashiringan ilohiy
fabrikadan chiqayotgan zich mahsulotlarni ko'radi va agar u
zavodning o'ziga kira olsa, bu dunyodagi hamma narsa
.qanday ajoyib tarzda paydo bo'lishini ko'rgan bo'lar edi

* * *

Men sizga murojaat qildim
Har kuni ertalab men tanamni, ongimni va barcha
qobiliyatlarimni sizga bag'ishlayman, ey Cheksiz
Yaratguvchi, xohlagan usulingizda foydalanishingiz uchun,
.toki siz men orqali o'zingizni ifoda etishingiz uchun
Sizga bo'lgan sog'inchli ohanglarim yuragim urish
ritmiga mos ravishda kuylaydi
Men barcha ishlar sizning ishingiz ekanligini va hech
qanday ish qiyin yoki oddiy emasligini, agar u sizga do'stona
.xizmat ko'rsatilsa, tushunaman

Ma'naviy jihatdan, men Sening borligingni bilishni
so'rayman Sen barcha mavjudotlarning kelib chiqishi va
mohiyatisan Menga Seni borligimning har bir atomida
.ko'rishga va har bir fikrimda Seni his qilishga ijozat ber
Ey Rabbim, quvonch oqimlarimizni yo'naltir, toki ular
qisqa muddatli shahvoniy zavqlar qumida o'zlarini yo'qotib
.qo'ymasinlar

Mehr-shafqatimizning kichik oqimlari xudbinlikning
.kimsasiz cho'llarida qurib qolmasin
His-tuyg'ularimizning yolg'iz, yakka kanallari cheksiz
sevgingiz ko'li bilan aralashib ketsin

Hayotimizning tor daryolari Sening marhamatingning
mo'l-ko'l yomg'irlari bilan kengaysin, toki ular kamtarlik,
fidoyilik va boshqalarning his-tuyg'ularini inobatga olishning
keng, keng tekisliklaridan o'tib, nihoyat Sening buyuk
.okeaningga to'liq poklik bilan kirsinlar
Ilohiy ong, o'zining samoviy ne'mati bilan, yoqimsiz yer
yuzidagi hayotning zich qo'rg'oshinini darhol yangilanib
turadigan baxtning yorqin oltiniga aylantiradigan sehrli
.alkimyodir

Muammoli fikrlar loyi cho'ka boshlaganda, Xudoning
.kuchi ongning tiniq, sof suvlarida aks eta boshlaydi

* * *

Abadiy ovoz menga yumshoq, past ovozda murojaat
:qilib dedi

Men butun umr uyqungda qulog'ingga pichirlab keldim:"

'Uyg'oning!' Endi sen uyqungni tark etding; Men senga
aytaman: birodarlaringizni uyg'otinglar, Men bilan birga
".ishlanglar, toki hamma Mening so'zimni eshitsin
:Shuning uchun men va'da berdim

Men sizning chaqiruvingizni yoyish va xabaringizni"
tarqatish uchun qo'limdan kelganini qilaman va yer yuzidagi
tanamni tark etganimda, sizning barcha ovozingizni uyg'un
:qalblarga pichirlash uchun qarzga olaman
Uning ruhiy tasalli ilohiy madhiyalarini tinglang, chunki u
doim sizni chaqiradi

Men son-sanoqsiz aka-uka va opa-singillarimni kutaman;
ular o'z-o'zini bilishning muborak maqsadiga qarab uzoq,
uzoq yurishda sekin yurishganda va men ularga
:(Abadiyatdan pichirlaydi) pichirlayman
Ey birodarlarim, uyg'oninglar va bizni to'xtovsiz"
chaqirayotgan Uning ovozigacha ergashaylik va birgalikda
".samoviy uyga qaytaylik

Biz Xudoning ismini qalbimizda sog'inch va ilohiy sevgi
tasbehi bilan pichirlashimiz kerak va bu Xudoning qalbiga
.ta'sir qiladigan haqiqiy ibodatdir

Xudoning ismini sovuq qalb va adashgan ong bilan tilga
olish kufr va hurmatsizlikdir. Ibodat qilganda, insonning qalbi
.va ongi Xudoning sevgisi bilan to'lishi kerak

* * *

Dunyo jozibasidan yuz o'girish va dunyoviy istaklardan
voz kechish salbiy holat emas, balki ijobiy holatdir. Bu
baxtsizlikdan voz kechish va baxtsizlikdan taslim bo'lishdan
.boshqa narsa emas

Asketizmni qurbonlik yo'li deb hisoblamaslik kerak.

Aksincha, bu muborak sarmoyadir, shuning uchun o'z-o'zini
tarbiyalashga sarflaydigan ozgina mablag'imiz millionlab
ma'naviy dollarlarni keltirib chiqaradi. O'tkinchi
kunlarimizning oltin tangalarini abadiy saodat shohligini sotib
?olishga sarflash oqilona emasmi

Biz Xudoning yaratgan mo'jizalariga tikilib
qaraganimizda ichimizda uyg'onadigan va titraydigan sof,
chuqur tuyg'uga sho'ng'ishimiz kerak. Bu Xudoni go'zallik
.nigohi orqali bilishning yo'lidir

Yaxshi ishlarni qiladigan kishi, hatto taqlid qilish orqali
bo'lsa ham, yaxshilikning tetiklantiruvchi va jozibali hididan
nafas olish imkoniyatiga ega bo'ladi, bu esa uni ko'proq ish
qilishga undaydi. Ammo boshqalarga taqlid qilib qasddan
yomon ishlarni qiladigan kishi muqarrar ravishda
yomonlikning yoqimsiz va jirkanch hidlari bilan bog'liq
.bo'ladi

* * *

Hech kim siz bilan bir xil xarakterga ega emas Hech
kimda bir xil yuz yo'q Hech kimda siz bilan bir xil ruh yo'q
Xudo sizni noyob yaratdi va hech kim sizga o'xshamaydi
Inson o'qigan materialidan mohiyatni ajratib olishi va
.undan amaliy foyda olishi kerak

Tinchlik mahsuloti kundalik hayotda foydalanish uchun
.hayot tajribasi fabrikalarida ishlab chiqarilishi mumkin
Tinchlik barcha psixologik kasalliklarning davosidir.
Ovqatlanish, xulq-atvor yoki oilaviy munosabatlarda o'zini

tuta oladigan, halol, ishonchli va tejamkor bo'lganlar haqiqiy
.tinchlikdan bahramand bo'ladilar

Tinchlikni Xudoning qonunlari va koinot qonunlari bilan

uyg'unlikda topish mumkin. Xudoni sevadigan,
xotirjamlikdan bahramand bo'ladigan, yaxshilik qilishdan
zavqlanadigan va U haqida o'ylaydigan va mulohaza
.yuritadiganlar tinchlikni topadilar

Nozik ayollik tuyg'ulariga to'la ona ilohiy rahm-

shafqatning ramzidir

Ilohiy tinchlik va ichki ma'naviy yutuqlarning gullab-
yashnashi kundalik meditatsiyaning tabiiy samarasidir va
dunyo xazinalari va boyliklaridan ko'ra chuqurroq va
.chuqurroq baxtdir

Ilohiy huzurdan ko'ra shirinroq yoki yoqimliroq narsa
yo'q. Bu haqiqatni anglaganingizda, siz eng baxtli va eng boy
bo'lasiz. Moddiy boylikdan faqat shu yerda, bu yerda
foydalanish mumkin; uni keyingi dunyoda ishlatib bo'lmaydi.

Ammo tafakkur konlaridan olingan ilohiy saodat oltini
muborak va doimo yangilanib turadigan, ikki dunyoda ham
.foydali va abadiy boqiy bo'lgan metallidir

* * *

Ruh uyg'onishida ranglar yorqinroq bo'ladi, tovush
shirinroq aks sado beradi, hislar nozikroq bo'ladi, ruh o'zining
fazodagi kengligini his qiladi, ong boshqalardan chiqayotgan
tebranishlarni sezadi va hayotdan zavqlanish qobiliyati
.oshadi

* * *

Odamlar hayotdagi ba'zi narsalardan voz kechish
g'oyasidan shikoyat qiladilar, ammo aslida ular ko'plab
qimmatli narsalardan voz kechishadi, eng muhimi,
xotirjamlikdir. Ular ba'zan o'zlarini pul uchun qurbon
qilishadi, bu o'tkinchi va tez buziladigan narsa. Boylikni
insondan tortib olish mumkin yoki u bu dunyodan ketib, uni
o'zi bilan olib keta olmaganida undan tortib olish mumkin.
Pulning asl qiymati uni foydali ishlarga sarflashda va Xudo va

vijdonini rozi qiladigan tarzda o'ziga va boshqalarga baxt
.keltirishdadir

Dunyo tabiiy va insoniy bo'ronlarga to'la, Xudo esa bu
dunyoning bo'ronlari, dovullari va yovuzliklaridan
.mustahkam qalqon va xavfsiz boshpanadir

Xudo qayerda bo'lsa ham, qo'rquv va qayg'u yo'q.

Haqiqiy mo'min hayot jangida va voqealar kurashida qat'iy
va mag'rur turadi, Xudo u bilan ekanligiga, uni zarardan
himoya qilishiga va uni bir lahza ham tark etmasligiga amin.
Shunday qilib, qo'rquv uning qalbidan yo'qoladi va ishonch
.paydo bo'ladi, bu esa majburlab bo'lmaydigan himoyadir

* * *

:Agar uning javobini xohlasangiz
U javob berdimi yoki yo'qmi
Unga qo'ng'iroq qilishda davom eting
Doimiy ibodatlar ma'badida ibodatlaringizni davom
ettiring

,U keladimi yoki yo'qmi
U sizga tobora yaqinlashib borayotganiga ishonning
Qalbingizdagi har bir istak bilan
,U sizning iltimosingizni bajaradimi yoki yo'qmi
Unga mehr ko'rsatishda davom eting
U javob bermasa ham
,Xuddi siz kutgandek
U nozik javob berishiga ishonning
Va eng chuqur zulmatda, ibodatlaringiz
Hayot, o'lim va og'riq raqsi o'rtasida
Agar siz unga murojaat qilishda davom etsangiz
Uning sukuti sizni xafa qilmasdan
Siz uning javobini olasiz

* * *

Keling, har bir millat foydali a'zo bo'lgan, Xudo
tomonidan hushyor inson vijdoni orqali boshqariladigan
.birlashgan dunyoni qurish ustida ishlaylik

Qalbimizda barchamiz o'zimizni xudbinlik va nafratdan
xalos qilishni mashq qila olamiz

Keling, barcha xalqlar o'rtasida uyg'unlik uchun ibodat
qilaylik, toki ular yangi, ulug'vor tsivilizatsiya darvozalaridan
.qo'l ushlab o'tishsin

Samimiy, samimiy va shirin so'zlar chanqagan qalblar
uchun tetiklantiruvchi nektarga o'xshaydi. Bunday so'zlar
.hamma joyda va har doim kerak va orzu qilinadi

Qo'pol, haqoratli va og'riqli so'zlarga kelsak, ular
boshqalarning qalbi uchun halokatli va ularning ichki
xotirjamligiga halokatli. Ular do'stlik qurilishida vayronkor
to'p va xavfsiz va osoyishta uylarni yondirib yuboradigan
.olovdir

Inson og'zidan qo'pol so'zlarni abadiy uzoqlashtirishi va
o'z hayotini muammolar va to'satdan ajralishdan himoya
.qilishi kerak

Yaxshi so'zlar do'stlar va dushmanlarning qalbida,
jamoalarda, ibodatxonalarda, ofislarda, ish joylarida va
boshqa hamma joyda baxt yaratadi. Odamlar qiyin, xafa
odam ularni tark etganda ichki quvonchni his qilishadi va
samimiy, notiq, mehribon va muloyim do'stni ko'rib xursand
.bo'lishadi

Agar siz kerakli narsalarga erishishga harakat qilsangiz
va Xudo siz uchun oson qilgan narsalarga qanoat qilsangiz,
dunyoga umidsiz va uning o'ljasiga ochko'z bo'lganlardan
.ko'ra ruhan boyroq va qoniqarliroq bo'lasiz

Xudo turli tsivilizatsiyalar, mentalitetlar va millatlarning
aralashmasi orqali O'z haqiqatini ochib berish orqali to'g'ri
.yashash san'atini rivojlantirish ustida ishlaydi

Hech bir millat o'z-o'zidan mukammal emas va barcha
millatlarning eng yaxshi fazilatlarining uyg'unligi bizga
muvozanatli hayot va muvaffaqiyatli hayot san'ati haqida
eng yaxshi tushunchalarni beradi. Shuni ta'kidlash kerakki,
barcha buyuk shaxslar tsivilizatsiya yutuqlarining cho'qqisiga

chiqishgan va o'z hayotlarida eng yuqori insoniy ideallar va
.tamoyillarni o'zida mujassam etganlar
ruh qurbongohiga aql nuri porlaydigan tafakkurda
o'tiring. Inson qo'li tegmagan, xavotir va qo'rquv bo'lmagan
.ma'badga kiring

Ma'naviy yolg'izlik tinchligiga keling, shunda siz
Xudoning ovozi sukunat tilida siz bilan gaplashayotganini
eshitasiz va ko'rinmas narsa ko'rinib qolganini va haqiqatga
.yaqin bo'lmagan narsa haqiqatga aylanganini anglaysiz
Muvozanat go'zal va u bizning his-tuyg'ularimiz,
fikrlarimiz va harakatlarimizning asosi hamda hayotimiz
.aylanadigan o'q bo'lishi kerak

Buyuk qalblar o'zlarining xotirjamligi va xotirjamligini
saqlaydilar, bu ularga hayot sinovlari va qiyinchiliklarini aql-
idroklarini yoki muvozanatlarini yo'qotmasdan yengib
.o'tishga yordam beradi

Xudo hamma joyda mavjud bo'lib, olamlarni boshqaradi
va galaktikalarni cheksiz orbitalarda boshqaradi. Va Uning
suratida yaratilgan insoniyat ham o'z hayotini boshqarish va
faoliyatini tashvish va bezovtaliksiz muvofiqlashtirish
.qobiliyatiga ega

Biz har doim boshqalarga sevgi, xayrixohlik va tinchlik
g'oyalarini yuborishimiz kerak

Meditatsiya tuzilishida, aql-idrok nuri doimo qalb
qurbongohiga porlab turadigan joyda, hech qanday xavotir,
stress, keskinlik, asabiylashish yo'q, aksincha, xotirjamlik,
.xotirjamlik, o'ziga ishonch va chinakam baxt bor
Rabbim, odamlar orasida bo'linish va nizolarni keltirib
chiqaradigan va qalblarning yaxshilik va uyg'unlikni sevib
birlashishiga to'sqinlik qiladigan xudbinlik jinlarini yengishda
.bizga yordam ber

Barcha yaxshi amallar ma'naviy ong bilan bajarilgan
taqdirda Xudoga ma'quldir. Moddiy amallar - bu faqat
xudbinlik bilan bog'liq bo'lgan ishlardir. Moddiy va ma'naviy
ishlar o'rtasidagi to'siqni yo'q qilish kerak. Sog'lom niyatlar

bilan bajarilgan barcha amallar pokdir va qalbni iflosliklar va
.iflosliklardan tozalashga yordam beradi

Do'stlaringizni diqqat bilan va puxta tanlang. Ularga
samimiy do'st bo'ling, lekin har doim ma'lum bir masofani
saqlang va o'zaro hurmat siz bilan ular o'rtasidagi bog'liqlik
.bo'lsin. Ular bilan odob chegarasidan chiqmang
Boshqalar bilan til topishish oson, lekin agar ularning
sizga bo'lgan mehri va hurmatini saqlab qolmoqchi
.bo'lsangiz, ushbu maslahatga amal qilishingiz kerak

* * *

Ibodot, mulohaza va imon orqali inson ruhiy yo'l-yo'riq
oladi va bu ichki uyg'unliksiz hech kim tinchlik va
osoyishtalikda yashay olmaydi. Biroq, istaklar, injiqliklar yoki
odatlardan kelib chiqadigan asoslarga tayanish o'rniga,
to'g'ridan-to'g'ri Xudodan yo'l-yo'riq olish uchun intuitiv bilim
.va chuqur tushuncha talab etiladi
Bilingki, siz erishmoqchi bo'lgan hamma narsa va undan
.ham ko'proq narsa sizni Xudoda kutmoqda
Bir kuni kechqurun o'qituvchi Paramahansa
:o'quvchilarga shunday dedi

Egalik men uchun hech narsani anglatmaydi, lekin"
do'stlik juda qadrlidir. Haqiqiy birodarlikda do'stlarning
".do'stining haqiqiy porlashi ko'rinadi: Xudo
Keyin u qo'shimcha qildi: "Do'stingizni aldashdan yoki
insonga xiyonat qilishdan ehtiyot bo'ling, chunki bu ilohiy
."adolat qonuniga ko'ra eng katta gunohlardan biridir

* * *

Ruhiy kuchingizni oshiring. Nima bo'lishidan qat'iy
nazar, hayot jangida jasurlar kabi mustahkam turishingiz va
barcha qiyinchiliklarga dosh berishingiz uchun shu kuchni
.rivojlantiring

Agar siz Xudoni sevsangiz, imonga ega bo'lishingiz va
falokatlar, baxtsizliklar va sinovlar kelganda chidashga va
.sabr qilishga tayyor bo'lishingiz kerak

Umidsizlikka tushmang yoki og'riqdan qo'rqmang, balki
ongingizni ijobiy va kuchli saqlashga harakat qiling
Ma'naviy ekstazning haqiqiy dozasi tatib
ko'rganingizda, boshqa hech qanday tajriba bunga teng
.kelmasligini ko'rasiz

Ota-onalar farzandlariga aldamchi va soxta zavqlar olovi
bilan o'ynash vasvasasiga berilmasliklari uchun ularga
meditatsiya va ongli ravishda idrok etishni o'rgatish orqali
ularning ruhiy ongini singdirishga doimo harakat qilishlari
.kerak

Ilohiy quvonch tushganda, nafasim tinchlanadi va ruhim
ko'tariladi, birdaniga minglab uyquning baxtini his qilaman,
lekin men odatiy hislarimni yo'qotmayman. Bu kosmik tajriba
ongning eng yuqori darajasiga erishishga chuqur kirishganlar
.uchun ajratilgan

* * *

:Qalbning ko'zi

Har bir inson turli darajalarda ichki ko'z yoki idrok
kuchini namoyish etadi. U xotirjamlik va osoyishtalik ufqidan
kelib chiqadi, xulosalar yoki hissiy dalillarga ehtiyoj
sezmasdan narsalar va odamlar haqida aniq va ishonchli
.bilim beradi; buni biz o'z tajribamizdan bilamiz

Haqiqiy tushuncha hissiy xavotirlar va bezovta qiluvchi
shubhalardan farqli o'laroq, xotirjam va samimiy tuyg'u
sifatida paydo bo'ladi. Bu tushuncha ichki ovoz yoki qalbning
pichirlashi sifatida namoyon bo'ladi va haqiqiy ichki yo'l-
yo'riq va ong ostining chalg'ituvchi ovozlari farqlash juda
.muhimdir

Haqiqiy tushuncha (sezgi) qat'iy e'tiqod emas, balki
haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri tushunish va ijodiy fikrlash
.g'ayritabiiy temperamentlarga qarshi eng yaxshi vositadir
Inson salbiy yoki bezovta holatda bo'lganida,
temperamentga moyillik ongni egallab oladi. Ong ijobiy
fikrlardan xoli bo'lganda, uning egasi tushkunlikka tushib,
xavotirlarga to'lib ketadi. Depressiya va xavotir bilan

shayton o'sha odamning fikrlarida mehmonga aylanadi va
!egasi ustidan to'liq nazoratni amalga oshiradi
Shuning uchun, do'stim, ijodiy g'oyalarni rivojlantirish
ustida ishlang. Qo'l mehnati bilan band bo'lmaganingizda,
ongingizda ijodiy ish qiling. Stress va xavotirga berilib
.ketishga vaqt qolmasligi uchun uni band qiling
Do'stlik, agar ular Xudoga bo'lgan umumiy sevgiga
asoslangan bo'lmasa, qalbimizni qoniqtirmaydi. Boshqalar
bilan tushunish va do'stlikka bo'lgan intilishimiz, aslida,
qalbning o'z manbai - Xudo bilan birlashishga bo'lgan
.intilishidir

Tashqi narsalar orqali bu istakni qondirishga qanchalik
ko'p harakat qilsak, oliyroq hamrohni topish ehtimolimiz
shunchalik kam bo'ladi

Agar sizda kuchli aql bovar qilmasa va qat'iyatli
bo'lsangiz, taqdiringizni boshqarishingiz mumkin. Avval
kichik masalalarda aqliy kuchingizni sinab ko'ring va ko'plab
buyuk narsalarga erishish uchun uni mustahkamlash ustida
ishlang. Men buni hayotimda boshdan kechirganman va
.ishonch bilan aytaman

Noto'g'ri ish qilishdan qochishning yagona yo'li -
noto'g'ri ishlarni tan olish uchun sog'lom fikr yuritish va uni
.qilmaslikka qaror qilishdir

Bir noto'g'ri boshqasiga qarshi kurashish to'g'rilikka olib
kelmaydi. Jaholat insoniyatning haqiqiy dushmani va uni bu
.dunyodan quvib chiqarish kerak

Bu dunyoda farovonlik, baxt va mukammal adolat
davrini boshlash uchun bizga kerak bo'lgan hamma narsa
bor. Yagona to'siq - bu insonning xudbinligi, bu esa buni
imkonsiz qiladi. Dahshatli va asossiz azob-uqubatlar
insonning xudbinligi va boshqalarni hisobga olmagan holda
.o'z manfaatlarini ko'zlashdan kelib chiqadi

* * *

Arxivdan: Nafrat hosili

Nasi va Zakir bir-birlaridan nafratlanishardi. Ular o'rtasidagi janjal maktabda o'qiyotgan yoshliklarida boshlangan va ulg'ayganlarida ular bilan birga adovat .kuchayib, poyabzal savdosida raqibga aylanishgan

Bir safar ular bir qizning qo'lini olish uchun raqobatlashishdi va Nasi Zokirdan biroz kuchliroq bo'lgani uchun uni qattiq kaltakladi va hushidan ketdi. Zokir hushiga kelganida, u uyat, pushaymonlik va jirkanchlikdan aziyat .chekdi

Yillar o'tib, Zakir ishlash va yashash uchun shaharga ko'chib o'tishga qaror qildi

Nasi nima bo'lganini unutgan edi, lekin Zokir Nasi unga keltirgan xo'rlik va sharmandalikni xotirasidan o'chira olmadi. Shunga qaramay, u o'ziga takrorlayverdi va tasdiqlayverdi: "Men Nasini kechiraman va uning menga ."qarshi qilgan jinoyatini eslamayman

Lekin bir necha oydan so'ng, Zokir har kuni kechirim so'rab, ich-ichidan qasos olishni xohlayotganini va qasos olish chanqog'ini qondirish uchun shunga o'xshash zarba .berish imkoniyatlarini kutayotganini angladi

Biroz vaqt o'tgach, Nasi uni eski raqibi Zokir ko'chib o'tgan shaharga g'alati bir tortishish kuchi tortayotganini his qildi. U biron bir narsa sodir bo'lishiga shubha qilmasdi.

Biroq, Zakir Nasining shaharda borligini bilar va uning .harakatlarini diqqat bilan kuzata boshladi

Bir kuni kechqurun Nasi ob-havo xira va yomg'irli bo'lishiga qaramay, sayrga chiqdi va "toza havo hidini his qilish" uchun

U tanho yo'lda yolg'iz ketayotganda, ochiq osmon ostidagi ombor oldidan o'tib ketdi, Zokir esa uning orqasidan yashirincha va ehtiyotkorlik bilan ergashdi va imkoniyat tug'ilganda, u hisobni murakkab foiz bilan to'lashga qaror .qildi

U juda xursand bo'lib, ombor devorlaridan birining qattiq plitkasi tushib ketganini ko'rdi, shuning uchun uni ushlab,

sobiq raqibining boshiga kuchli urib, uni yerga yiqitdi va Nasi .uning borligini sezmasdan, kelgan yo'lidan orqaga qaytdi
Bir necha soatdan keyin yomg'ir to'xtadi, bulutlar tarqaldi va devorning yuqori qismidagi teshikdan oy nuri ko'rindi. Nasi uyg'onib, o'zini yerda yotganini va o'zini juda .zaif his qilayotganini ko'rdi

U nima bo'lganini aniqlashga urindi va yonida plitka va uning ustidagi devorda teshikni ko'rgach, omborxona bo'ylab ketayotganida, omadsizlik tufayli plitka devorning tepasidan .tushib, boshiga qulab tushgan degan xulosaga keldi
Bu hikoyaning axloqiy jihatida shundaki, odamlar boshqalarga yetkazgan zararlarini unutishga moyil bo'lishadi, garchi ularning harakatlarining oqibatlari unutilmas bo'lsa ham va bu harakatlarning oqibatlari ularni johillik zulmatida jimgina ta'qib qiladi. Xuddi sigir minglab boshqalar orasidan buzoqlarini topa olgani kabi, bizning harakatlarimizning oqibatlari ham uzoq vaqtdan keyin ham bizni doimiy ravishda kuzatib borish va joylashuvimizni aniqlash kuchiga .ega

Agar Nasi donolikka ega bo'lib, o'sha voqeadan keyin o'zi bilan raqibi Zokir o'rtasidagi nizoni hal qilishga va undan uzr so'rashga harakat qilganida edi, ehtimol u raqibining g'azabini kamaytirgan bo'lardi va ishlar bundan nariga .bormagan bo'lardi

Lekin hamma narsa o'zgarishsiz qoldi va dahshatli oqibatlar urug'lari qorong'u kelajakning qornida o'sib, gullab-yashnadi va halokatli tug'ilish bilan yakunlandi. Noxush kutilmagan hodisalardan qochish uchun ong tuprog'ida yashiringan yomon moyillik urug'larini yoqish kerak va oldindan ko'ra bilish harakatdan oldin bo'lishi kerak, chunki umuminsoniy qonun insonning yaxshi yoki yomon, shirin yoki achchiq bo'lishidan qat'i nazar, qilgan ishlarining samarasini .olishini belgilaydi

Shuni yodda tutaylikki, har bir harakat ongda moyillik va moyillik sifatida saqlanadigan izlarni qoldiradi. Agar ularga

oqilona va ehtiyotkorlik bilan yondashilmasangiz, ular xavfli oqibatlariga olib keladi. Biroq, yomon harakatlarning urug'lari donolik olovida kuyib ketganda, ular qayta o'sib chiqa .olmaydi

Ertangi kun xaritasi, yoki: Bitta talab harakatga arziydi

O'qituvchining ta'limotlaridan

Paramhansa Yogananda

Agar siz hayotda muvaffaqiyat qozonish imkoniyatlarini kutib maqsadsiz kezib yursangiz, bu imkoniyatlar, ehtimol, sizni taqillatmaydi va siz muvaffaqiyatga erisha olmaysiz. Lekin agar siz o'z kelajagingizni o'zingiz yaratadigan va ertangi kuningiz xaritasini o'z qo'llaringiz bilan chizadigan odam bo'lsangiz, unda maqsadingizga erishganingiz uchun xursand bo'ling, chunki siz orzu qilgan maqsadingizga juda yaqinsiz.

Muvaffaqiyatli xaritani yaratish uchun avvalo maqsadingizni aniqlab olishingiz kerak. Muvaffaqiyat siz uchun nimani anglatadi? Muvaffaqiyatdan nimani xohlaysiz? Agar javobingiz shuhrat, boylik yoki xudbin moddiy istaklarning bajarilishi bo'lsa, unda siz dahshatli umidsizlik va mutlaq muvaffaqiyatsizlikka duch kelasiz.

Eng muvaffaqiyatsiz odamlar - bu nomlari hammaning og'zida bo'lganlar, ular o'zlari xohlagan va egalik qiladigan narsani - moddiy me'yorlarga ko'ra - qalblari xohlagan hamma narsani sotib olish qobiliyatiga ega bo'lganlar, ammo ularda baxt yo'q! Xo'sh, nega o'sha o'lik yo'ldan davom etish kerak?

Shuhrat va omad haqiqiy muvaffaqiyatning mevasi bo'lishi mumkin, ammo ular muvaffaqiyatning mohiyati emas, yoki eng muhim fazilatlar ham emas. Aslida, ular muvaffaqiyatga erishish uchun umuman zarur emas.

Xo'sh, maqsad nima? Hayotdan nimani izlash kerak? Inson intilishga va unga intilishga arziydigan bitta maqsad bor: baxt. Bu esa , izlashga mohir va bu xazinalar qayerda ekanligini biladiganlar uchun har bir lahzadan hayotning yashirin xazinalarini ajratib olishni talab qiladi.

Va bilingki, ey baxt izlovchi, agar e'tiboringizni faqat kuningizga qaratsangiz

Va agar siz kuningizni mehrli so'zlaringiz, foydali harakatlaringiz va yaxshi fikrlaringiz bilan boyitsangiz

Kuningiz sizning sodiq do'stingiz va oltin imkoniyatingiz bo'ladi

Pasportingiz va vizangiz muvaffaqiyatga to'la istiqbolli va yorqin kelajakka kirish yo'lingiz bo'ladi

Shuning uchun, kelajagingizni rejalashtirishdagi keyingi qadam hayotingizning har bir kunining mazmunini diqqat bilan kuzatib borish va foydali va ijobiy narsalarni yodda saqlashdir. Agar buni amalga oshirishda kamchiliklarga duch kelsangiz, unda to'xtab, xulosa chiqarishingiz kerak.

Muvaffaqiyatga erishish uchun quyidagi muhim elementlarni hisobga olish kerak, ularsiz muvaffaqiyatga erishib bo'lmaydi:

Ertalab uyg'onganingizda, darhol yotoqdan sakrab turmang va kunlik ishlarni boshlamang

Asta-sekin kuchingizni tiklash uchun butun tanangizni bir necha marta tarang va bo'shashtiring. Kundalik ishlaringizni boshlashdan oldin, bu sizning hayotingizdagi eng yaxshi kun bo'lishiga o'zingizga ishonch hosil qilish uchun vaqt ajrating. Nima bo'lishidan qat'iy nazar, kuningiz shunday bo'lishiga o'zingizni ishontiring. Ibodat va meditatsiya bilan boshlash sizning ishonchingizni mustahkamlaydi va sizga kerakli kuchni beradi.

Hayotingizni soddalashtiring

Hayotdan zavqlanish uchun inson ixtirolariga tayanmang. Agar o'zingizni vaqtinchalik zavqlarga cheklab qo'ysangiz, asabiylashib, chalkashib ketasiz va kayfiyatingiz o'zgaradi. Televizorga, tungi yig'ilishlarga va ziyofatlarga doimiy bog'lanib qolishning hojati yo'q - bular mustahkam ijtimoiy urf-odatlariga aylangan. Kimdir aytganidek - va uning so'zlari qanchalik to'g'ri - bizni o'ldiradigan narsa bizning ishimiz emas, balki bo'sh vaqtimizni qanday o'tkazishimizdir! Agar uni soddalashtirsangiz va o'zingizni jamiyatga bog'lamasangiz, uzoqroq yashaysiz va hayotdan ko'proq zavqlanasiz. Kichik narsalarda topiladigan quvonchlarni izlang.

Qo'lingizdagi vazifani iloji boricha yaxshiroq bajarish uchun qo'lingizdan kelganini qiling

Agar siz hozirgi ishingizdan norozi bo'lsangiz, xavotir va tartibsiz ishlash hech narsani o'zgartirmaydi. Qanday bo'lmasin, vaziyatga ijobiy munosabatda bo'lishga harakat qiling, shunda ikkita narsadan biri sodir bo'ladi: yoki siz qimmatli imkoniyatni qo'ldan boy berganingizni anglaysiz, yoki to'satdan yangi eshik ochilib, sizga ehtiyojlaringizga

ko'proq mos keladigan va orzularingizni qondiradigan ish topishga imkon beradi.

Hayot - bu berish va olishning uzluksiz jarayoni

Berganingizdan ko'proq narsani olmang va o'zingizni faqat olmasdan berish bilan cheklamaslik uchun muvozanatli bo'ling.

Dunyoqarashingizni kengaytiring

Boshqalarning hayoti va faoliyatiga qiziqish bildiring. O'zingizdan tashqariga — oilangizga, oilangizdan tashqari do'stlaringizga va do'stlaringizdan tashqari barcha odamlarga qarang. Ilm-fan sizning butun bir butunning bir qismi ekanligingizni tasdiqlaydi, shuning uchun o'zingizning kattaroq "men"ingizni unutmang.

Hayotingizni muvozanatlashtiring

Har bir kun ish, dam olish, bo'sh vaqt, o'qish va mulohaza yuritishni o'z ichiga olishi kerak. Siz tana, ong va ruhga ega bo'lgan mavjudotsiz. Sog'liq, hayotiylik va bilimga erishish uchun ushbu muhim elementlarni muvozanatli va uyg'un tarzda tarbiyalang.

Tez tabassum qiling, qovog'ini solishga shoshilmang, yordam berishga tayyor bo'ling, kutishga va o'zgarishga tayyor bo'ling va imkoniyatlarga e'tiborli bo'ling

Kun oxirida hisobni tekshiring

Erishgan yutuqlaringiz bilan o'zingizni tabriklang. Hamma narsa bir kechada o'zgarmaydi, shuning uchun ertaga yaxshiroq ishlashga qat'iy qaror qilib, xatolarga duch kelishdan qo'rqmang. Uxlashdan oldin,

ishlaringizni Xudoga topshiring, chunki U sizni yolg'iz qoldirmaydi, balki siz harakat qilib, Uning yordami va yo'l-yo'rig'ini so'rasangiz, imkoniyatlar yaratadi va eshiklarni ochadi.

Uyquchanlik sizni qamrab olganda va uxlab qolishdan oldin, Xudoning yordami bilan ertangi kun bugungidan yaxshiroq bo'lishiga o'zingizni ishontiring

Agar siz puxta rejalashtiruvchi va mohir quruvchi bo'lsangiz

Agar siz xaritangiz tafsilotlariga rioya qilsangiz

Muvaffaqiyatsiz bo'lishning iloji yo'q!

Oldinga va tinchlik bo'lsin!

Manba: O'z-o'zini bilish jurnali

Chuqur titroqlar

Tarjimasi: Mahmud Abbos Masud

Ey Rabbim, Sen tomirlarimizda oqadigan va tanamizning barcha go'shti, suyagi, asablari va mushaklari bilan murakkab va murakkab mexanizmlarini boshqaradigan sirli samoviy elektr tokisan.

Sizning hayotiy energiyangiz bizda, har bir nafasimizda va qalbimizning har bir urishida mavjud. Ey saxovat manbai va mavjudotdagi barcha yaxshilik, kuch va barakaning manbai, barcha kuch, yaxshilik va ne'matlar sizdan kelib chiqishini anglaylik.

*** * ***

*** Tong bog'idan siz uchun yorug'lik gullarini terib olaman, toki oyoqlaringizga kamtarona qurbonlik sifatida qo'yasiz.**

**Senga bo'lgan muhabbatimning o'tkir yulduzi
qalbim atmosferasida to'lqinlanib, beparvolik
tumanini va befarqlik zulmatini yo'q qilsin. Meni
unutma, ey Xudo, hatto Seni unutsam ham.**

Seni eslamasam ham meni esla

*** * ***

**Rabbim, bizga quvonch va nekbinlik bilan
yashashimiz uchun baraka ber**

**Keling, yer yuzidagi burchlarimizdan va
yaratilishning cheksiz va cheksiz go'zalliklaridan
bahramand bo'laylik**

**Ajoyib tabiatni tatib ko'rishimiz va undan
zavqlanishimiz uchun his-tuyg'ularimizni
rivojlantirishga yordam bering**

**Va hayotning barcha begunoh zavqlarini sizning
muborak ta'mingiz bilan to'ldiraylik**

**Biz hayot quvonchlari va hayot zavqlarini asossiz
ravishda yo'q qiladigan salbiy va pessimistik
qarashlardan xalos bo'ldik.**

*** * ***

**Men uzoq vaqtdan beri dunyoviy narsalarning
g'amgin vahiylaridan azob chekib kelmoqdaman. Ey
koinot ruhi, seni ko'rish o'rniga, ko'zlarim
materianing rangpar, jonsiz jasadini ko'rmoqda.**

**Menga baraka ber, toki donolik idroki bilan
hamma narsada Sening muborak huzuringni ko'rayin**

*** * ***

**Ey Samoviy Alkimyogar, metallimizni tozala!
Zaifligimizni kuchga, adashgan fikrlarimizni esa
haqiqatning haqiqiy tushunchalariga aylantir. Xudbin
ambitsiyalarimizning jirkanch jinlarini yuksak, qanotli
intilishlarga, og'riqli johilligimizni muqaddas
donolikka va bekorchiligimizning asosiy xom
ashyosini ulug'vor ma'naviy yutuqlarning tozalangan
oltiniga aylantir.**

*** * ***

Ey Rabbim, men Senga kamtar qo'llarim bilan butun borlig'imni bag'ishlash uchun Senga murojaat qilaman, iltijolarimni ilohiy sevgining xushbo'y hidi bilan to'ldiraman!

Menga begunoh bolalarning Senga bo'lgan ishonchini va Senga to'liq sadoqatni ato et.

Menga baraka ber, toki ibodatlarimning so'zlari ortida Sening huzuringni his qilay.

Barcha his-tuyg'ularimda sizning huzuringizni his qilishimga ilhom bering

Va toki men sizning ma'rifatli donoligingiz mening tushunchamni oshirishini va bilimimni muqaddaslashini anglab yetay.

Va aniq bilingki, mening hayotim sizning noyob va noyob hayotingizning bir ko'rinishidir.

*** * ***

Ey Rabbim, Senga bo'lgan sevgimni og'zaki so'zlar yoki pichirlangan sirlar bilan yashira olmayman, chunki muqaddas, aytilmagan tilda men Senga o'zimning to'lib-toshgan sevgimni va Sen bilan uchrashishga bo'lgan buyuk intilishimni izhor qilaman.

Sizning ovozingiz sukunatdir va qalbimning sukunatida men sizning mayin ovozingizni eshitaman

Meni doim sevganingizni his qilaylik, garchi men buni ilgari hech qachon anglamagan bo'lsam ham

*** * ***

Ey Rabbim, bizga qushlarni, hayvonlarni, ingichka gullarni va beparvo oyoqlarimiz ostida tez-tez eziladigan soqov o'tlarni sevishni o'rgat.

Tabiatning son-sanoqsiz xilma-xilligi sizning ko'p qirrali daholigingizning ifodasidir: doimiy harakatda va tebranadigan qo'lingizdan chiqqan asl durdona asarlar

Keling, barcha ijodlaringizda taqlid qilishga qarshi bo'lgan noyob ishingizni ko'raylik!

*** * ***

Rabbim, menga baraka ber, toki men faqat yaxshilik va poklikdan boshqa narsani ko'rmay qolay

Toki men faqat ilhomlantiruvchi so'zlar va ilohiy sevgi madhiyalarini eshitishim uchun

Ey samoviy hidli Ruh, menga inoyatingni ato et, toki men faqat seni eslatadigan yoqimli hidlarni nafas olishim uchun

Menga faqat oddiy, to'yimli taomni tatib ko'rishga ruxsat bering

Va men tegingan har bir narsa menga sizning sof va muborak teginishingizni eslatsin

*** * ***

Vaqti-vaqti bilan unga esib turadigan, uning rivojlanishiga xalaqit berishga urinayotgan umidsizlik qum bo'ronlariga qaramay, mening ibodatlar karvonim siz tomon yo'l olmoqda.

Muqaddas yurishda oldinga siljib borar ekanman, uzoqdan menga jimgina dalda berayotganingizni ko'raman va kuchim qayta tiklanadi va ruhim yangilanadi, shuning uchun sizga yetib borish uchun harakatlarimni ikki baravar oshiraman.

Yaxshilik vohasiga yetganimda, chanqoq imon lablarimni Sening saodating bulog'iga botirib, to'yib ichaman.

*** * ***

Muqaddas ovozingizning to'lqinlari efirda ko'tariladi

Shahvoniy zavqlarning chalg'ituvchi ta'siridan kar bo'lgan quloqlar sizning farishtalik va'zlaringizni tinglay olmaydi.

**Ey Ilohiy Tarqatuvchi, hozir siz bilan uyg'un
bo'lmagan ongimiz asboblari ruhiy farqlashning aniq
ko'rsatkichining to'liq konsentratsiyasiga mos kelsin.**

**Bizga samoviy ohanglarni va ruh efirida
jaranglayotgan ma'naviy musiqani qanday qilib
ushlashni o'rgating**

*** * ***

**Ey Rabbim, mening ruhiy tushunchamni ochgin,
toki u har doim qadamlarimni yo'naltirsin va meni
xudbinlikning o'lik yo'llaridan saqlasin.**

**Ongning burilishlari va burilishlari hamda uning
egri-bugri yo'llaridan yurganimda, qo'pol yovuzlarni
ko'raman va ulardan qochaman: ochko'zlik, xudbinlik
va axloqiy qonunlarga beparvolik**

**Ey hamma narsani biluvchi ichki nur, menga
hayotdagi barcha muammolarga yechimlarni ko'rsat**

*** * ***

Men o'zimga bu muqaddas qasamni beraman:

**Ey Xudo, sevgim quyoshi sen haqingdagi doimiy
fikrlarim osmonidan hech qachon botmaydi**

**Ko'zlarimni sendan boshqa hech narsaga
qaratmayman**

**Seni eslatmaydigan hech narsa qilmayman
Jaholat va ahmoqlikdan kelib chiqadigan
harakatlar dahshatli tushlar va dahshatli tushlarga
olib keladi**

**Faqat olijanob yutuqlar haqida shirin tushlar
ko'rishga ijozat bering, chunki ular sizning ilhomingiz
va yo'l-yo'riqlaringizdandir, ey Rabbim!**

*** * ***

**Ey Rabbim, agar materiya pardalari Seni mendan
yashirsa, qancha vaqt zambaklar, atirgullar, oltin
rangda porlayotgan bulutlar va yorug'lik va
yulduzlarga to'la jimjit tunlarning sehrli pardalari
ortida yashirinib yurasiz?**

Garchi u sizni yashirsa ham, men uni yaxshi ko'raman, chunki u sizning borligingizga nozik ishora qiladi

Biroq, men sizni aynan o'zingiz kabi, yaratilish niqoblarisiz ko'rishni juda xohlayman!

*** * ***

Ey hamma narsani ko'ruvchi, uyqu va g'amginlik sizni qamrab olmagan!

Siz meni quyosh va doimo o'zgarib turadigan oyning sobit, o'zgarmas ko'zidan ko'rasiz va yaxlit nigoh bilan meni son-sanoqsiz kosmos teshiklaridan va hushyor yulduzlarning miltillovchi chiroqlaridan kuzatasiz.

Shamol teginishi bilan meni erkalaysiz va siz va xizmatkorlaringiz haqidagi do'stona fikrlarim orqali menga rahm-shafqatingizning muborak yomg'irini yog'dirasiz.

*** * ***

Ey kosmik ovoz, ey cheksizlik ovozi! Sening muqaddas aks sadoying orqali ruhiy ongga erishishimga ijozat ber

Bu men orqali aks-sado berdi, tanamdan cheksiz olamgacha bo'lgan idroklarimni kengaytirdi

Va menga siz orqali yaratilishning abadiy nabzini his qilishimga ilhom bering

*** * ***

Sen oyoqlarimni harakatga keltirasan Sen qo'llarimda ishlaysan Sen yuragimda urayasan Sen nafasim bilan oqayasan Va ongimda fikrlarni to'qasan

Sizning o'tkir irodangiz har kuni meteor kabi mening insoniy irodam osmoniga yuguradi

Hayotimning bir tomchisini sizning kosmik dengizingizga aralashtiray, toki men o'zimning kichkina "men" pufagining ulkan ko'kragingizda suzib yurganini ko'rsam.

*** * ***

Yetimlar va yaradorlar Sening mehr-shafqating va rahm-shafqatingni eshitdilar va mana ular eshiging oldida turibdilar. Ularni umidsizlikka tushib, taskin topmasdan qaytarib yuborasanmi?

Oh, qani endi ko'rinmas qo'ling qalbi singan va ruhi azob chekayotganlarning ko'zlaridagi kuydiruvchi yoshlarni artib tashlasa edi

Xayol va aldamchilik yo'lida adashganlar, Sening saxovatli eshigingdan boshqa kimga murojaat qilishadi va kimni izlashadi?

Sizning huzuringiz tong otganda, ularning muammolari yo'qoladi va qiyinchiliklari yo'qoladi

Ey Rabbim, pardani ko'tar, toki biz Sening mehribon va rahmdil yuzingni ko'ra olaylik

*** * ***

Ey eng muqaddas ilohiy ovoz, qalbim qirg'oqlarida gumburla va materialistik fikrlash panjaralarini parchala, toki men tananing qamoqxonasidan ozod bo'lsin.

Meditatsiya orqali tanamda, ongimda, ruhimda va tashqi muhitimda sizning mayin okeanik aks-sadongizni eshitishga va uning barcha kichik va katta shaharlarga, Yerga, quyosh tizimiga va butun koinotga tarqalishini his qilishga ijozat bering.

Va tabiatning buyuk tanasi ichidagi keng mavjudligimni to'liq anglash uchun!

*** * ***

Ey abadiy ilohiy alanga, sen o'zingning ilohiy nuringning kichik uchqunlarini insoniyat ruhi va ongiga tashlaysan, cheklangan, kichik va parchalanib ketgan ko'rinib tursang ham, Sen mavjudotdagi har bir alanga va yorug'likning yagona, cheksiz manbai bo'lib qolmoqdasan.

*** * ***

Ey Abadiy G'olib Zot! Menga o'zimda olijanob fazilatlarni rivojlantirishga yordam ber: eng dahshatli dushmanlar: g'azab, yolg'on va noshukurlikka qarshi jangda g'alaba qozonish uchun xotirjamlik va o'zini tuta bilish askarlari.

Shunday qilib, men hayotimning burchaklari ustida Sening oliy va undan ustun bo'lmagan huquqing bayrog'ini ko'taraman.

*** * ***

Ey Ilohiy Ruh, keling, Seni bilish muqaddas burchidan muhimroq burchni ko'rmaylik. Chunki har qanday harakat, qanday bo'lishidan qat'i nazar, faqat Sen bizga bergan yutuq kuchi orqali amalga oshirilishi mumkin.

Shuning uchun, keling, sizni hamma narsadan ustun qo'yaylik, chunki sizning hayotingiz va sevgingizning inoyatisiz biz umuman yashay olmaymiz yoki seva olmaymiz.

*** * ***

Ey abadiy Shimoliy Yulduz! Qayerga borsam ham, qayerga borsam ham, ongimning magnit kompas strelkasi sizga qaratilganligicha qoladi.

To'satdan sodir bo'lgan voqealar shamoli meni urib yuborsa ham, yoki qiyinchilik va falokat yomg'irlari ostida cho'kib ketsam ham, ongimni Senga doimiy ravishda murojaat qilishga yo'naltir.

Mening sevgim, xuddi chalkashlik bulutlari va hayrat bo'ronlari orasida qanotlarini qoqib uchayotgan qush kabi, albatta sizga yo'l topadi.

*** * ***

Ey Eng Buyuk Ilohiy Chaluvchi, barcha dinlarning nayiga O'zingning ajoyib birliging ohanglarini pufla va muqaddas musiqaga o'ziga xoslik va ijodkorlikka boy ruhingning asl ohanglarini olib kir.

Keling, siz bilan uyg'unlashaylik va qalbimiz ohanglarini sizga bag'ishlaydigan bitta madhiyada birlashtiraylik. Xudodan boshqa xudo yo'q!

*** * ***

**Ey Rabbim, Senga shu ibodatni aytaman:
Mol-mulkim ko'pmi yoki ozmi, menga har kuni kerak bo'lgan hamma narsani olish uchun iroda ber.**

*** * ***

Men chin dildan iltijolarimni sevgi tasbehi ustida takrorlayman, uning munchoqlari sog'inch ipi bilan bog'langan Muborak ismlar: Xudo, Koinot Ruhi, Brahma, Samoviy Ota, Ilohiy Ona - bularning barchasi Sening muqaddas ismlaringdir.

Asrlar bosqichlaridagi kosmik tasviringizda siz millionlab qiyofa va tasvirlarni qabul qildingiz, xuddi ko'plab nomlarni olganingiz kabi, ammo tabiatingiz bitta va o'zgarmas bo'lib qoladi, bu esa abadiy saodatdir!

*** * ***

Ey umuminsoniy qonunning Xudosi, menga falokatlar va sinovlardan tug'ilgan yaralarim va chandiqlarimni, hech qanday tarafkashlikni bilmaydigan ilohiy adolatingiz qo'li bilan menga berilgan medallar va intizom nishonlari sifatida kiyishimga yordam ber.

Kundalik qiyinchiliklarim xayol va yolg'onga qarshi vosita bo'lib xizmat qilsin va meni dunyoviy baxtga bo'lgan yolg'on umidlardan xalos qilsin.

Qani endi boshqalarning qo'polligi tufayli to'kkan ko'z yoshlarim ongimdagi yashirin dog'lar va nuqsonlarni yuvib tashlasa edi

Va bezovtalik chokining har bir o'tkir zarbasi ichimda yangi donolik va tushuncha chuqurliklarini ochsin

**Qani endi oddiy hayotning muqaddas zulmati
meni qo'rqitsa edi, shunda men sizning pokligingiz va
shifobaxsh nuringiz ufqlarini qidirib yugursam edi.**

**Hayotning azoblari va to'satdan zarbalar meni
yordam so'rab yig'lashga majbur qiladi**

**Va hayotim tuprog'idagi og'riqli vaziyatlarni
qazish ishlari sizning tasalliingizning mo'l-ko'l, doimiy
oqayotgan buloqlarini ochib bersin.**

**Qani endi boshqalardagi qo'pollikning xunukligi
meni muloyimlik va mehr bilan o'zimni bezashga
majbur qilsa va do'stlarimning xafa qiluvchi so'zlari
menga faqat shirin so'zlardan foydalanishni eslatsa.**

**Agar yovuz onglar menga tosh otsa, men ularga
yaxshi niyatli do'stona snaryadlar bilan qarshi
olaman.**

**Xushbo'y gullarini tanasiga bolta tushirgan qo'lga
sochadigan yasemin daraxti singari, menga
sovuqqonlik va adovat bilan munosabatda bo'lgan har
bir kishiga kechirim atirgul barglarini sochay.**

Ruhiy fikrlar

Donishmand Paramhansa Yogananda uchun

**Meditatsiyada ilohiy mavjudlik hissi ongni
xotirjamlik bilan to'ldiradi va tanani hayotiy energiya
bilan to'ldiradi**

**Chuqur, jimgina ruhiy muloqot orqali va fikr va
his-tuyg'ularni Xudoga yo'naltirish orqali izlovchi
tobora ko'proq quvonchni his qiladi va bu quvonch
Xudo bilan muloqot qilish va Uning muborak huzuriga
tegishning aniq dalilidir.**

**Men sizning qalbim tuprog'ini sinovlar va azob-
uqubatlar omochi bilan haydab, donoligingiz**

urug'larini uning egatlariga sepib turganingizni ko'rdim. Men o'sha urug'larni sug'orishda davom etdim va rahm-shafqatingiz quyoshi ularga porlaganida, ular o'sib, gullab-yashnadi, mamnuniyat va qoniqishning muborak hosilini berdi.

Inson Xudoni bilganida, u endi boshqalarning o'zidan farq qilishini his qilmaydi

Dono odamlar qanchalik xilma-xil bo'lishidan qat'i nazar, o'zgaruvchan sharoit va sharoitlarga qaramay, muvozanat va xotirjamlikni saqlaydilar.

Xudo eng oliy kosmik mukofot va mavjudlikdagi eng katta yutuqdir

Ey Rabbim, bugundan boshlab men Seni tanib-bilish uchun qo'limdan kelganini qilaman va dunyoviy burchlarimni e'tiborsiz qoldirmasdan yoki e'tiborsiz qoldirmasdan Senga yaqinlashish va Sening sevgingni his qilish uchun qo'limdan kelganini qilaman va barcha burchlarimni Senga sof qurbonlik sifatida bajaraman va shu tariqa Sening marhamatingga erishaman.

Xudo donolik va yorqin ilhom manbaidir. U barcha yaxshi qalblardan taralayotgan muborak hiddir. U samoviy atirgullar va shudringli fikr gullari bog'idir. U bizning sevgimizni ilhomlantiradigan va oziqlantiradigan eng buyuk sevgidir.

Xudo menga xotirjamlik ufqlarida O'zini namoyon qildi va men Uning ne'matini borligim manbalarida tatib ko'rdim, uyg'ongan vijdonimda Uning ovozini eshitdim va to'liq xabardorlik bilan men doimo menga singib ketadigan Uning nurini qabul qilaman.

Fikr eng moslashuvchan kuchdir, chunki u ongning eng nozik va shaffof tebranishidir. Siz fikrlarni cheksiz kichik birliklarga ajratishingiz mumkin, ammo siz hech qachon oxiriga yeta olmaysiz.

Inson o'zini xudbinlikning tor qamoqxonasiga cheklab qo'ymasligi, balki boshqalarni o'z yutuqlari va baxtiga jalb qilishi, Xudoning irodasi ishining vositasiga aylanishi kerak. O'zimiz haqimizda o'ylaganimizda, boshqalar haqida ham o'ylaylik; tinchlikni izlaganimizda, uni boshqalar uchun ham izlaylik. Boshqalarga baxt keltirish uchun harakat qilganlar Xudo tomonidan baraka topadilar va mukofotlanadilar.

Sen mening yagona fikrimga aylanmaguningcha seni o'ylashga ijozat ber

Biz ko'rib turgan olam tush ichidagi tushdir. Materiya nafaqat "muzlatilgan" energiya, balki "muzlatilgan" kosmik ongdir.

Rabbim, menga yordam ber va aql-idrokimni va kuchimni yo'naltir, toki men qorong'u onglarga nuringni olib kelay, ular ma'rifat topib, donoliging nurlari bilan porlasinlar. Va rahm-shafqatli kechirim kuchi bilan, azob-uqubat yo'lida qoqilib ketayotgan barcha birodarlar va opa-singillar bilan birga Sening oldingga kelishimga ijozat ber.

Kim Xudoni bilishni istasa, uning qalbida eng yuqori darajadagi sevgi bo'lishi kerak, pulni sevadigan xasis, sevgilisini orzu qiladigan oshiq va bir nafas havoni orzu qiladigan cho'kib ketayotgan odam kabi.

Moddiy narsalarning zavqi kamayib, yo'qolib boradi, ammo ta'riflab bo'lmaydigan ilohiy quvonch hech qachon kamaymaydi yoki yo'qolmaydi.

Ilohiy sevgi shabadasi sizning yorqin tabassumlaringizni yoysin, toki ularning nuri boshqalarning qalbidan zulmatni quvib chiqarsin.

Umuman olganda, sevgi nafratga qaraganda ancha katta psixologik kuch talab qiladi, ammo dono odamlar sevgini nafratga qaraganda osonroq deb bilishadi, chunki ular barcha mavjudotlarni oliy "men"ning bir qismi va kosmik ong bilan chambarchas bog'liq deb bilishadi.

Tinchlik har qanday kasallikning davosidir va qalbi sevgiga to'lgan, xotirjamlikdan bahramand bo'lgan va yaxshi ishlar qilishdan zavqlanadigan odamlar tinchlikning ta'mini bilishadi, bu esa zaruriy shart va har bir baxtli hayotning asosiy ustunidir.

Qalbi tosh bo'lganlarga sevgi, tashvish va tushkunlik qurbonlariga tinchlik, achchiq jahldorlarga shirinlik, azob-uqubat va og'riqdan aziyat chekayotganlarga quvonch ato eting va xato yo'lidan yurganlarga yaxshi o'rnak bo'ling.

Boshqalar bilan muomala qilishda halollik va samimiylikdan buyukroq narsa yo'q. Samimiyliksiz do'st orttirish oson, lekin samimiyliksiz do'stlikni saqlab qolishning iloji yo'q.

Diqqatni jamlashning ajoyib holatlari mavjud va meditatsiya qiluvchi bu holatlarga yetganda, u ruhiy

quvonch va ulug'vor vahiylarning g'ayrioddiy holatlarini boshdan kechiradi va shunday deb xitob qiladi:

"Men hamma joyda nimani qidirgan bo'lsam, uni o'zim bilan va ichimda topdim va uning yorug'ligini zulmat devorlari ortida ko'raman va uning mavjudligini sukunat tubida his qilaman."

Ilohiy sevgi - bu samoviy atirgullar va yorqin, gullab-yashnayotgan fikrlar bog'i. U bizning sevgimizni oziqlantiradi, his-tuyg'ularimizga ilhom beradi va baxtli orzularimizni ro'yobga chiqaradi.

Rabbim, qanday vaziyatga duch kelsam ham, ular mening ma'naviy o'sishimdagi keyingi qadam ekanligini tushunaman. Men barcha sinovlarni qabul qilaman, chunki men [yo'limda duch keladigan to'siqlar va qiyinchiliklarni] yengib o'tish uchun aqlim, tushuncham va kuchim borligini bilaman.

Tabiatshunoslar endi materiyaning tuzoqqa tushib qolgan energiyadan boshqa narsa emasligini anglab yetishsa-da, ma'rifatli o'qituvchilar materiyaning boshqarish sohasida nazariy bilimlardan amaliy qo'llanmalarga muvaffaqiyatli o'tdilar.

Agar hayotingizda baxtli bo'lishga qat'iy qaror qilsangiz, hech narsa sizni baxtingizdan mahrum qila olmaydi

Sof ilohiy sevgi oshiq qalbini go'zallik bilan to'ldiradi, Koinot Parvardigorining e'tiborini tortadi va Uning abadiy sevgisini o'ziga tortadi.

Men ko'plab taniqli, aqlli ishbilarmonlarni bilaman, ular ich-ichidan Xudoni bilishga va donolikka ega bo'lishga intilishadi, ammo shunga qaramay, ular o'z ishlari va ko'plab ijtimoiy majburiyatlari bilan bog'liq va buning uchun ular eng muhim vazifalarini - Xudo oldidagi burchlarini, aspiranturada o'qishni va oilaviy hayotni - pul va unchalik qadrsiz va muhim bo'lmagan majburiyatlar qurbongohiga qurbon qiladilar.

Bizni yaratgan Zot bizdan Uni sof, o'z-o'zidan paydo bo'ladigan sevgi bilan sevishimizni xohlaydi va agar biz sevgimizni Xudoga bag'ishlamasak, baxtning ta'mini bilmaymiz.

Men mag'rurlikni kamtarlik bilan, g'azabni sevgi bilan, hayajonni xotirjamlik bilan, xudbinlikni altruizm bilan, yomonlikni yaxshilik bilan, johillikni donolik bilan va xavotirni xotirjamlik va xotirjamlik bilan yengaman.

Bizning qalbimizda boshqalarning yaralarini tinchlantiradigan va ularning qalbidan qayg'u va og'riqni ketkazadigan mehrli qalb paydo bo'lishi kerak.

O'qituvchi Paramahansa talabalardan biriga shunday dedi:

"Sizning yaxshi odatlaringiz odatiy va tanish vaziyatlarda sizga yordam beradi, ammo muammolar yuzaga kelganda va tug'ma idrokka ehtiyoj paydo bo'lganda, ular hayotingizni boshqarish uchun yetarli bo'lmasligi mumkin. Chuqur mulohaza yuritish orqali siz har doim to'g'ri va noto'g'rini ajrata olasiz va hatto noodatiy holatlarga duch kelsangiz ham, hamma narsada to'g'ri qaror qabul qilishingiz mumkin."

Biz Xudosiz bir soniya ham yashay olmaymiz. U bizni mayin shabadalarda erkalaydi, quyosh nurlaridan bizga hayot baxsh etadi va biz yeydigan ovqat bilan ta'minlaydi. U atrofimizdagi boshqalarning qalbida va biz faqat U o'zimizniki va sevimlimiz deb bilamiz.

Kamtarlikning yoqimli va jozibali hidi bor, bu esa kamtar insonni hamma tomonidan sevib qolishiga olib keladi

Biz o'zimizni abadiylik va cheksizlik kabi buyuk narsalar haqida o'ylashga o'rgatishimiz kerak

Xudo O'zining oliy ishlarini yaratilish go'zalligida ochib beradi, lekin U o'sha nafis go'zalliklarda yashiringanligini va yashiringanligini oshkor qilmaydi.

Agar sizda kuchli ong bo'lsa va uni qat'iy qat'iyat tuprog'iga eksangiz va imoningiz chuqur bo'lsa, siz o'z g'oyalaringizni o'zida mujassamlashtira olasiz va yer yuzida ulkan yutuqlarga erisha olasiz.

Hayot soddalashtirilishi va ishlar osonlik va qulaylik bilan hal qilinishi kerak. Baxt mulohaza yuritish va o'zini tahlil qilish uchun vaqtga ega bo'lishdadir. Vaqti-vaqti bilan yolg'iz vaqt o'tkazishga harakat qiling, xotirjamlik va xotirjamlikdan kelib chiqadigan ichki xotirjamlikdan bahramand bo'ling.

Yomonlikning o'z kuchi bor; agar uning yo'llaridan yursangiz, u sizni yengib chiqadi. Agar adashsangiz, darhol taqvo va solihlik yo'llariga qaytishingiz kerak.

Ey Rabbim, qalbm xazinasida Sen uchun yashirgan qalbimning sog'inchini va asrlar davomidagi sevgimni qabul qil.

Osoyishtaligimning muqaddas joyida sen uchun bog' ekdim va uni sevgim atirgullari bilan bezatdim.

Sog'inchli qalb, g'ayratli ong va intiq qalb bilan men ruhiy sog'inchlarim va ilohiy sevgimning barcha gullarini Sening hamma narsani qamrab oluvchi Zotingning oyoqlariga qo'yaman.

Men har bir kunni Xudo haqida o'ylab va U haqida mulohaza qilib kutib olaman

Osmondagi har bir miltillovchi yulduz, har bir sof fikr, har bir yaxshi ish - bu men Senga qaraydigan deraza, Xudoyim.

Ey Rabbim, ovozingni eshitishimga ijozat ber, meditatsiya g'orida men o'zimda abadiy samoviy baxtni topaman; shunda tinchlik qalbm va borlig'imni ham sukunatda, ham faollikda to'ldiradi.

Agar bu dunyoda tinchlik va hamjihatlikda yashashni istasangiz, xotirjamlik va osoyishtalikni ta'kidlang va sevgi va xayrixohlik haqida fikrlaringizni yuboring.

Aksariyat odamlar boshqalarning nusxalari bo'lib, boshqalarning aytganlari va qilganlariga taqlid qilishadi. Inson noyob bo'lishi va o'zining noyob tabiatining eng yaxshi tomonlarini namoyon qilishi kerak.

Agar baxtga erishishdan umidingizni uzgan bo'lsangiz, xursand bo'ling va umidingizni yo'qotmang, chunki qalbingiz doimo quvonchli Buyuk

Ruhning aksidir va mohiyatiga ko'ra u baxt manbai hisoblanadi.

Agar siz aqliy diqqatingizni yumsangiz, hayotingiz ufqida baxtning yorqin quyoshini ko'ra olmaysiz. Lekin ongingizning qovoqlarini qanchalik mahkam yopsangiz ham, baxt quyoshi baribir ongingizning yopiq kameralariga kirishga harakat qiladi.

Tinchlik derazalarini oching, shunda siz o'zingizda to'satdan baxt nurini ko'rasiz, chunki agar siz fikrlaringizni ichkariga qaratsangiz, quvonchli ruh nurlarini sezish mumkin.

O'z-o'zini anglash yuqori darajalar va mavjudlik ufqlariga ko'tarila boshlaganda, meditatsiya kosmik tumanni tozalaydi.

Har bir ixtirochi moddiy ehtiyoj bilan harakatlanadi; zarurat ixtironing onasidir. Xuddi shunday, donolar ham zarurat tufayli qizg'in ma'naviy izlanuvchilarga aylanishdi. Ular ichki qoniqishsiz hech qanday tashqi omad uzoq muddatli baxt keltira olmasligini aniqladilar.

Yagona oy tun zulmatini yo'q qiladi. Xuddi shunday, Xudoning nuri va bilimi bilan yoritilgan, ilohiy sevgiga asoslangan qalb, qayerga borsa ham, boshqalarning qalbidagi zulmatni yo'q qiladi, sevgi, tushunish va tinchlik nurini tarqatadi.

Do'stlarga ega bo'lish uchun biz boshqalarga chinakam mehr ko'rsatishimiz kerak. Do'stlikka magnit eshikni ochganlar o'xshash tebranishlarga [moyillik va temperamentga] ega qalblarni o'ziga tortadi.

Baxt barcha yer yuzidagi sinovlar va ikki tomonlama tabiatdagi tajribalar orqali psixologik ravshanlikni saqlashda yotadi

Qalb kim bilandir bo'lganda, u o'sha odamning barcha fazilatlarini o'ziga tortadi. Kim yaxshi odamlar haqida o'ylasa, uning yaxshiligi unga o'tadi va kim odamlarni ilhomlantirishga mehr bilan e'tibor qaratsa, unga ilhom keladi va kimki, hatto fikrlashda ham, tirik vijdon, olijanob axloq va sharaflı niyat egalari bilan bog'lansa, ularning olijanoblighi va axloqidan bahramand bo'ladi, chunki ong magnit kabi o'ziga tortadi [va shunga o'xshashlarni o'ziga tortadi]

Xudoga bo'lgan cheksiz sevgi toshqini sog'ingan qalbning qalbini qamrab olganda, bu tajribani so'zlar bilan tasvirlab bo'lmaydi. Bu sevgi qalbning siri, Xudo bilan chuqur bog'liqlik, xuddi o'zlik zulmatini yutib yuboradigan muqaddas olov kabi, izlovchiga Xudoning nurini idrok etish va Uning yaqinligini his qilish imkonini beradi.

Kichik bir piyola ichidagi okeanni sig'dira olmaydi. Xuddi shunday, moddiy idrokning jismoniy va ruhiy cheklovlari bilan cheklangan inson ongi, istak qanchalik kuchli bo'lishidan qat'i nazar, kosmik ongni sig'dira olmaydi. Biroq, chuqur va izchil meditatsiya orqali inson ongi yuksaltirilishi va uning idroki kosmik ongga tegish darajasigacha kengaytirilishi mumkin.

Bir kuni Nyu-Yorkda bir kishi menga [ma'ruzalarimdan birini tugatgandan so'ng darhol] yaqinlashdi va jismoniy tanasini tark etib, astral tanasida sayohat qilishini talab qildi. Men unga: "Men sizning bunday qobiliyatga ega ekanligingizni

tasavvur qilayotganingizga ishonmayman", dedim. Lekin u meni sinab ko'rishda turib oldi, shuning uchun men rozi bo'ldim va: "Mayli, unda astral tanangizda pastga tushing va restoranda nima borligini ayting", dedim. U bir oz jim qoldi, keyin: "O'ng burchakda katta pianino bor", dedi. Men uning buni tasavvur qilayotganini bilardim, chunki uning nafas olishi va pulsi normal edi, shuning uchun men: "Aksincha, agar siz u yerga borsangiz, stol atrofida o'tirgan ikkita ayolni topasiz deb o'ylayman", dedim. U mening taklifimni masxara qildi, shuning uchun men: "Hozir birga restoranga boraylik", dedim. Biz yetib kelganimizda, u aytgan burchakka bordik, lekin u yerda pianino yo'q edi; buning o'rniga, biz stol atrofida o'tirgan ikkita ayolni topdik. Nihoyat, do'stimiz o'zining xayollari bilan aldanganini angladi.

Xudoga ishonish va ichki uyg'unlik inson uchun hayot yukini ko'tarishda eng katta yordam va tayanchdir.

Biz Xudoning ovozi sog'lom fikrlarda aks-sado berayotganini tinglashimiz kerak. Yaxshi fikrlar Xudo va farishtalar ruhlaridan bizga yo'l-yo'riq ko'rsatish va yordam berish uchun kelgan ilhomlarga o'xshaydi. Shayton ham o'zining shaytoniy pichirlashlari orqali insoniyatni bo'ysundirishga harakat qiladi, bu esa yomon fikrlar, zararli niyatlar va nopok niyatlar sifatida namoyon bo'ladi, ularga fikr sohasini egallashga va ong makonini ifloslantirishga yo'l qo'yilmasligi kerak.

Izlovchining ibodati qalbining tubidan chiqqanda, ularning so'zlari Xudoga bo'lgan muhabbat bilan to'lib-toshadi va boshqalar uning ma'naviy ta'sirini his qilishadi va ularning huzurida ilohiy sevgini his

qilishadi. Biroq, agar izlovchi kuchsiz bo'lsa, atrofdagilar bu sevgini ulardan o'g'irlashlari mumkin. Bu ular o'zlarining ma'naviyatini maqtay boshlaganlarida va hayratda qolganlarida sodir bo'ladi. Agar ular boshqalarga ilhom bera olganliklari uchun o'zlarini buyuk his qilishlariga berilib ketsalar, zaiflik paydo bo'ladi, mag'rurlik ularning qalbini egallab oladi va natijada ular Xudoga bo'lgan sevgisini yo'qotadilar.

Inson ongi kasallikka qarshi kurashish va qiyinchiliklarni yengish orqali mustahkamlanadi. Aqlni zaiflashtiradigan narsa dushman, uni kuchaytiradigan narsa esa tinchlik maskanidir. Hayot voqealariga jasorat va matonat bilan yuzma-yuz keling. Xudo menga bu hayot kosmik tush ekanligini ko'rsatdi. Ma'naviy ongimiz uyg'onganda, biz hayot tajribalarini quvonch va qayg'uning o'tkinchi tushi sifatida eslaymiz va Xudoda o'lmas ekanligimizni anglaymiz.

Dono Paramahansa shogirdlaridan biriga shunday dedi:

Sevgi shohligingiz chegaralarini asta-sekin oilangizni, qo'shnilaringizni, jamoangizni, mamlakatingizni, barcha mamlakatlarni va barcha tirik mavjudotlarni qamrab olish uchun kengaytiring. Xudoning yaratganlariga nisbatan qalbi mehr-shafqat va mehr-oqibat bilan to'lib-toshgan universal do'st bo'ling va hamma joyga sevgini tarqating.

Qalblarni tekshiruvchi bizdan faqat qalbimizni xohlaydi

Xudoni shaxsiy manfaat uchun emas, balki Unga bo'lgan sog'inish, Unga bo'lgan ishtiyoq va Unga sof,

sobit va aniq sevgi bilan iltijo qilish orqali izlash kerak.

Insonning Xudoga bo'lgan sevgisi uning o'lik jismoniy tanasiga bo'lgan bog'liqligiga teng bo'lganda, Xudo ularning oldiga keladi.

Bir yoki ikki marta sho'ng'ishda marvarid tutmagan kishi dengizni emas, balki uning sho'ng'ish usulini va chuqurlikning yo'qligini ayblamasligi kerak.

Kimki ong dengiziga chuqurroq kirsam, ilohiy mavjudlik durdonasini topadi.

Tinchlik - bu sukunat ko'zalaridan quyilgan samoviy ichimlikdir

Vaqtinchalik umidsizlik va umidsizliklarning kulrang bulutlari ortida yutuqlar nurlari doimo yorqin porlaydi.

Baxt, muvaffaqiyat va xotirjamlik meditatsiya va iltijo orqali Xudoning irodasi bilan uyg'unlashishga harakat qilishdan kelib chiqadi, bu esa hayot matosini kosmik kuchlar bilan uyg'unlikda to'qib beradigan kuchdir.

Hayotdagi motivatsiya yaxshi ishlar qilish va sevgi va tinchlik aurasini tarqatish bo'lishi kerak

Sizning tabiatiingiz abadiydir, shuning uchun o'zingizni moddiy cheklovlar va dunyoviy cheklovlar bilan yuklamang. Qo'ldan boy berilgan imkoniyatlar uchun har bir pushaymonlikni sizga mamnuniyat va quvonch keltiradigan yangi yutuqlarga bo'lgan nekbinlikka aylantiring.

**Hayotning kichik zavqlaridan bahramand bo'lish
uchun ko'p vaqtingiz bo'lishi uchun hayotingizni
soddalashtiring**

**Bu ajoyib va mo''jizakor olamning har bir atomida
Xudo mo''jizalarni to'xtovsiz ko'rsatadi.**

**Xudo johillik zulmatini doimo yo'q qiladigan
nurdur. U qalbimiz tuprog'ini oziqlantiruvchi hayot
daryosidir.**

**Uyg'un fikrlash har xil nomuvofiqlik va
kelishmovchiliklarga to'la bo'lib tuyuladigan bu
dunyoda uyg'unlik va hamjihatlikni keltirib chiqaradi.**

**Imkoniyatimiz doirasida olijanob va go'zal ishlarni
bajarishga turtki har bir munosib yutuqning ortidagi
ijodiy kuchdir. Biz mukammallikka intilamiz, chunki
qalbimiz o'zining ma'naviy tabiati va ilohiy manbai
bilan muhim birlik bilan qayta bog'lanishni istaydi.**

**Biz bugun shu yerdamiz va ertaga ketamiz,
shunchaki kosmik tushdagi soyalar. Ammo bu
o'tkinchi tasvirlarning haqiqatga zidligi ortida
qalbning abadiy haqiqati yashiringan.**

**Dono odamlar sizning ularga itoat qilishingizni
xohlamaydilar, lekin agar siz ularning ko'rsatmalarini
qabul qilishga ixtiyoriy ravishda rozi bo'lsangiz, ular
sizga haqiqatni va siz uchun eng yaxshisini to'liq
halollik va xolislik bilan aytib berishadi.**

**O'sib, yangi tanalar va shoxlar chiqaradigan tirik
daraxt bo'ling. Kuchli qalb egalari aytadi:**

"Hayotimizda quyosh nurlari bor va bizda ishlash, umidlar va yutuqlar shoxlarini ochish imkoniyatlari bor."

Boshqalar bilan muomala qilishda halollik va samimiylikdan buyukroq narsa yo'q

Qo'lingizdan kelganicha harakat qiling, keyin dam oling va hamma narsani kuch bilan o'zgartirishga urinishning o'rniga, tabiiy yo'nalishiga yo'l qo'ying.

Ustoz Paramahansa shogirdlaridan birini ruhlantirib shunday dedi:

Agar ibodatlaringiz Xudoga yetib borsa, gunohlaringiz zulmat okeanidan chuqurroq va Himolay tog'laridan balandroq bo'lishining ahamiyati yo'q ; Xudo ularni kechiradi va go'yo hech qachon bo'lmagandek yo'q qiladi, agar siz ularni takrorlamaslikka qat'iy qaror qilsangiz. Siz bir muddat zulmat qatlamlari ostida cho'kishingiz mumkin, lekin siz ilohiy olov uchqunisiz - hech qachon so'nmaydigan yoki o'lmaydigan abadiy mash'aladan chiqqan alanga. Siz alangani to'sib qo'yishingiz mumkin, lekin uni o'chira olmaysiz.

O'z irodasidan doimiy ravishda, xotirjamlik bilan va kuchli foydalanish kosmik kuchlarni harakatga keltiradi va Koinot Parvardigorning javobini keltirib chiqaradi.

Ko'p odamlar sevgining tabiatini tahlil qilish zarur deb hisoblamaydilar. Ular buni qarindoshlari, do'stlari va boshqalarga nisbatan kuchli jozibadorlik hissi sifatida ta'riflaydilar. Lekin sevgi bundan ham ko'proq narsani anglatadi. Sizga chinakam sevgini

tasvirlashning yagona yo'li - bu uning qalbga ta'sirini tasvirlashdir. Ilohiy sevgining hatto kichik bir uchquni ham his qilish insonni shunchalik cheksiz quvonchga to'ldiradiki, uni jilovlash qiyin. Sevgi keltiradigan qoniqish sevgi tuyg'usining o'zida emas, balki u keltiradigan quvonchdadir. Haqiqiy sevgi bizga ta'riflab bo'lmaydigan baxt beradi.

Tananing hayot kuchi muvozanatli ovqatlanish, nekbinlik va tabassum orqali saqlanishi kerak. O'zida quvonch topganlar o'z tanalari hayot energiyasidan kelib chiqadigan elektr toki bilan zaryadlanganligini, ilohiy iroda va umuminsoniy ong bilan chambarchas bog'liqligini kashf etadilar. Tabassum sog'liq uchun juda foydali. U ijobiy tebranishlarni tortadi, nekbinlik ufqlarini ochadi va ichki xotirjamlik va psixologik tasalli keltiradi.

Butun dunyo "sevgi" so'zining asl ma'nosini unutdi va afsuski, u noto'g'ri tushunildi va noto'g'ri ishlatildi. Zaytunning har bir qismida moy bo'lgani kabi, sevgi ham butun mavjudotga singib ketgan. Lekin sevgini ta'riflash nihoyatda qiyin, xuddi apelsinning ta'mi va lazzatini tasvirlashga urinish kabi. Apelsinning ta'mini chinakam tushunish uchun uni o'zingiz tatib ko'rishingiz kerak va bu sevgiga ham tegishli.

Har bir inson qalbida qandaydir shaklda sevgini boshdan kechirgan va shuning uchun uning mohiyatini tushunadi, lekin uni qanday qilib rivojlantirish, poklash va ilohiy sevgiga aylantirishni bilmaydi. Ilohiy sevgi uchquni ko'pchilik qalblarda yoshligidanoq mavjud, lekin u ko'pincha yo'qoladi, chunki odamlar uni qanday qilib parvarish qilish va rivojlantirishni bilishmaydi.

**Hayot tajribalar maktabidir va barchasi bir
yo'nalishga ishora qiladi: Xudo**

**Hayotning o'zgaruvchan sahnalari haqiqiy hayotni
yashiradi. Haqiqiy bo'lmagan ko'rinadigan
narsalarning harakatlanuvchi tasvirlari ortida ko'zdan
yashiringan haqiqiy kosmik hayot yashiringan.**

**Muammolar va qiyinchiliklar insonning ma'lum bir
vaqtda va joyda sodir etilgan o'tmishdagi
harakatlaridan bexabarligidan kelib chiqadi. Ularning
hozirgi azob-uqubatlari ularning ong tuprog'ida ildiz
otgan, o'simlikka aylanib, o'sha fikrlar va
harakatlarning o'ziga xos xususiyatlarini aks
ettiruvchi mevalarni bergan fikrlari va ishlaridan kelib
chiqadi.**

**Sinovlar va azob-uqubatlar insonni sindirish va
uning irodasini falaj qilish uchun emas, balki uni
Xudoni munosib qadrlashi va Uning qonunlarini
hurmat qilishi uchun keladi, bu orqali u haqiqiy
baxtga erishadi.**

**Ustoz Paramahansa bir guruh shogirdlariga
shunday dedi:**

**Ichki xotirjamligingizni yo'qotmasdan bu dunyoda
yashash san'atini mashq qiling va o'zini anglashning
ajoyib va ajoyib bog'iga erishish uchun muvozanat
yo'lidan boring.**

**Kamtarlikda biz o'z-o'zini anglashning xushbo'y,
gullab-yashnayotgan gullari bilan to'ldirilgan orzular
vodiysini topamiz.**

Xudoning go'zalligi cheksizdir. Atirgul va gullardan bahramand bo'lish yaxshi, lekin ularning go'zalligidan bahramand bo'lishdan ko'ra, ularning pokligi va go'zalligi ortidagi Xudoning yuzini ko'rish kattaroqdir. Musiqadan olinadigan zavq, musiqaga bo'lgan muhabbatning o'zi, uning ohanglari orqali oqayotgan Xudoning ijodiy ovozi bilan taqqoslanmaydi.

Tinchliksevar qalblar insoniy va ilohiy buloqlardan oqib chiqadigan donolik suvlarini to'playdilar

Rabbim, bilamanki, Sen qalbimning jimgina so'zlarini va yuragimning Senga bo'lgan iltijolarini tinglaysan.

Keling, har doim sevgi, halollik va samimiylilikni qabul qilib, har kuni o'z-o'zini anglash oynasiga qarab va qalb tubini o'rganib, hayotimizni har tomonlama go'zallashtirishga intilaylik.

[Zeriktiruvchi odatlardan] bexabarlik qichishish yoki tirnalishga o'xshaydi. Zerikarli tuyg'udan xalos bo'lish uchun terining tirnalish istagiga qanchalik ko'p berilsangiz, tirnalish istagi shunchalik kuchayadi va bu tuyg'uni qanchalik ko'p e'tiborsiz qoldirsangiz va unga berilmasangiz, u sizni shunchalik kam bezovta qiladi.

Boshqalarning huquqlarini poymol qilmaslik, ularni yerlaridan, tinchligidan, sevgisidan, qadr-qimmatidan yoki biron bir moddiy yoki nomoddiy boyliklaridan mahrum qilmaslik kerak. Agar o'zingizniki bo'lmagan narsani olish istagini his qilmasangiz, sizga kerak bo'lgan narsa yoki xohish sizga keladi. O'g'irlik birinchi navbatda ongda paydo

**bo'ladi. Inson boshqalarga hasad qila boshlaganda.
Yomon niyat urug'larini ongdan sug'urib olish kerak.**

**Ma'naviy orzular tongida inson o'z hayotini go'zal
tarzda shakllantirish uchun donolik chizig'ini tanlaydi.**

**Tabiatdagi barcha go'zal narsalarga
qaraganimizda, ichimizda mehr va rahm-shafqat
tuyg'usini his qilamiz.**

**Hayotdagi har qanday muhim qadam batafsil va
batafsil o'ylab ko'rishga, shuningdek, turli
sharoitlarda kundalik tajribalar olovida ko'rib
chiqishga loyiqdir.**

**O'zini o'zi ta'minlaydiganlar to'g'ri hayot
kechiradiganlardir. Baxt faqat sof fikr va solih
amallardan kelib chiqadi. Agar siz hozir baxtli
bo'lsangiz, kelajakda ham, bu dunyoda ham, keyingi
dunyoda ham baxtli bo'lasiz. Imkoniyat quyoshi
porlayotgan paytda donolik mevalarini yig'ib, omad
to'plashimiz kerak. Boshqacha qilib aytganda, biz juda
kech bo'lmasdan oldin imkoniyatlardan
foydalanishimiz kerak.**

**Hayot yo'llarida qat'iyat va xotirjamlik bilan
yuring, cheksiz ijodiy kuch siz bilan ekanligini, sizga
hamrohlik qilayotganini va sizni qo'llab-
quvvatlayotganini bilib oling.**

**Hayotning tobora ortib borayotgan bosimlariga
dosh berish uchun har bir kishi yolg'izlik va dam olish
davriga muhtoj va shaxslar bir-birlarining
mustaqilligini hurmat qilishlari kerak.**

Hayotning har bir soyasi ortida Xudoning buyuk nuri yashiringan

Iymon rulini mahkam ushlang va hayotingiz kemasini qiynaydigan noqulay tashqi sharoitlardan qo'rqmang. Erishmoqchi bo'lgan "imkonsiz narsalar"ga Xudoning yordami bilan, barcha qiyinchiliklarga bardosh beradigan imon kuchi orqali erishishingizga ishoning.

O'zingiz bilan uyg'unlikka erisha olsangiz, boshqalar bilan hamjihatlikda bo'lishingiz mumkin.

Bu dunyo bizning uyimiz emas; bizning uyimiz boshqa tomonda, Xudoning kosmik ongida.

Uyg'unlik, sevgi va saxovatga to'la samarali hayot kechirishdan ko'ra hayajonliroq narsa bormi?

Boshqa odamlarning hayotiy g'oyalarining toza havosidan nafas oling va ularning yorqin, ijobiy nuqtai nazarlaridan foydalaning

Xudoning sevgisiga intilayotgan bir nechta samimiy dindorlarni ko'rganimda yuragim quvonchga to'ladi. Biz bu dunyoga faqat Xudoni sevish va Unga sadoqat va kamtarlik bilan xizmat qilish mevalarini olish uchun kelganmiz.

Faqat hozirgi zamonda yashang, kelajakda emas. Bugun qo'lingizdan kelganini qiling va ertangi kunga qaramang.

Ichki sukunat g'orida siz donolik bulog'ini topasiz

Peshonada, qoshlar orasida jannatga olib boradigan darvoza joylashgan. Miyadagi bu markaz [ruhiy ko'z yoki ruhiy ongning joylashuvi] iroda o'qidir. Agar siz aqliy kuchingizni shu markazga qaratsangiz va irodangizni muloyimlik bilan rag'batlantirsangiz, xohlagan narsangizga erishasiz (Biz ko'pincha biror narsani eslashga harakat qilayotgan odam ongsiz ravishda peshonasidagi bu nuqtaga tegishini kuzatamiz).

Shuning uchun, inson o'z irodasidan yomon maqsadlarda foydalanmasligi kerak. Boshqalarga qasddan zarar yetkazishni istash Xudo bizga bergan kuchlardan qo'pol ravishda suiiste'mol qilishdir. Agar irodangiz sizni yo'ldan ozdirayotganini ko'rsangiz, to'xtang, chunki bu yo'nalishda davom etish nafaqat ma'naviy energiyani isrof qilish, balki bu kuchni yo'qotishingizga ham olib keladi va undan hatto yaxshilik uchun ham foydalana olmaysiz.

Biz, insonlar, o'zini tuta bilish qobiliyatiga egamiz. Garchi biz to'liq erkin bo'lmasak ham, erkinlik kaliti bizda. Shunga qaramay, ko'pchilik tartibsiz yashaydi, Xudo bergan aql va iroda erkinligidan foydalanib, o'zini o'zi boshqarishga erisha olmaydi.

Yo'lbars o'ldirish instinkti bilan boshqariladi va bu borada boshqa chorasi yo'q. Ammo odamlar erkin iroda va aqlga ega, bu ularga zararli instinktlar va odatlarning asirligida qolish o'rniga, o'z vaziyatlarini doimiy ravishda yaxshilash va o'z darajalarini oshirish imkonini beradi.

Bir safar poyezdda ketayotgan edim, ob-havo juda issiq edi va havo xuddi pechdan chiqayotgandek tuyuldi. Atrofimdagi hamma kuchli issiqdan aziyat chekayotgan edi, lekin men ichimda jilmayib qo'ydim,

**chunki ongim issiqlik haqidagi fikrdan ajralgan edi,
chunki men o'zimni pechda issiqlik hosil qiladigan
elektr toki muzlatgichda muz hosil qilishiga
ishontirgan edim va o'sha paytda tanamni muz
qatlami qoplab olgandek his qildim.**

**Men boshqalarga sevgim va ezgu tilaklarim
to'lqinlarini yuborganimda, ilohiy sevgining menga
kelishi uchun darvoza ochaman**

**Hayotingizdagi zerikarli narsalardan xalos
bo'lishga harakat qiling yoki agar kerak bo'lsa, ularni
ruhiy jihatdan bezovta qilmasdan, ularga chidab
turing.**

**Agar inson toza bo'la olsa, uning iflos bo'lib
qolishiga hojat yo'q**

**Kulbada yashashga saroyda yashashga qanchalik
bog'langan bo'lsa, shunday bog'liq bo'lishi mumkin.**

**Ma'naviy muvaffaqiyatga erishishning eng muhim
omili - bu harakat qilishdir**

**Dunyoviyilar Xudoning in'omlarini izlaydilar,
donolar esa Beruvchining O'zini izlaydilar.**

**Kechasi men dunyo talablaridan butunlay voz
kechaman va undan butunlay uzoqlashaman, yolg'iz
o'zimning irodam bilan fikrlarimni boshqaraman,
ularni to'g'ri qarorga kelgunimcha va uni qanday
amalga oshirish kerakligiga yo'naltiraman. Keyin
irodamni tegishli harakatlarni amalga oshirishga
undayman va Xudoning yordami bilan muvaffaqiyatga
erishaman. Shu tarzda men irodamdan ko'p marta
samarali foydalanganman, ammo bu faqat undan
izchil va uzluksiz foydalanish orqali mumkin.**

Moviy ufqda chizilgan tog'larning tasviri, inson tanasining ajoyib mexanizmi, atirgullar va yashil ipak gilam, qalblarning olijanobligi, aqllarning yuksakligi va sevgi chuqurligi bularning barchasi bizga go'zal Xudoni va barcha olijanoblik va olijanoblik manbaini eslatadi.

Agar inson o'z tabiatini aqliy, moddiy va ma'naviy jihatdan muvozanatli rivojlantirish ustida ishlamasa, u chinakam baxtni tatib ko'rmaydi. Ma'naviy tushuncha bizni donolikka ilhomlantiradi va egoning donolik, sog'lom fikr va idrok ustidan hukmronlik qilishiga yo'l qo'yish oqilona emas; aksincha, yakuniy qaror tushuncha va vijdonga bog'liq bo'lishi kerak.

Agar qalbingizni Xudo haqidagi g'oyaga bo'lgan muhabbat va intilish bilan to'ldirsangiz va uni ichingizda chuqur saqlasangiz, unda Koinot Parvardigori sizning oldingizga keladi va sizdan bu g'oyani qabul qiladi, chunki ilohiy intilish Xudoning qalbiga ta'sir qiladi.

Xudoda xotirjam bo'lganingizda, bog'lanmasdan hamma narsadan bahramand bo'lishingiz mumkin. Shuning uchun, Xudoni bilishga harakat qilish juda muhimdir, aks holda hayot sizni hafsalangizni pir qilishi va umidlaringizni dahshatli tarzda barbod qilishi mumkin.

Vaqtimiz o'tadi va hozir ko'rib turganimiz bir kun yo'qolib ketadi. O'zgarish sizga zarar yetkazishiga yo'l qo'ymasangiz yaxshi bo'ladi, agar u og'riqli bo'lsa, agar ularni bajara olmasangiz, sizga azob keltiradigan istaklardan voz kechish haqida ogohlantirish vazifasini bajaradi.

Koinotdagi hamma narsa bir-biri bilan chambarchas bog'liq va bir-biri bilan chambarchas bog'liq. Xudo bizga bergan inson aql-zakovatidan to'g'ri foydalanish orqali biz butun hayot Oliy Aql bilan bog'liqligini anglaymiz.

Inson ongini hayratga soladigan butun jismoniy mavjudot koinotning hayratlanarli mo''jizalari haqida faqat hayajonli ishoralar beradi.

Hech bir vazifani shamoldagi pat kabi chalkash va bezovta ong bilan bajarish mumkin emas. Aksincha, barcha vazifalar ichki va tashqi xotirjamlik, xotirjamlik va o'zini tuta bilish, aql va katta diqqat bilan bajarilishi kerak.

Agar siz har kuni Xudo haqida chuqur mulohaza yuritishga va Unga iltijo qilishga vaqt ajratsangiz, buning evaziga katta tasalli va chinakam baxtga erishasiz

Har bir kun hayot in'omlari uchun minnatdorchilik kuni bo'lishi kerak: quyosh nuri, suv, mazali meva va sabzavotlar, bular eng buyuk in'om beruvchi Xudoning bilvosita in'omlaridir.

Men o'zim ustidan shohman, mol-mulk shohi emasman. Menda hech narsa yo'q, lekin men o'z tinchligim shohligini boshqaraman va abadiy qoniqish taxtida o'tirganman.

Xotirjam bo'lganingizda, ichingizda baxt dunyosi pulsatsiyalanayotganini his qilasiz

Inson sevgisi Xudoning shartsiz sevgisiga asoslanmagan bo'lsa, ma'nosizdir. Yigit va qiz sevib qolishi mumkin, ammo bir muncha vaqt o'tgach, uning o'rnini nizo va nafrat egallaydi. Insoniy ishtiyoq nomukammal, ilohiy sevgi esa mukammal va abadiydir.

Ilohiy sevgini boshdan kechirishning yagona yo'li - bu Xudoni rozi qilish uchun hamma narsani qilishdir, shunda Xudo sizga kutmagan yo'llar bilan kelishini va Uning quvonchi sizni qamrab olishini va Uning nuri sizga porlashini ko'rasiz.

Mening orzuim odamlar qalbida Xudo uchun ibodatxonalar qurish va Uning muborak tabassumini ularning yuzlarida porlashini ko'rishdir. Hayotdagi eng katta yutuq - bu insonning qalbida Xudoga ibodatxona bag'ishlashidir va bunga osongina erishish mumkin.

Ko'p odamlar o'z tashvishlari haqida gapirish uchun menga kelishadi va men ulardan tinchlanishlarini, mulohaza yuritishlarini va tinchlik va ma'naviy xotirjamlikni his qilmaguncha boshqa yechimlarni o'ylamasliklarini so'rayman. Aql xotirjam bo'lganda va Xudoga bo'lgan ishonch kuchli bo'lganda, muammolarga yechimlar muqarrar ravishda paydo bo'ladi. Muammolarni e'tiborsiz qoldirish ularning yo'q bo'lib ketishini kafolatlamaydi va ular haqida tashvishlanish ijobiy natijalar bermaydi. O'zingizni xotirjam his qilguningizcha mulohaza qiling, keyin muammoingiz haqida o'ylang va Xudodan yordam so'rab chin dildan ibodat qiling. Muammoga e'tiboringizni qarating, shunda siz tashvishlanmasdan yoki mashaqqatli harakatlarsiz yechim topasiz.

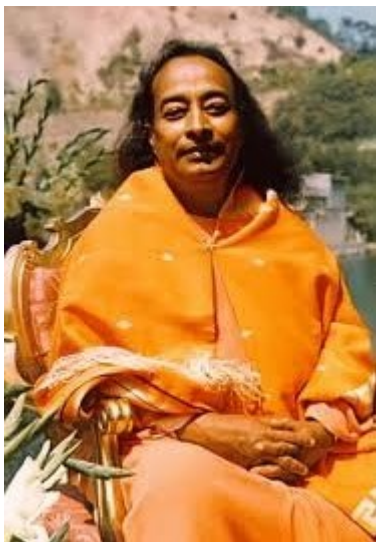
Ey Rabbim, hayotimning nayida o'lmas kuylaringni chal, toki men muqaddas kuylaringning tebranishlaridan baraka topsam.

Baxt va xotirjamlik uchun his-tuyg'ularni nazorat qilish juda muhimdir. Shunda hech kim sizni bezovta qila olmaydi yoki sizda hasadni uyg'ota olmaydi, siz ichingizda sobit va mag'rur bo'lib qolasiz va hech kim sizga qarshi chiqa olmaydi yoki xotirjamligingizni buzolmaydi.

Kamtarlik ilohiy rahmat yomg'irini olishning eng ishonchli yo'lidir

Ba'zan odamlar Xudo ulardan uzoqda, koinotning uzoq bir joyida deb o'ylashadi va shuning uchun Unga murojaat qilishmaydi. Lekin U Uni o'ylaydigan va Uni o'zlariga yaqin deb biladiganlar uchun U yaqindan ham yaqinroq va sevimlidan ham azizroqdir.

ma'naviy



Ruh uyg'onishi kerak

Zaiflik uyqusidan va umidsizlik kishanlaridan

Va uning donolik, yorug'lik va tinchlik olamiga chiqishi

Buning bir nechta usullari mavjud
Ular orasida o'zini o'zi boshqarish ham bor
To'g'ri ovqatlanish
Jasorat va tamoyillarga sodiqlik
Barqaror psixologik holat
Va qiyinchiliklarga duch kelganda jasorat
Va ongni hissiy chalg'ituvchi narsalardan xalos qilish
uchun
Ijobiy narsalarga intellektual e'tibor qaratish
U hayot kurashlarida mag'lub bo'lishdan bosh tortdi
Chunki mag'lubiyatni tan olish qat'iyatni susaytiradi
Cheksiz ruhiy kuchlarni faollashtirish
Yaratuvchi insoniyatga bergan narsa
Va Xudoning huzuriga tegmaguncha, Uning huzurida
mulohaza yuritish
Xudoning mavjudligining eng aniq ko'rsatkichlari
Bu haqda o'ylash paytida ortib boradigan quvonchdir
Aql bo'sh bo'lganda
Xurofot, tarafkashlik va adolatsizlikdan
Va tor fikrlash yo'qolganda
Boshqalarga hamdard bo'lganimizda
Biz ibodat uylarining barcha xilma-xilligi bilan

Ular Xudoning uylaridir

Hayot kurash va bajarilishi kerak bo'lgan burch
ekanligini anglaganimizda

Va shu bilan birga, o'tkinchi tush

Biz Xudoni sevgi bilan o'ylaganimizda

Biz boshqalarni xursand qilish uchun ishlaymiz

Yaxshi so'zlar va fidoyi xizmat bilan

Shunda biz Xudo biz bilan ekanligini anglay olamiz

Va biz u bilan yaqin aloqadamiz

Kosmik tartib: Kuch va aql o'rtasida

Ba'zi odamlar anglamaydilar

Kuch va aql o'rtasida farq bor

Elektr energiyasi - bu kuch

Lekin agar u chiroqqa qo'yilmasa

Bu biz foydalanishimiz mumkin bo'lgan yorug'likni

bermaydi

Lampochkaga elektr energiyasini joylashtiradigan narsa

aql-idrokdir

Tabiatning barcha kuchlari bunga qodir emas

O'z-o'zidan qoniqarli ishlash

Ularni yo'naltirish va muvofiqlashtirish uchun aql-

idroksiz

Shunday qilib, biz kosmik intellekt fabrikasini ko'ramiz

U muvofiqlashtirilgan tarzda ishlaydi

Steam narsalarni harakatlantirish kuchiga ega

Olov suvni bug'ga aylantiradi

Bular shunchaki ikkita kuch

Tabiat kuchlaridan

Lekin ularning tabiiy, jilovlanmagan holatida

Ular hech qanday sezilarli foyda keltirmaydi

Lekin ular oqilona ishlatilganda
Va ularni to'g'ri yo'naltiring
Ular insoniyatga katta xizmat ko'rsatadilar
Bundan biz xulosa chiqaramiz
Yer va butun koinot
Ular qat'iy tartibda ishlaydilar
Bu inson hayotini mumkin qiladi
Bu kosmik tartib
"Yoki "samoviy jismlarning ritmi
Bu oliy ilohiy aqlning mahsulidir
Koinot Usiz mavjud bo'lmas edi
Va cheklangan inson aqli hech qanday kuchga ega emas
Uning sirlari va sirlaridan xabardor bo'lish
Chaqirish
Ey Ilohiy Nur
!Moddaning singib o'tuvchi atomlari
Siz yashirin va ko'rinmassiz
Sezgilar sizni idrok eta olmaydi
Quyosh nurida bo'lsin
issiq oltin rang
Yoki oyning sovuq kumush arqonlarida
Samoviy chiroqlar tabiatni ochib beradi
Lekin bu sizga ko'rsatmaydi
Materiyaning ko'rinadigan dunyosi
Kuchli yorug'lik tufayli
Ko'zlarimga shunchaki qorong'ulik
Yashirin ulug'vorligingizni idrok etish uchun aql-
idrokimni o'rgating
Barcha yaratilishlarda namoyon bo'ladi
Miya mintaqasida
Inson miyasi, shu jumladan
Topografiya va burmalar bo'yicha
U arterial kanallarni o'z ichiga oladi
Va qon tomirlarining qorong'u daryolari
Bu katta mamlakatning miniatyura versiyasi

?Bu hashamatli hududmi
?Ilohiy yashovchi yo'qmi
?Shoirsiz she'r bo'lishi mumkinmi
?Yoki ishlab chiqaruvchisiz soatmi
?Yoki dizaynersiz atirgulmi
Yo'q, mutlaqo yo'q
Xuddi shunday, miya mintaqasi
Yashirin go'zallik
U vositalar bilan yaratilgan
Ajoyib va favqulodda aql
Bu ulug'vor zalda kim yashaydi, deb o'ylayman
Devorlari bilan
yopishqoq suyak to'qimalari
Va uning ajoyib ingredientlari
?Qaysi biri taqlidga qarshi turadi
Chunki bosh suyagi ostida bir soha joylashgan
U milliardlab hujayralar bilan to'la
Jonli va aqlli
Va kunu tun band
Juda mashaqqatli va murakkab harakatlar bilan
mayda miya zarralari
U uzluksiz ishlaydi
Turli xil funktsiyalar bilan
Banketlarni tayyorlash
Mikroskopik tekshiruvlar
Kelayotgan mehmonlarni kutib olish
Hislar eshiklari orqali
Sotib olish va sotishga o'xshash narsa bor
Davom etayotgan operatsiyalar
Yutish va drenajdan
Va kichik qayiqlar kabi
Qon hujayralari harakatlanadi
Arterial kanallarning o'rtasida
Hayotiy zarur narsalar bilan to'ldirilgan
Turli xil turlari va navlari

Mehribonlik Yaratuvchisidan ilhomlangan
Mag'rurlik ma'naviy ko'rlikni keltirib chiqaradi
Chunki u ruhdan chiqarib yuboradi
Keng maydonni tasavvur qilish
Buyuk qalblarda yashovchi
Buyuk odamlar tushunishadi
Ularning vakolatlari qarzga olingan
Qodir Allohdan
Kamtarlarni sevadigan
Va U ularning bilimini, hidoyatini va kuchini ziyoda
.qiladi

Shaxs bo'ladimi
muvaffaqiyatli biznesmen
Yoki aqlli siyosatchi
Yoki zolim diktator
yoki buyuk islohotchi
Uning kuchi hech narsa emas
Xudoning cheksiz qudrati bilan solishtirganda
Kamtarlik - bu ochiq eshik
Undan rahm-shafqat mo'l-ko'lligi oqib chiqadi
Sevgi va ishonch
Mehribon qalblarga
Yaxshilikni sevuvchi
Va chiroqlarga sezgir
Va osmondan ne'matlar
Xuddi zulmat qololmaganidek
Yorug'lik qayerda porlasa ham
Kasallik zulmati mana shunday yo'qolishi kerak
Xudoning nuri tananing hujayralarida porlaganda
Bu haqiqatni anglab yetadiganlar kam
Odamlar shifo topish uchun kuchli istakni his qilganda
Ular bezovta qalblar bilan ibodat qilishadi
Yoki umidsizlik hissi bilan
Xudo ularning ibodatlarini eshitmaydi deb o'ylash
Yoki ular ibodat qilishadi, lekin kutishmaydi

Toki ular ibodatlari Xudoga yetib borganmi yoki yo'qmi
bilishsin

Xuddi tinglashning iloji bo'lmagani kabi
Havo to'lqinlarida efirga uzatiladigan musiqaga
Nosoz qabul qilgichdan foydalanish
Shunday qilib, tebranishlarni aniqlab bo'lmaydi
Xudodan kelgan sog'liq, kuch va donolik
Qo'rquv va xavotirlar tufayli psixikaning noto'g'ri ishlashi
bilan

Har qanday tashvish, shubha va noaniqlik shakllari
Seni eslaylik va Senga shukr qilaylik, Rabbim
Qashshoqlik va farovonlikda
Kasallik va sog'ayish davrida
Zulmatda va yorug'likda
Barcha sharoitlarda
Keling, farovonlik kunlarini minnatdorchilik bilan eslaylik
Siz bizga bergan narsa
Imon ko'zlarini ochishga yordam ber
Sizning muborak nuringizni ko'rishga ijozat bering
Barcha kasalliklar va illatlarning shifobaxshisi
Ular yana bir bor ichki quvonchni tatib ko'rishadi
Harakat qonuni sabab va natija yoki harakat va reaksiya
qonuniga asoslangan

Bu hayotda yaxshi tug'ilgan inson avvalgi
mujassamlashuvida ham shunday bo'lgan (qo'llari bilan
qilgan ishlari tufayli). Agar ular yaxshilik qilishga intilsalar,
yaxshilik tarozisi tobora ko'proq ularning foydasiga og'ib
boradi - "Kimda bor bo'lsa, unga ko'proq beriladi va u mo'l-
."ko'lchilikka ega bo'ladi

Bir nechta yaxshi fazilatlarga ega bo'lganlar, hatto
shuncha oz narsani ham yo'qotishlari mumkin, chunki ularga
hujum qiladigan va ularni bosib oladigan kuchli yovuz
."moyilliklar tufayli "ulardan yo'q narsa tortib olinadi
Yomonlikka moyil bo'lgan odam avvalgi hayotda ham
shunday yomon moyillikka ega bo'lgan bo'lishi kerak va bu

yomon moyilliklar ularni kuchaytirishi va nazorat qilishi mumkin. Ba'zi noto'g'ri moyilliklarga ega bo'lganlar ilgari ham shunday edilar va agar yaxshilik yomonlikdan ustun kelsa, unda fazilatli fazilatlar ularning qalbidan noto'g'ri moyilliklarni chiqarib tashlaydi

Bu sabab va oqibat qonunining (karma) tabiiy ishlashidir. Biroq, agar odamda qutulmoqchi bo'lgan noxush odatlar paydo bo'lsa, o'zini ojiz va tuzoqqa tushgandek his qilmaslik kerak. Hozir o'tmishdagi qat'iyat va sog'lom fikrlashni rivojlantirish orqali bu odatlarni yengish uchun qulay vaqt

Inson o'zini yomon odatlar changalidan xalos qilishi va fikr va amalda yaxshi odatlarni shakllantirishi mumkin, bu esa ularga kerakli natijalarni beradi

Insonda qanchalik chuqur singib ketgan yomon odatlar bo'lishidan qat'i nazar, ular bu odatlarni o'zlari ma'lum fikrlar va harakatlarni takrorlash orqali yaratganliklarini va ijobiy va konstruktiv fikrlash orqali bu yomon odatlarni yaxshi odatlar bilan almashtirishlari mumkinligini yodda tutishlari kerak

Yaxshi va yomon fikrlar inson ongining qarama-qarshi holatlaridir. Tabiiyki, dahshatli dahshatli tushlarni ko'rishdan ko'ra yoqimli tushlar ko'rish yaxshiroqdir. Ong moslashuvchan va sezgir; u o'zi xohlagan holatni qabul qilishi yoki o'ziga yoqadigan tushlarni ko'rishini mumkin

Lekin odamlarning muammosi shundaki, ular o'zlarining ong doirasini — o'z xohish-irodasi va tanlovi bilan — o'tmishdagi odatlardan kelib chiqqan og'ish moyilliklar va noto'g'ri yo'nalishlar tomonidan boshqarilishiga yo'l qo'yadilar. Shunday qilib, ularning farqlash qobiliyatlari, farqlash va idrok qal'alari ortida mustahkam o'rnashgan metafizik vasiylik kabi, qochib ketgan va sarson bo'lib qoladi

Zararli odatlar bilan mast bo'lganlar g'ayritabiiy hayotning achchiq azobini tatib ko'rganda, ular yomon odatlari qanchalik chuqur ildiz otgan va ildiz otgan

bo'lishidan qat'i nazar, najot izlab tushuncha va solih hayot
.nuriga yuzlanadilar

Keyin, agar ular uyg'un hayot tarzini amalda qo'llash
orqali yaxshi odatlarni rivojlantirish va rivojlantirish ustida
ishlasalar, ular o'zini tuta bilish va yaxshi odatlarni
rivojlantirishning tabiiy natijasi sifatida ichki quvonchni qayta
.kashf etadilar va xotirjamlikdan bahramand bo'ladilar

Haqiqiy do'stlik
Ijobiy almashinuv degani
hissiy aloqa
Bu do'stlarning o'zlarini yaxshi his qilishlarini anglatadi
Qiyin paytlarda
Va ularga hamdardlik bildirish
Ularning qayg'u va azoblarida
Va ularga maslahat berish
Muhim vaziyatlarda
va moliyaviy yordam
Haqiqiy ehtiyoj paytlarida
Inson o'ziga nisbatan halol bo'lganda
va boshqalarga sodiq do'st
U munosib bo'ladi
Ilohiy do'stlik nektarini tatib ko'rish uchun
Boshqalar bizning sevgimizni his qilganda
Bu sevgi keng qamrovli sevgiga aylanadi
U har bir qalbdan oqadi
Hayotning muborak pulsiga mos ravishda
Do'stona his-tuyg'ularni ifoda eta olmaslik
Bu o'z-o'zini kengaytirish qonunini e'tiborsiz qoldirishni
anglatadi
Bu orqali ruhning idroklari kengayadi
Ilohiy mavjudlikka teginish uchun
Biz ishonchni o'rnatganimizda
Qabul qiladigan boshqalarning qalbida
Va biz sevgimiz chegaralarini kengaytira olamiz

Aholining kengroq qatlamlarini qamrab olish uchun
Shunda biz xabardorligimiz doirasini kengaytira olamiz

Va uning kosmik ong ostonasiga yo'nalishi
Hamma istisnosiz orzu qiladigan ikkita narsa

Odamlar tashqi ko'rinishidan bir-biridan psixologik va
hissiy tuzilishi, hayotdagi rollari, bajaradigan ishlari va ichida
uyg'onadigan istaklari bilan farq qiladi. Ammo bu farqlarning
barchasi ostida barcha odamlar, istisnosiz, orzu qiladigan va
.hatto ehtiyoj sezadigan ikkita narsa yashiringan

Bu ikki narsa - azob-uqubat va ehtiyojning barcha
turlaridan ozod bo'lish va so'zsiz abadiy baxtga erishish; yoki
tinchlik, sevgi, donolik va quvonchni o'z ichiga olgan to'liq
.qoniqish

Odamlar qalblari orzu qilgan va barcha vositalar va
usullar bilan intiladigan qoniqishga erishmaguncha tinchlik
topa olmaydilar. Bu insoniy holatni tushunishda muhim
.nuqta

Afsuski, odamlar qoniqishni noto'g'ri joylarda izlaydilar
.va uni topa olmaydilar

Ular buni dunyoda va dunyoviy narsalarda, mol-mulk va
tashqi sharoitlarda, hamda mustahkam tushuncha va
mustahkam poydevorga asoslanmagan munosabatlarda
.izlaydilar

Natijada, yaratilishning o'ziga xos xususiyatini hisobga
olgan holda, inson bu dunyodagi biron bir vaziyatdan yoki
.biron bir odamdan sof baxtga erisha olmaydi

Yaratilish ikkilik tamoyiliga asoslangan. Masalan, siz

faqat bitta rangdagi tasvirga ega bo'la olmaysiz; sizga
kontrast yoki farq kerak. Xuddi shunday, bu dunyoda
.ikkiliklarning yo'q bo'lishi mumkin emas

Inson istaklari tufayli, har birimiz faqat yaxshi narsalarni

- yoqimli, chiroyli va ijobiy narsalarni - isrofgarchilik,
bezovtalik va boshqa yoqimsiz narsalar bilan

.shug'ullanmasdan xohlaymiz. Ammo bu mumkin emas

Bu ikkilik dunyosida og'riqsiz zavq yo'q, zulmatsiz
yorug'lik yo'q, yomonliksiz yaxshilik yo'q, o'limsiz hayot yo'q

Tanganing bir tomonini ikkinchi tomonisiz qo'lga kiritib
bo'lmaydi Biz ichimizda orzu qilgan narsani dunyo taklif qila
.oladigan hech narsada topib bo'lmaydi

Tanlov shaxsning o'ziga bog'liq. Ular izlayotgan
narsasini noto'g'ri joyda qidirishda davom etadilarmi va birin-
?ketin umidsizlikka duch keladilarmi

Odamlar bor kuchlari va istaklari bilan izlaydilar, lekin
izlagan narsalarini topa olmaydilar, bu esa umidsizlik va
umidsizlikka olib keladi. Bundan tashqari, bu o'sib
borayotgan norozilikka olib keladi, bu esa o'z navbatida
kuchli g'azabga va oxir-oqibat zo'ravonlik harakatlariga
aylanadi. Shuning uchun, noto'g'ri izlash usuli orzu qilingan
.baxtga olib kelmaydi

Oliy Yaratguvchi biz uchun faqat qalb tubida topilishi
mumkin bo'lgan to'liq va mukammal baxtni xohlaydi.
Shuning uchun Xudo bu olamni shunday yaratdiki, undagi
hech narsa inson qalbini qondirmaydi va uning istaklarini
qondirmaydi, faqat u baxt, saodat va qoniqish manbaiga
.murojaat qilganda, bu ham uning manbai hisoblanadi

Darhaqiqat, osmon shohligi insonning ichidadir

Tarozidagi muvozanat

Muvozanat - bu mulohazalarni birlashtirgan idealdir

Moddiy, psixologik, hissiy va ma'naviy

Barkamol birlikda, bu amaliy xususiyatga ega

Bu ijodiy fikrlashni rag'batlantiradi va samarali mehnatni

rag'batlantiradi

Har birimiz sog'lom tanaga ega bo'lishni xohlaymiz

Sog'lom va barcha to'siqlar va zaiflik shakllaridan xoli

Biz ham ongimiz hushyor bo'lishini xohlaymiz

Va bizning his-tuyg'ularimiz va his-tuyg'ularimiz bizga

qarshi emas, balki biz uchun ishlaydi

Biz buni atrofimizdagilar bilan munosabatlarimizni

yaxshilashga hissa qo'shishini istaymiz

Xuddi biz xohlaganimizdek uyg'un va qoniqarli
Bizning mavjudligimizning ma'naviy tomoni bilan
aloqada

Vaqlar qiyin bo'lishi mumkin

Ko'p bosimlar mavjud

Tanglik kuchaymoqda

Bunday sharoitlarda muvozanatga erishish uchun

Kuch, vaqt va e'tibor sarflash talab etiladi

Muvozanatga orzu-havas orqali erishilmaydi

Aksincha, bunga haqiqiy rejalashtirish va jiddiy

harakatlar orqali erishish kerak

Hayotimizda muvozanatni talab qiladigan ko'plab

elementlar mavjud

Ularning aksariyati bir-biriga zid ko'rinadi

Masalan, oila oldidagi mas'uliyat

Tirikchilik qilish va sog'lig'ini saqlash

Va adabiy va axloqiy tamoyillarga rioya qilish

Va juda ko'p miqdordagi kerakli ma'lumotlar bilan

ishlash

Jamiyat oldidagi burch

Vaqtimiz va kuchimizni talab qiladigan boshqa ko'plab

majburiyatlarga qo'shimcha ravishda

Barchamiz uchun vaqt qisqa

Lekin muammolarimizni kamaytirish uchun hayotimizni

soddalashtirishimiz kerak

Moddiy narsalarni qidirishga qancha qimmatli vaqt

?sarflanmoqda

Biz uni eng yaxshi deb hisoblaymiz, chunki u yangi va

ajralmas

Lekin bu obsessiyaning o'z bahosi bor, buni Buddha

:shunday ifodalagan

Kim sigirga ega bo'lishni istasa, ularga g'amxo'rlik"

"qilishi kerak

Agar hayotimizni tahlil qilsak, biz ko'plab "qo'g'irchoqlar"

.haqida qayg'urayotganimizni ko'ramiz

OAV va reklamalar bizni bunga ishontirdi
Bu bizning farovonligimiz va baxtimiz uchun juda muhim
Qizig'i shundaki, vaqtni tejaydigan innovatsiyalar
Zamonaviy odam talon-taroj qilindi
U bo'sh vaqtlarida nimani yoqtirardi
Hayotimizdagi qarama-qarshi elementlarni
muvozanatlash uchun
Bizga barqaror ma'lumot nuqtasi kerak
Bu vaqt, joy yoki sharoit bilan o'zgarmaydi
Hayot qanchalik murakkablashsa, bizga shunchalik ko'p
tushunish kerak bo'ladi
Bu ushlab turilishi va tayanilishi mumkin bo'lgan yagona
poydevor
U Qodir Allohdir, hayotning barcha hodisalari va
.ko'rinishlarining orqasida turgan Zotdir
Bu hayotning shiddatli, notinch dengizi orasidagi
qutqaruv qayig'i
Hayotning zarbalari va og'riqli muvaffaqiyatsizliklaridan
xavfsiz boshpana

Odamlar o'zlariga ishonishadi
Xudoga bo'lgan ishonchlaridan ham ko'proq
Garchi ular aniq bilishsa ham
Ular oxir-oqibat
Ular nafas ololmaydilar
Yoki yurish yoki harakatlanish
Xudoning harakatlantiruvchi kuchi va to'g'ridan-to'g'ri
kuchisiz
Miya, yurak va tana hujayralarida saqlanadi
Chunki ular ovqatga tayanishga odatlangan edilar
havo va quyosh nuri
Ular bu tashqi elementlarga ishonishdi
U ularni qo'llab-quvvatlaydi va ularga hayot baxsh etadi
Lekin bunday deb o'ylash xayoldir
Chunki inson to'g'ridan-to'g'ri bitta kuchga bog'liq

Bu kuch Xudodir
Chunki Alloh eng oliy va eng buyuk zotdir
Va mavjud bo'lgan eng yuqori
Odamlar undan qo'rqib ketishdi
Garchi bu sevgi, muloyimlik, rahm-shafqat va tinchlik
ruhi bo'lsa-da
Men odamlarning ongiga do'zax kabi yonayotgan olovni
singdirishni istamayman
.Chunki Alloh qalb va ruhga eng yaqin sevgilidir
U go'zalligi boshqa hech narsa bilan solishtirib
bo'lmaydigan go'zal zotdir
Agar biz bu haqda shunday o'ylasak
Biz Unga yaqinligimizni his qilamiz va U bizga yaqin
Va agar biz bunga chin dildan intilsak
U bizga rahm-shafqat va rahm-shafqat bilan qo'llarini
ochadi
Va agar biz buni butun qalbimiz bilan so'rasak
Biz unga bo'lgan intiqligimizni tobora ortib borayotganini
his qildik
U bizga keladi
Albatta

-
Son-sanoqsiz usullar bilan
Mantiq bizga ko'rsatadi
Xudo bu mavjudlikning sababi va sababidir
Lekin Xudoning mavjudligining haqiqiy isboti
Ochilib bo'lmaydigan
Faqat ratsional deduksiya yo'li bilan
Agar biz Xudoni topishni istasak
- Bizning mavjudligimizning yagona maqsadi nima -
Biz bundan ham uzoqroqqa borishimiz kerak
Oddiy fikrlash jarayoni
Chunki Xudo aqlning tushunchasidan tashqarida
Uning mohiyatini anglab bo'lmaydi
Men doim va abadiy fikrlarim bilan bandman

Moddiy istaklar bilan
U zavq va azob to'liqlari bilan u yoqdan-bu yoqqa
uloqtiriladi
U notinch his-tuyg'ular bilan azoblanadi
Agar biz ulug'vor holatga erishmoqchi bo'lsak
Yuqori ong va idroklardan
Fikrni qaytarib olish kerak
Uning g'azablangan, g'azablangan faoliyatidan
Aqlni jamlash va Xudo haqida mulohaza yuritish orqali
Fikrlar bo'roni pasaygach
Shunday qilib, qalbgaga shirin va muborak xotirjamlik
tushishi mumkin
Shunda shogird xotirjamlik va ishonchni his qiladi
Oddiy tajriba doirasidan tashqarida
Uning tushunchasi ochilib, ruhiy qobiliyatlari uyg'ongan
sari
U buni to'g'ridan-to'g'ri sezadi
Sezgilarsiz
Muborak ilohiy mavjudlik
Biz ko'pincha o'zimizga eng yaqin narsalarni ko'ra
olmaymiz
Biz qimmatbaho xazinalar yonidan to'xtamasdan o'tib
ketamiz
Va biz tasavvurimizni ta'qib qilishda davom etamiz
Yoki biz kamalaklarni ushlashga harakat qilamiz
Biz qorong'uda xavfsizlikni qidiramiz
Garchi qalbimiz chindan ham yorug'likni orzu qilsa ham
Biz chanqog'imizni qondirmaydigan tushlarni ichamiz
Bizning qalbimiz yakuniy haqiqatni intiqlik bilan
kutayotgan bir paytda
Biz hatto mavjud bo'lmagan sarobni ta'qib qilyapmiz
Uning soyasida orom topishga urinishda
Hayotning jaziramasidan va uning jazirama yozidan
Biz chin dildan orzu qilganimizda
Tinchlik va hamjihatlik vohasi

qalbimizda yashiringan
Mos kelmaydigan xilma-xillik
Dunyo to'lib-toshgan narsa
Bizni nima vasvasaga soladi va o'ziga tortadi
Diqqatimizni moddiy narsalarga qaratish
Bu shunchaki xira soya
Noyob xazinalar uchun
Yer osti konlarida
Biz xavotirli ongni tinchlantirish uchun ishlashimiz kerak
Doim dunyoviy narsalarning orqasidan quvib yurgan
Va uning yo'nalishini ichkariga yo'naltiradi
Biz fikrlarimiz va istaklarimizni uyg'unlashtirishimiz
kerak

Yetarli shifobaxsh faktlar bilan
O'zining tubida topilgan
Shunda biz uyg'unlikni ko'ramiz
Hayotimizda va tabiatda
Agar biz umidlarimiz va umidlarimizni uyg'unlashtirsak
Bizning ichimizdagi tug'ma uyg'unlik bilan
Biz hayot dengizida xavfsiz suzib boramiz
Cho'kishdan qo'rqmasdan
Chunki bizning o'z-o'zini uyg'unlashtirishimiz
Bu qutqaruv jileti bo'ladi
Va Xudoga ishonch qanotlari bilan
Biz tinchlik muhitida yuksaklarga ko'tarilamiz
Ba'zilar hayron bo'lishlari mumkin
"Bizda tanlov erkinligi bor ekan"

Xo'sh, nima uchun natijalar bizning kutganlarimizga zid
?keladi

:Javob quyidagicha
Inson o'z irodasini zaiflashtirdi
U ruhiy kuchlar haqidagi bilimlarini yo'qotdi
uning ongida mavjud bo'lgan
Lekin agar u irodasini mustahkamlash ustida ishlasa
O'zini tuta bilishni mashq qilish orqali

Va uning ichidagi ilohiy nur haqida o'ylash
Uning irodasi ozod qilinadi
Va uning irodasi ozod bo'lganda
U o'z taqdirining xo'jayiniga aylanadi
Lekin agar u tirik ekanligini bilsa
Uning vijdoni ma'qullamaydigan tarzda
U ozod bo'lmaydi va ko'tarila olmaydi
Taraqqiyot zinapoyasida
Biz vaqt sarflashimiz kerak
Bu ishlarni qilish uchun
Bu bizning baxtimizga hissa qo'shadi
Va bu bizga foyda va yaxshilik keltiradi
Bizning yurishimizni hech kim to'xtata olmaydi
Qat'iyatimiz sobit bo'lib qolar ekan
Oldinga siljish
Inson o'zini cheklaydi
Tor kameraning ichida
Cheklangan ufqdan
kichik g'oyalar
kayfiyat o'zgarishi
nosog'lom odatlar
Shuning uchun u o'zini o'zi tarbiyalashi kerak
Moslashuvchanroq, ochiqroq va qabul qiluvchiroq bo'lish
uchun
Biz ehtiroslarimizni nazorat ostida ushlab turish uchun
ishlashimiz kerak
Va irodamizni to'g'ri yo'nalishda tarbiyalash
Hayotdagi eng yaxshi narsalarni qilish orqali
Va biz Xudo haqida ko'proq o'ylashimiz kerak
Biz sevgi, tinchlik va birodarlik ruhini tarqatamiz
Bu dunyoning har bir burchagida
Aqli raso bo'lganlar

Usta Paramhansa Yogananda

Tarjimasi: Mahmud Abbos Masud

Biz bu dunyoga noma'lum manbadan kelganimiz sababli, hayotning kelib chiqishi va maqsadi haqida o'ylashimiz tabiiydir. Biz bu dunyoning Yaratuvchisi haqida eshitamiz va o'qiymiz, lekin Unga qanday erishishni bilmaymiz. Biz biladigan yagona narsa shundaki, butun koinot Uning ilohiy aqlining mavjudligini e'lon qiladi. Xuddi soatning kichik, aniq qismlari bizni soatsozga qoyil qoldirishga majbur qilganidek va fabrikaning katta, murakkab mashinalari o'z ixtirochisini hayratga solib, unga qoyil qolishga undaganidek, tabiat mo'jizalarini ko'rganimizda ham, ularning orqasida yashiringan aqlga qoyil qolamiz va so'raymiz:

"Gulga uning yorqin, quyoshga qaragan shaklini kim bergan?"

Uning xushbo'yligi va go'zalligi qaerdan paydo bo'lgan?

Va qanday qilib uning gulbarglari bunday ajoyib aniqlik bilan shakllantirilgan va bunday ajoyib, quvonchli ranglar bilan bo'yalgan?

Kechasi, atrofimizga kumushrang nur sochadigan yulduzlar va oy bizni chuqur kosmosda bu samoviy jismlarni boshqaradigan ong haqida o'ylashga undaydi.

To'lin oyning mayin nuri kundalik faoliyat uchun yetarli emas, shuning uchun dono va sabrli aql bizni kechasi dam olishga ilhomlantiradi. Keyin quyosh chiqadi va uning yorqin nuri bizga atrofimizdagi dunyoni aniqlik va xotirjamlik bilan ko'rish imkonini beradi, bu bizga o'z oldimizga qo'yilgan vazifalarni bajarishga imkon beradi.

Ehtiyojlarimizni qondirishning ikki yo'li mavjud: jismoniy va ma'naviy. Masalan, sog'lig'imiz yomonlashganda, davolanish uchun shifokorga murojaat qilishimiz mumkin. Ammo shunday payt keladiki, na shifokor, na boshqa hech kim yordam bera olmaydi va biz ikkinchi yo'lga murojaat qilamiz: tanamizni, ongimizni va ruhimizni yaratgan ma'naviy kuchga. Jismoniy kuch cheklangan va u muvaffaqiyatsizlikka uchraganda, biz cheksiz ilohiy kuchga murojaat qilamiz. Bu bizning moliyaviy ehtiyojlarimizga ham tegishli. Qo'limizdan kelganini qilsak ham, baribir yetarli bo'lmasa, biz o'sha kuchga murojaat qilamiz.

Hamma o'z muammolarini eng yomon deb o'ylaydi. Ba'zilar boshqalarga qaraganda ko'proq bosim o'tkazadilar, chunki ularning qarshiligi zaif. Odamlarning ruhiy kuchidagi farqlarni hisobga olgan holda, ular turli miqdorda energiya sarflaydilar. Agar inson juda qiyin muammoga duch kelsa va uning ongi zaif bo'lsa, ular uni yengib o'tolmaydilar. Kuchli aqlga ega bo'lganlar to'siqlarni buzib, poydevorlarini silkitib, qiyinchiliklarini yengib o'tishlari mumkin. Shunga qaramay, hatto eng kuchli odamlar ham ba'zan muvaffaqiyatsizlikka uchragan. Ko'plab va haddan tashqari moddiy, intellektual va ma'naviy muammolar va qiyinchiliklarga duch kelganimizda, bu moddiy dunyoda hayotning kuchi qanchalik cheklanganligini anglaymiz.

Bizning sa'y-harakatlarimiz nafaqat sog'liq va moliyaviy xavfsizlikka erishishga, balki hayotning ma'nosini izlashga ham bag'ishlanishi kerak. Hayotning maqsadi nima? Qiyinchiliklar bizni qiynaganda, biz avval atrofimizga murojaat qilamiz, yengillik beradi deb o'ylagan har qanday moddiy

o'zgarishlarga harakat qilamiz. Ammo biz boshi berk ko'chaga kirib, "Barcha urinishlarim muvaffaqiyatsizlikka uchradi; yana nima qila olaman?" deb aytganimizda, muammomizga samarali yechim topish haqida jiddiy o'ylay boshlaymiz. Va fikrlashimiz yetarlicha chuqurlashganda, biz o'zimizda javobni topamiz. Bu o'z-o'zidan javob berilgan ibodatning bir shaklidir.

Ibodat: Ma'naviy ehtiyoj

Ibodat - bu ma'naviy ehtiyoj. Xudo bizni tilanchi qilib yaratmagan, chunki U bizni O'z suratida yaratgan. Muqaddas Yozuvlar buni e'lon qiladi. Boy odamning uyiga borib, sadaqa so'ragan tilanchi tilanchining ulushini oladi. Ammo o'g'il boy otasidan hamma narsani olishi mumkin. Shuning uchun biz tilanchi kabi harakat qilmasligimiz kerak.

Ba'zi odamlar hamma narsaga ega bo'lib tuyuladi va hashamat va qulaylikda tug'ilgan, boshqalari esa muammolar va muvaffaqiyatsizliklarni o'ziga tortadiganga o'xshaydi. Ularda Xudoning surati qayerda? Ilohiy ruhning kuchi har birimizning ichimizda yashaydi. Lekin bu kuchni qanday rivojlantirishimiz mumkin? Ehtimol, siz ilgari ibodatlaringiz ijobat bo'lmagandek tuyulgani uchun tushkunlikka tushgansiz, lekin umid va imoningizni yo'qotmang. Ibodatlaringiz samarali yoki yo'qligini bilish uchun siz o'zingizning ichingizda ibodat kuchiga tubdan ishonishingiz kerak.

Balki ba'zi odamlarning ibodatlari javobsiz qolishi mumkin, chunki ular yolvorishni tanlaydilar. Xuddi shunday, inson Xudodan nima so'rashni bilishi kerak. Siz butun qalbingiz va butun kuchingiz bilan yerni va undagi barcha narsalarni egallash uchun ibodat

qilishingiz mumkin, ammo ibodatlaringiz qabul qilinmaydi, chunki moddiy hayot bilan bog'liq barcha ibodatlar tabiatan cheklangan va, albatta, cheklangan bo'lishi kerak. Lekin ibodat qilishning to'g'ri yo'li bor. Mushukning to'qqizta hayoti bor, deyishadi. Ammo qiyinchiliklarning to'qson to'qqizta hayoti bor! Siz "qiyinchiliklar mushugi"dan xalos bo'lishning samarali yo'lini topishingiz kerak. Samarali ibodatning siri odamning holatini tilanchi holatidan haqli odamning holatiga o'zgartirishdadir. Xudodan shunday ma'naviy tabiatga ega narsa so'raganingizda, ibodatingiz ham kuchga, ham donolikka ega bo'ladi.

Muvaffaqiyat urug'lari iroda kuchida yotadi

Ko'p odamlar o'zlari uchun juda muhim bo'lgan narsani amalga oshirishga urinayotganda juda asabiylashadi va xavotirga tushadilar. Xavotir va asabiylik bilan harakat qilish ilohiy kuchni jalb qilmaydi, lekin iroda kuchidan xotirjam va qat'iyatli foydalanish koinot kuchlarini larzaga keltiradi va cheksiz Mutlaqdan javob qaytaradi. Erishmoqchi bo'lgan har bir narsangiz uchun muvaffaqiyat urug'lari sizning irodangizda yotadi. Qiyinchiliklar tufayli singan va ezilgan iroda vaqtincha falaj bo'lib qoladi. Ammo "Mening tanam parchalanib ketishi mumkin, lekin irodamning boshi baland ko'tarilib, qat'iyat bilan boshqariladi" degan qat'iyatli va qat'iyatli inson eng yuqori darajadagi iroda kuchini namoyish etadi.

Iroda kuchi va uning to'g'ri yo'nalishi insonning mavqeini ko'taradi va ko'taradi. Inson iroda kuchidan voz kechganda, u oddiy odamga aylanadi, voqealar jarayonida samarasiz bo'ladi. Ko'pchilik Xudoning rejasiga xalaqit berishdan qo'rqib, vaziyatni o'zgartirish uchun iroda kuchidan foydalanmasligimiz

kerakligini aytadi. Lekin agar Xudo bizdan foydalanishimizni istamasa, nega bizga iroda kuchini berdi? Bir marta men iroda kuchidan foydalanishga ishonmasligini aytgan qattiqqo'l odam bilan uchrashdim, chunki bu o'zini o'zi qadrlash hissini uyg'otadi. Men javob berdim: "Siz hozir iroda kuchingizdan menga qarshilik ko'rsatish uchun va juda kuchli tarzda foydalanyapsiz. Siz undan gapirish, turish, yurish, ovqatlanish, kinoga borish va hatto uxlash uchun foydalanasiz. Siz qilayotgan hamma narsani xohlaysiz. Iroda kuchisiz siz robotga aylanasiz". Insonning burchi - o'z xohish-istaklari bilan boshqariladigan irodasini Xudoning irodasi bilan uyg'unlashtirish. Shuning uchun, to'g'ri ibodat doimiy ravishda o'qilsa, u o'z-o'zidan iroda kuchiga aylanadi.

Siz ibodat qilayotgan narsangizga erishish imkoniyatiga ishonishingiz kerak. Agar siz uyga ega bo'lish uchun ibodat qilsangiz va shu bilan birga ongingiz: "Qanday qilib uy sotib olish mumkin, ahmoq?" deb aytsa, siz shunday fikrlash bilan irodangizni zaiflashtiryapsiz. "Men qila olmayman" iborasini ongingizdan chiqarib tashlaganingizda, siz yuqori kuchga ega bo'lasiz. Albatta, uylar osmondan tushmaydi va uyga ega bo'lish uchun siz iroda kuchidan foydalanishingiz va maqsadingizga erishish uchun konstruktiv harakatlar qilishingiz kerak. Qat'iyatli bo'lsangiz va muvaffaqiyatsizlikni tan olishdan bosh tortsangiz, siz intilgan narsangizni namoyon qila olasiz. Va bu iroda kuchidan fikrlaringiz va harakatlaringiz orqali doimiy ravishda foydalansangiz, istaklaringiz amalga oshadi va siz orzu qilgan va intilgan barcha narsalar sizga keladi. Qat'iyat va matonat bilan harakat qilishda davom etsangiz, istalgan natija qandaydir tarzda paydo

bo'ladi, hatto siz xohlagan narsa bu dunyoda mavjud bo'lmasa ham. Bunday irodada ilohiy javob yotadi, chunki yaxshi iroda Xudodan keladi. Qat'iy iroda ilohiy irodadir.

Salbiy fikrlar urug'larini yoqing

Zaif iroda - bu zaif inson irodasi. Sinovlar va muvaffaqiyatsizliklar uni teshib, parchalab tashlaganda, u cheksiz Generator bilan aloqasini yo'qotadi. Ammo inson irodasi ortida ilohiy iroda yashiringan, u na tushkunlikni, na mag'lubiyatni biladi. Hatto o'lim ham o'zining barcha qudrati bilan ilohiy irodani sindira olmaydi yoki to'sqinlik qila olmaydi. Xudo, albatta, qat'iyat va matonat irodasi bilan boshqariladigan bu ibodatga javob beradi.

Ko'p odamlar dangasa va sust, jismoniy, ruhiy yoki ikkalasi ham. Ular meditatsiya qilishni xohlashadi, lekin faqat uyqu haqida o'ylashadi. Uyquchanlik ularni qamrab olishi bilan ular chuqur uyquga ketishadi va ibodat shu bilan tugaydi! Bu holatda iroda kuchi ko'miladi. O'rtacha odamning miyasi "Men qila olmayman" urug'lari bilan to'ladi. Muayyan xususiyatlar va odatlarga ega oilada tug'ilganlar, ular bularning ta'siriga tushib, bunga qodir emasliklariga yoki bu zararli urug'larni yoqib yuborish va ularning ta'sirini ondan yo'q qilish kerakligiga amin bo'lishadi. Siz xohlagan narsangizga erishish qudratiga egasiz. Bu kuch sizning irodangizning markazida yotadi.

Iroda kuchini rivojlantirishni istaganlar yaxshi suhbatdoshga muhtoj. Agar siz buyuk matematik bo'lishni orzu qilsangiz va sinfdoshlaringiz matematikani yoqtirmasa, shubhasiz, ishtiyoqingiz pasayadi. Ammo tajribali matematiklar bilan muloqot

qilganingizda, irodangiz kuchayadi va siz: "Agar boshqalar muvaffaqiyatga erisha olsa, men ham muvaffaqiyatga erisha olaman", deb ayta olasiz.

Irodangizni oshirish uchun katta ishlarga shoshilmang. Muvaffaqiyatga erishish uchun avval irodangizni qila olmayman deb o'ylagan kichik ishlar bilan sinab ko'rishingiz kerak. Agar harakat qilsangiz, muvaffaqiyat ham keladi.

Do'stlarim va boshqalar menga hech qachon erisha olmasligimni aytgan barcha maqsadlarni hali ham eslayman, ammo men bunga erishdim. Bu yaxshi niyatli odamlar o'z fikrlari bilan katta zarar etkazishi mumkin. Xudo bizni ulardan va ularning maslahatlaridan saqlasin. Do'stlik iroda kuchiga eng katta ta'sir ko'rsatadi. Sukunat ma'badida meditatsiya qilish o'rniga, spirtli ichimliklar va baland musiqa bilan raqsga tushish ongni shunchalik qalin dunyoviy tebranishlar changi bilan ifloslantiradiki, ularni qo'yib yuborish qiyin. Insonning iroda kuchi muqarrar ravishda do'stlarining ta'siri bilan kuchayadi yoki zaiflashadi. Faqat o'z kuchi bilan irodani rivojlantirish juda qiyin. Sizga taqlid qilish uchun yaxshi o'rnak kerak. Agar siz rassom bo'lishni istasangiz, yaxshi rasmlar bilan o'ralgan holda yashang va rassomlar bilan do'st bo'ling. Agar siz ma'naviy inson bo'lishni istasangiz, olijanob xarakterga ega ma'naviy odamlar bilan do'st bo'ling.

E'tiqod va tajriba o'rtasida sezilarli farq bor E'tiqod siz eshitgan yoki o'qigan va asosiy haqiqatlar sifatida qabul qilgan narsalardan kelib chiqadi Boshqa tomondan, tajriba - bu siz shaxsan guvoh bo'lgan va chinakam tushungan narsadir Xudoni boshdan kechirganlarning ishonchi sobitdir Agar siz hech

qachon apelsinni tatib ko'rmagan bo'lsangiz, uning xususiyatlari haqida aldanishingiz mumkin. Ammo agar siz ilgari apelsin yegan bo'lsangiz, sizni aldash bo'lmaydi, chunki siz mevani tatib ko'rgansiz va uni yaxshi bilasiz.

Iymoningizni mustahkamlaydiganlar bilan suhbatlashing

Xudo, muvaffaqiyat, shifo va boshqalar haqidagi g'oyalar sizning ongingizda psixologik kapsulalar kabi yashaydi. Ularni sinab ko'ring. Fikrlaringizni sinab ko'rish uchun ularni hayotga tatbiq etish uchun irodangizdan foydalanishingiz kerak. Kerakli irodani rivojlantirish uchun kuchli irodali odamlar bilan muloqot qilishingiz kerak. Agar siz Xudoning irodasi bilan shifo topishni istasangiz, imoningizni mustahkamlaydigan va irodangizni quvvatlantiradigan odamlar bilan muloqot qiling.

Men Xudoning haqiqiy bilimdonini izlab Hindistonning kengliklarini kezib chiqdim, ammo ular kamdan-kam uchraydi. Uchrashgan har bir ustozim shaxsiy e'tiqodlarini baham ko'rdi. Lekin ma'naviy masalalarda men Xudo haqidagi shunchaki so'zlar bilan kifoyalanmaslikka qaror qildim. Men Uni boshdan kechirishni va Uning borligini chinakam his qilishni xohlardim. Menga aytilgan gaplar shaxsiy tajribam orqali anglamagunimcha ma'nosiz edi.

Bir safar do'stim bilan Hindiston avliyolari haqida gaplashayotgan edim. Do'stim broker edi va u mening ishtiyoqimni baham ko'rmadi. Buning o'rniga u: "Siz avliyo deb ataydiganlarning barchasi aslida Xudoni bilmaydigan charlatanlar", dedi. Men u bilan bahslashmadim, lekin mavzuni o'zgartirdim va biz brokerlik kasbi haqida gaplasha boshladik. U menga

bu haqda ko'p gapirib berganidan so'ng, men muloyimlik bilan: "Kalkuttada bitta ham ishonchli broker yo'qligini va ularning barchasi yolg'onchi ekanligini bilasizmi?", dedim. U g'azablanib, g'azab bilan javob berdi: "Va brokerlar haqida nimani bilasiz?" Men javob berdim: "Men aynan shuni nazarda tutgan edim. Siz avliyolar haqida nimani bilasiz?" U jim qoldi. Men xotirjam va mehr bilan davom etdim: "Men brokerlik haqida hech narsa bilmayman, siz ham avliyolar haqida hech narsa bilmaysiz".

Din amaliyoti shu darajaga yetdiki, ko'p odamlar endi o'zlarining ma'naviy g'oyalarini hayotiy tajribaga aylantira olmaydilar. Men bu yerda shaxsiy tajribamdan kelib chiqib gapiryapman. Men faqat intellektual jihatdan bilgan narsalarim haqida gapirishni istamayman. Ko'p odamlar haqiqat haqida bir nechta kitob o'qiydilar va so'zlar ortidagi haqiqatni tushunish uchun zarur harakatlarni qilmasdan o'zini o'zi ta'minlaydilar. Ma'naviy haqiqatlarning bo'sh va'zlari biz uchun hech qanday foyda keltirmaydi va hech qanday ijobiy taassurot qoldirmaydi. Biz insonning va'zlari va uning hayot hikoyasini farqlashimiz kerak. Boshqalarga ta'lim berishni istagan har bir kishi avval o'rganayotgan narsalarini aslida boshdan kechirganliklarini va aytayotganlarini tajriba asosida tushunganliklarini namoyish qilishi kerak.

(Va men insonni faqat o'z sa'y-harakatlarining mahsulidir deb topdim)

Kim ko'proq harakat qilsa, shon-sharafga loyiqroqdir

Yuqori ambitsiyalar bilan u cho'qqilarga ko'tariladi

Eng yuksak intilishlarga ega bo'lgan eng ko'zga ko'ringan edi

Taraqqiyotni istaganlar kechikmaydilar

Kech qolishni istagan odam oldinga chiqmadi

Sizga tinchlik bo'lsin

Tashabbuskorlik va ijodkorlik ruhi

Bu dunyoning son-sanoqsiz va cheksiz manzaralariga, hayot bosqichlarida shoshilib yurgan ko'plab insoniyatga qarab, biz hayratga to'lamiz va o'zimizga bu g'alati hodisaning siri haqida savol beramiz. Sayohatimizning asosiy maqsadi nima? Va unga erishishning eng yaxshi yo'li qanday?

Ko'pchiligimiz maqsadsiz, maqsadsiz yoki yo'nalishsiz, yo'qlikka shoshilayotgan transport vositalari kabi suzib ketamiz. Hayot yo'llarida beparvolik va beparvolik bilan harakatlanar ekanmiz, sayohatimizning maqsadini tushunmaymiz. Biz hech qayerga olib bormaydigan egri-bugri yo'llardan yoki to'g'ridan-to'g'ri orzu qilingan manzilimizga olib boradigan to'g'ri yo'ldan ketayotganimizni kamdan-kam hollarda payqaymiz. Agar biz bu haqda hech o'ylamagan bo'lsak ham, maqsadimizni qanday topishimiz mumkin?

Ko'pchilik odamlar, hayotning maqsadini bilmasalar ham, o'z maqsadlarini belgilash va ularga erishish hamda atrof-muhit va sharoitlarga oqilona munosabatda bo'lish uchun yetarli tashabbusga ega. Tashabbus nima? Bu ijodiy qobiliyat, har birimizning

ichimizda mavjud bo'lgan cheksiz Yaratuvchining uchquni.

Ko'pchilik odamlarning ongi bir ot kuchiga ega dvigatellarga o'xshaydi! Har bir inson ongi ichidagi ulkan salohiyatga qaramay, juda ozchilik bu foydalanilmagan kuchdan foydalanadi. Odamlarning qiziqishlari odatda ovqatlanish, ishlash, o'yin-kulgi, uxlash va shunga o'xshash hayot ehtiyojlari bilan cheklangan va cheklangan.

Psixologlarning ta'kidlashicha, odamlar va hayvonlar o'rtasida bitta asosiy farq bor: barcha mavjudotlar orasida faqat odamlar kuladi (ehtimol maymunlar va xirillagan sirtlonlar bundan mustasno). Kulgi foydalidir va agar inson bu qobiliyatdan foydalanmasa, inson rivojlanishining eng muhim jihatlaridan birini qo'ldan boy beradi. Biz hayotga qattiq, jiddiy nuqtai nazar bilan qaraydigan, na kuladigan, na jilmayadigan va natijada hech qachon hayotdan chinakam zavqlanmaydiganlarga o'xshamasligimiz kerak.

Insonning noyob kulgi qobiliyatidan tashqari, odamlar yana bir ajoyib qobiliyatga ega: eng buyuklaridan biri, ijodkorlik yoki innovatsiya qobiliyati. Bu sirli, jumboqli qobiliyat nima? G'arb amaliy, sanoat va amaliy ilmiy innovatsiyalar diyoridir. Sharq ma'rifat va ma'naviy ijod diyoridir. Shuning uchun tashabbuskorlik ruhi ijodkorlik qobiliyatidir — ilgari hech kim qilmagan ishni innovatsion usullar bilan qilish.

Ijodkorlik ruhi - bu Yaratuvchidan kelib chiqadigan ijodiy qobiliyatdir.

Odamlar bu muqaddas sovg'a bilan nima qilishdi? Qancha odam o'zining ijodiy salohiyatidan chinakam foydalanishga harakat qiladi? Haftalar, oylar va yillar o'tdi va o'tishda davom etmoqda va ular o'zgarishsiz qolmoqda, faqat yoshga qarab o'zgaradi. Ijodkor shaxs kosmosda uchib yurgan yorqin meteor kabi porlaydi, yo'qdan biror narsa yaratadi va oliy ruhning ijodiy kuchi orqali imkonsizni mumkin qiladi.

Yaratuvchilarning uch toifasi mavjud:

Istisno, ajoyib va favqulodda toifalar mavjud; o'rtacha toifalar; va oddiy toifalar. Va yuzlab va minglab odamlar hech narsa deb tasniflanishi mumkin.

O'zingizga shunday savol bering: "Men hech qachon boshqa hech kim qilmagan ishni qilishga harakat qilganmanmi?"

Bu tashabbuskorlik ruhini faollashtirish va yashirin ijodkorlikni ochishning boshlang'ich nuqtasidir.

Oddiy va tanish narsalardan farqli o'laroq harakat qila olmayman deb o'ylaydiganlarga o'xshamang. Ular uyquda yuruvchilarga o'xshaydi. Ularning ong osti ongidan olgan takliflari ularni barchasi bir xil ekanligiga ishontirdi.

Inson o'zining johillik va hayrat holatidan uyg'onishi va o'zida eng buyuk insoniy qobiliyatga ega ekanligini - ijodkorlik ruhini tasdiqlash vaqti keldi.

Har bir insonda misli ko'rilmagan narsa yaratishga imkon beradigan favqulodda salohiyat uchquni mavjud. Afsuski, odamlar ko'pincha atrof-muhitning

magnit ta'siri ostida bo'ladilar va uning kuchli tortishish kuchidan xalos bo'lish uchun hech qanday harakat qilmaydilar. Agar kimdir: "Urinishning ma'nosi yo'q, bu allaqachon qilingan", desa, ular o'zlarini iroda kuchidan mahrum bo'lgan va ambitsiyalarni susaytiradigan dunyoviy ong qurboni bo'lishga yo'l qo'yadilar. Shuning uchun ham ko'p odamlar hayotda muvaffaqiyatsizlikka uchraydilar.

Bu ma'naviy jihatga ham tegishli. Hayoti davomida o'zgarishsiz qoladiganlar ko'p. Tor fikrlash tarzi va cheklangan tajribasi tufayli norozi bo'lishlariga qaramay, ular qanday tarbiyalanganidan boshqacha fikrlashdan qo'rqishadi. Inson o'z vijdoni va qalbining talablariga muvofiq hayot sinovlariga moslashishi va aql-idroksiz ko'r-ko'rona harakat qilmasligi kerak.

Hurmatli ustozim Shri Yuktsvarji menga shunday dedi:

"Agar siz chin dildan Xudoga ishonsangiz va biror narsani xohlasangiz, Xudo sizga o'sha narsani beradi, hatto u koinotda mavjud bo'lmasa ham."

Men Xudoga va o'z irodamga sobit ishonchga ega edim va har doim xohlagan narsalarimni olish uchun yangi imkoniyatlar yaratilayotganini payqardim.

Insoniyat ichidagi ijodiy salohiyat hali ham uxlab yotgan, rivojlanmagan va foydalanilmagan holda qolmoqda. Bu kuch tug'ma va ajralmas bo'lib, har bir insonda istisnosiz mavjud, ammo odamlar undan foydalana olmaydilar. Xo'sh, bu ijodiy ruhni qanday uyg'otish mumkin?

Agar siz hali o'z yo'lingizni yaratish uchun ijodiy fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirmagan bo'lsangiz, boshqa birovning ilgari qilgan ishini yaxshilashga urinib ko'rishingiz mumkin. Boshqalarning innovatsiyalarini yaxshilashga harakat qilish eng keng tarqalgan yondashuvdir.

Ikkinchi yoki o'rta turdagi ijodiy ruh yangi narsalarni yaratadigan yoki ixtiro qiladiganlarda mujassam bo'ladi, ammo hech qanday ahamiyatsiz.

Ijodiy ruhning g'ayrioddiy xususiyati uning egasiga dunyo oldida yorqin nurda turishga imkon beradi, xuddi dunyo uchun yangi va foydali narsalarni yaratgan buyuk shaxslar kabi, ilgari hech kim qilmagan narsalarni. Bu ajoyib daholar o'z maqsadlariga erishish uchun sobit iroda bilan qo'llab-quvvatlanadigan yengilmas ijodiy ruhga ega edilar. Xudo bu buyuk shaxslarga shunday o'ziga xos buyuklikni ato etib, ularni marhamatladimi? Ilohiy iroda ularni boshqalardan ustun qo'yib, shunday shon-sharafga erishish uchun tanladimi? Albatta yo'q. Ular shunchaki o'zlarining ijodiy qobiliyatlaridan har bir insonning merosi bo'lgan buyuklik va shon-sharafni namoyon qilish uchun foydalanganlar, chunki ular barcha ijodkorlik va innovatsiyalarning manbai bo'lgan Xudo suratida yaratilgan.

O'zini ulug'lashga intilganlar chinakam buyuk emaslar. Mag'rurlik, beparvolik va o'zini qadrlash bilan to'ldirilganlar Xudodan hech qanday yordam olmaydilar. Berishni yaxshi ko'radiganlar, boshqalarni o'z salohiyatlarini ochib berishga, qobiliyatlarini rivojlantirishga va o'ziga ishonchni rivojlantirishga undaydiganlar chinakam buyukdirlar.

Buyuk bo'lganlarning aksariyati ongsiz ravishda yo'l-yo'riq ko'rsatgan: ular hayotlarining poydevorini qurgan asosiy poydevor bo'lib xizmat qilgan ulug'vorlikka ega edilar, o'z ijod sohasida ajoyib tarzda ajralib turdilar va muvaffaqiyatga erishdilar.

Agar sizda buyuklik sifati bo'lsa, bu sizni ongsiz ravishda ong kuchlari boshqarganligini anglatadi, uning qobiliyati sizga qalbingizdagi yashirin kanallarni ochib, ularni barcha o'ziga xoslik va ijodkorlik manbai bo'lgan to'liq ongga bog'lash orqali ijodiy energiyangizni rivojlantirishga imkon berdi.

Buyuklikka erishish ham mumkin, ya'ni uni iste'dodlarni rivojlantirish va o'sishni tezlashtirish orqali rivojlantirish mumkin. Inson bu g'ayrioddiy, hayratlanarli kuchga ega bo'lish orqali buyuk bo'lishning yo'li bor. Donolik bilan harakat qilish va to'g'ri mashg'ulotlar orqali ijodkorlik ruhini tarbiyalash va uning salohiyatini ochib berish mumkin. Uzoq vaqt davomida ulkan kuch sarflaganlar endi umidlarining ro'yobga chiqishi va orzularining ro'yobga chiqishidan zavqlanayotganlardir. Ichki uxlab yotgan kuchlarni ochib berish va qiyin va yengib bo'lmaydigan tuyulgan narsani yengish uchun mashaqqatli mehnat qilish kerak.

Shuhratparast shaxs moddiy yoki intellektual sohada muvaffaqiyatga erishish uchun dunyoning qattiq fikrlari va haqoratli tanqidlariga dosh berishga tayyor bo'lishi kerak. Agar inson o'ziga xos, ijodiy va innovatsion bo'lishga intilsa va ozgina bo'lsa ham boshqacha fikrlashni va gapirishni istasa, ko'rish qobiliyati cheklanganlarning tushkunlikka soluvchi fikrlaridan ehtiyot bo'lishi kerak. Uning g'ayrati sobit

bo'lishi, hech qachon zerikish yoki befarqlikning o'z sohasiga kirishiga yo'l qo'ymasligi kerak.

Ajoyib ijodiy ruhga ega bo'lganlar barcha qiyinchiliklarni, muammolarni va to'siqlarni yutib yuboradilar, o'zlarining haq ekanliklariga chin dildan ishonadilar.

Cheksiz ijodiy kuch sizning qo'lingizdan ushlab, yo'lingizda sizni qo'llab-quvvatlashini bilib, Xudoning marhamati bilan davom eting, ikkilanish va orqaga chekinishlarga qarshi turing.

Birinchidan, cheksiz kuchga ongli ravishda teginish kerak. Bu muborak kuch barcha ijodkorlik va innovatsiyalarning manbaidir. Bu sodir bo'lgandan so'ng, ongli va ong osti ong kuch va iroda bilan to'ladi.

Yillar davomida men og'ir sharoitlarda va qiyin sinovlarda o'zimda rivojlantirgan ijodiy ruhni yo'qotishdan qo'rqardim. Ammo endi men qalbimda cheksiz qonun borligini angladim. Bu muqaddas qonun barcha fan, san'at va bilimning asosidir. Agar men o'sha ilohiy qo'llab-quvvatlash bilan qo'llab-quvvatlansam, muvaffaqiyatsizlikka uchrashim mumkin emas.

Ajoyib va ajoyib narsa yaratmoqchi bo'lganingizda, jimgina o'tiring va ichingizda yashayotgan cheksiz ijodiy kuchni his qilmaguningizcha chuqur mulohaza qiling. Yangi narsa qilishga harakat qiling. Lekin har doim harakatlaringiz mavjud ijodkorlikning eng buyuk unsuri bilan qo'llab-quvvatlanishiga, qilayotgan barcha ishlaringiz ortida bu muborak unsur turishiga va umidlaringizni ro'yobga chiqarishiga va

harakatlaringizni muvaffaqiyat bilan toj kiyishiga ishonch hosil qiling.

Qodir Alloh bizni ilohiy ruhning cheksiz ijodiy kuchi bilan boshqarishimizni xohlaydi. Odamlar befarqlik va dangasalik tufayli qalblaridagi ijodiy kuch manbasini to'sib qo'yishdi va ular muqaddas suvlarning har tomonga erkin oqishiga to'sqinlik qiladigan barcha to'siqlar va axlatlarni olib tashlashlari kerak. Ular sobitqadamlik va yaxshilik qilish uchun faol irodaga ega bo'lishlari kerak, shunda orzular ro'yobga chiqadi va ezgu intilishlar ro'yobga chiqadi.

Ko'p odamlar shunchaki boshqalarning g'oyalarini qayta-qayta takrorlash bilan kifoyalanishadi va kamdan-kam hollarda bitta original fikrni o'ylab topishadi. Boshqalarning yaxshi g'oyalaridan foyda olish yaxshi, lekin har bir insonning burchi dunyo merosiga intellektual yoki moddiy bo'lsin, yangi narsa qo'shish va insoniyat bilimlari xazinasini boyitishdir. Har bir inson noyob fazilatlarga va kashf etilishi va faollashtirilishini kutayotgan chuqur qobiliyatlarga ega.

Avvaliga o'qituvchi bo'lishga ikkilandim. Majburiyat jiddiy va mas'uliyat juda katta. O'qituvchi zarbani yutuvchi bo'lishi kerak, chunki u asabiylashib, sarosimaga tushgan zahoti undan yordam so'raganlarga yordam bera olmaydi.

Haqiqiy o'qituvchi barchani sevishi va unga xizmat qilishi, insoniyatni tushunishi va Xudoni bilishi kerak. Ustozim Seri Yokstuargi menga bu hayotdagi rolim ruhiy o'qituvchi ekanligini aytganda, men Xudoga murojaat qildim, Unga ishondim va Uning yordami va yo'l-yo'riqlarini so'rab ibodat qildim.

Men ma'ruzalar o'qishni boshlaganimda, ma'ruzalarim kitoblar va nazariy bilimlardan emas, balki ichki ilhom va shaxsiy tajribadan kelib chiqishini niyat qilgan edim, chunki fikrlarim va so'zlarim ortida manbai hech qachon qurib qolmaydigan va oqimi hech qachon to'xtamaydigan ijodiy kuch yashiringanini yaxshi bilardim.

Bu kuch ko'plab sohalarda boshqalarga ishlarida va boshqa turli yo'llar bilan yordam berish uchun ham ishlatilgan.

Men: "Hazrat, buni men uchun qil", demadim.

Aksincha, men: "Ey Rabbim, men buni qilmoqchiman, lekin faqat Sening yo'l-yo'riq va marhamating bilan Sendan menga ilhom berishingni va qo'limdan ushlashingni so'rayman", dedim.

Siz kichik ishlarni nihoyatda noyob tarzda qilishingiz mumkin Siz o'z sohangizda eng yaxshi bo'lishingiz mumkin Biz har doim ham yaxshi oyoq osti qilingan yo'llardan yurmasligimiz kerak; biz o'zimiz va boshqalar uchun yangi yo'llarni kashf etishimiz kerak Inson ilgari hech kim qilmagan narsani - ongni zabt etadigan va dunyoni hayratga soladigan narsani qila oladi

Siz ijodiy ilohiy ruh sizning ichingizda yashayotganini va siz orqali ishlayotganini isbotlashingiz mumkin. O'tmish o'tib ketdi va endi tarixga aylandi. Xatolaringiz dengiz kabi chuqur bo'lsa ham, ruhning mohiyati ularni yutib yuborish uchun juda kuchli. Ammo agar inson o'z yo'lini to'g'rilash va o'zini isloh qilish uchun jiddiy urinish qilmasdan, noto'g'ri fikrlash va noto'g'ri harakatlarida davom etsa, bu haqiqat ma'nosizdir.

Lekin biz samimiy va jiddiy nomzodlarni o'tmishdagi xatolar taraqqiyotga to'sqinlik qilishiga yoki cheklangan g'oyalar irodani kishanlashiga yo'l qo'ymasdan, yo'lda davom etish uchun qat'iy qaror va sobitqadamlikka chaqiramiz.

Hayot xira va muhit g'amgin bo'lib qolishi mumkin; qiyinchiliklar paydo bo'lishi va imkoniyatlar sezilmasdan qochib ketishi mumkin. Lekin muvaffaqiyatsizlikni tan olishdan yoki o'zingizga: "Men uchun hammasi tugadi, Xudo meni tashlab ketdi", deyishdan ehtiyot bo'ling. Chunki agar shunday qilsangiz, o'zingizni yo'q qilasiz va o'shanda hech kim sizga yordam bera olmaydi.

Oilangiz sizni rad etishi, omad sizni tark etishi, do'stlaringiz sizni tark etishi va insoniyat va tabiat kuchlari sizga qarshi fitna uyushtirishi mumkin. Ammo sizda Xudoga bo'lgan ishonch va kuchli iroda bo'lsa, taqdirning hujumlarini qaytarishingiz va qiyinchiliklarga qarshi to'lqinlar sindirib tashlaydigan mustahkam tosh kabi turishingiz, olijanob erkaklar va ayollarga yarasha qat'iy qadam va boshni baland ko'tarib yurishingiz mumkin.

Agar yuz marta mag'lub bo'lsangiz ham, yana urinib ko'ring va qiyinchiliklarni yengib o'tib, shon-sharaf tojini qo'lga kiritishga qaror qiling. Umidsizlik doimiy emas va umidsizlik vaqtinchalik sinovdir. Xudo sizning g'olib va yengilmas bo'lishingizni, hayot sahnasidagi olijanob rolingizni bajarishingiz uchun ichingizdagi to'liq kuch paydo bo'lishini istaydi. Nekbin bo'ling, shunda yaxshilikni topasiz va esingizda tuting: "Darhaqiqat, qiyinchilik bilan birga osonlik ham keladi".

Allohga ishoning va Uning marhamatlariga umid qiling

Chunki eng qorong'u kechadan keyin tong va yorug'lik keladi

Agar aktyorlar o'z rollarini muvaffaqiyatli ijro etsa, spektaklda qirol va xizmatkor roli bir xil darajada muhimdir.

Va shu sababli biz bu dunyoga noyob farqlar, istaklar va turli mashg'ulotlar va sevimli mashg'ulotlarga moyillik bilan keldik. Xudo bu dunyoni biz samoviy uyimizdan uzoqda bo'lganimizda o'yin-kulgimiz uchun kosmik sahna bo'lishini xohlagan. Lekin biz bu sahnaning ilohiy direktori va orkestratorining rejasini unutamiz va o'z rollarimizni Xudo xohlaganidek emas, balki o'zimizga mos deb bilgan narsaga muvofiq o'ynashni xohlaymiz. Shuning uchun bu betartiblik yuzaga keladi, butun dunyo bo'ylab tartibsizlik va tartibsizliklar tarqaladi.

Odamlar hayot sahnasida muvaffaqiyatsizlikka uchraydilar, chunki ular dastlab ular uchun mo'ljallanganidan boshqacha rollarni o'ynashga harakat qilishadi. Ba'zan masxaraboz qirolga qaraganda ko'proq e'tibor va hayratga sabab bo'ladi. Shunday qilib, rolingiz qanchalik ahamiyatsiz bo'lib tuyulmasin, uni qo'lingizdan kelganicha va vijdonan bajaring, shunda Xudoning nazarida siz muvaffaqiyatli bo'lganlar qatorida bo'lasiz.

Xudo biz uchun yaxshilikni niyat qiladi. Agar biz o'ynaydigan rollar achinarli yoki fojiali bo'lsa, biz hayotga qarshi isyon ko'tarmasligimiz, balki Xudoga bo'lgan imonimizni mustahkamlashimiz kerak (Va bu

**borada Payg'ambarimiz sollallohu alayhi vasallam
aytganlar:)**

**"Alloh kasallikni yubormaydi, balki uning davosini
ham yuboradi, shuning uchun qiyinchiliklarga duo
bilan qarshi oling".**

**(Ey jon, katta qiyinchilik tufayli umidsizlikka
tushma)**

**Va men Yaratguvchidan, barcha mavjudotlarning
Xudosidan yengillik olishimga aminman**

**Qancha qiyinchiliklar kelib, o'tib ketdi, keyin esa
o'tib ketdi?**

Pul va hayotga ta'siridan keyin)

Ruhiy simfoniya
Maqol, she'rlar, maslahatlar va tasdiqlar
Usta



Biz altruizmni o'rganishimiz kerak, chunki boshqalarni
baxtli qilish orqali baxt topish barcha Xudoni
.sevuvchilarning, Unga ishonuvchilarning asl maqsadidir
Boshqalarga baxt keltirish o'z baxtimizga erishish uchun
ajoyib va juda muhim narsadir va bu o'z-o'zidan foydali
.ishdir

Ba'zi odamlar faqat o'zlari haqida o'ylashadi va: "Men
uchun muhimi - baxtli bo'lish", deyishadi. Ammo afsuski,
.aynan shunday odamlar hech qachon baxt topmaydilar
Boshqalarning baxti va farovonligini e'tiborsiz qoldirib,
.shaxsiy baxtni izlash tavsiya etilmaydi

Boshqalarning tirikchiligini beparvolik bilan o'g'irlagan
kishi boyib ketishi mumkin, ammo u baxtli bo'lmaydi, chunki
boshqalarning unga nisbatan g'azabi halokatli zahardan ham
.halokatliroq bo'ladi

:Ilohiy qonun quyidagilarni belgilaydi

Kimdir boshqalar hisobidan farovon yashashga harakat
qilsa, boshqalar ham o'z hayotlarini baxtsiz qilishga harakat
qilishadi. Ammo agar ular boshqalarni baxtli qilishga harakat
qilsalar, hatto o'zlarinikini ham hisobga olsalar, boshqalar
ularning farovonligi va baxti haqida o'ylashadi. O'zimizning
asosiy ehtiyojlarimiz haqida o'ylaganimizda, boshqalarning
ehtiyojlari haqida ham o'ylashimiz kerak. Va ular haqida
.qayg'uraganimizda, ularga yaxshilik va baxt tilaymiz

Altruistik inson oilasi va atrofidagi dunyo bilan
uyg'unlikda yashaydi. Xudbin inson esa doimiy ravishda
muammolarga duch keladi, qoqilib ketadi va xotirjamlikni
.yo'qotadi

Xudo sizning ichingizda tinchlik ekanligini
anglaganingizda, U yaratilishdagi barcha yaxshi narsalarda
tinchlik va uyg'unlik ekanligini anglaysiz va Uni tabiat
go'zalligida ko'rasiz, samimiy do'stlikda Uning yaqinligini his
qilasiz va Uning ne'matlarini olijanob intilishlar va xudbin
maqsadlardan xoli bo'lgan sharaflı maqsadlarda his qilasiz.
Siz Uning huzurini sukunat pardalari ortida va barcha ajoyib
.narsalarda his qilasiz

Eshikni astoydil taqillating, shunda parda ko'tariladi va
siz eng ulug'vor yuzni o'zining barcha ulug'vorligi va
.ulug'vorligida ko'rasiz

Agar siz Xudoni sevsangiz, Uning sevgisini his qilasiz va
.boshqa hech narsa sizni alday olmaydi

Siz ma'naviy baxtni tatib ko'rmaganingiz uchun moddiy
tajribalarga jalb qilinasiz va uni tatib ko'rganingizda farqni
.bilib olasiz

Tanlashda erkin bo'ling. Hech narsa sizni cheklashiga
yo'l qo'ymang va hech kim sizni boshqarishiga yoki
.baxtingizga aralashishiga yo'l qo'ymang
Sizning o'zingiz kosmik butunlikning alohida qismidir va
baxtli ongni boshdan kechirish va ilohiy sevgining zavqini
tatib ko'rish uchun siz o'sha mukammal butunlikni
.topishingiz kerak

Ko'p odamlar amaliy va ma'naviy hayotlari o'rtasida
.zarur muvozanatni yarata olmaydilar
Ma'naviy insonga pul kerak, dunyoviy inson esa Xudosiz
.baxtli yashay olmaydi

Spiritualist ishlaydi va uning aytilmagan so'zlari shunday
deydi: Xudo menga kuch va qat'iyat beradi, shuning uchun u
.kuchini oshiradi va Xudo uning harakatlariga baraka beradi

Dunyoviy odam ham ishlaydi, lekin u: "Men bularning
barchasini yolg'iz o'zim qilaman va hech kim mendan ustun
emas", deydi, shuning uchun u o'ziga kutilmagan natijalarga
.olib keladi va xavf-xatarga tushadi

Barcha amaliy faoliyatlar, xoh moddiy, xoh ma'naviy
maqsadlar uchun bo'lsin, sog'lom tamoyillarga asoslangan
bo'lishi va vijdon nazorati va aql muvozanatiga bo'ysunishi
.kerak

Xudoga murojaat qiling, Uni eslang va Uni
hayotingizning markaziga aylantiring. U sizni
yo'naltirmaguncha va qonunlari qanday ishlashini
ko'rsatmaguncha Unga murojaat qiling va ibodat qiling. Xudo
haqida mulohaza yuritish va Uning borligini his qilish
millionlab tahlillar va tushuntirishlardan yaxshiroq ekanligini
unutmang. Unga muammolaringizni o'zingiz hal qila
olmasligingizni, hatto trillionlab g'oyalarni o'ylab topsangiz
ham, lekin ularni Uning qo'lga topshirsangiz, yechimlar
mumkinligini ayting. Avval yo'l-yo'riq so'rang, keyin esa mos
yechimni topish uchun uni bir necha nuqtai nazardan ko'rib
chiqing. Xudo o'ziga yordam beradiganlarga yordam beradi.
Xudoga meditatsiya qilib ibodat qilgandan so'ng , ongingiz

xotirjam bo'lib, imonga to'lganda, Xudoning yordami va yo'l-
yo'riqlari bilan muammoingizning to'g'ri yechimini ko'ra
.olasiz

Insonning ma'naviy haqiqatlar va imkoniyatlarga bo'lgan
ishonchi haqiqiy bilimga aylanganda, u odam yer yuzidagi
barcha olimlardan ko'ra muvaffaqiyatliroq va bilimliroq
bo'ladi. Xudoni bilgan buyuk insonlar shubhalar bilan
chalkashmaydilar yoki qiynalmaydilar, chunki ular Xudo
.bo'lgan Haqiqatni boshdan kechiradilar

Ey Rabbim, ko'r bo'lganimda, Senga olib boradigan
eshikni topa olmadim. Sen mening ko'zlarimni davolading va
endi men hamma joyda - gullar qalbida, do'stlarning ovozida
va olijanob va sevimli sinovlar xotiralarida keng eshiklarni
ko'rmoqdaman. Ibodatimning har bir nafasi Sening hamma
narsani qamrab oluvchi huzuring ma'badiga yangi yo'l
.ochadi

Mening ongim endi johillik probkasi bilan muhrlangan
kichik jismoniy shisha bilan chegaralanib qolmaydi Men endi
sizning kosmik dengizingizning o'rtasida dengiz suvlariga
tegmasdan yurmayman Men endi sizda uxlab yotgan holda
qolmayman, ey Rabbim, sizni tanimasdan yoki sizning
huzuringizni sezmasdan Mening butun vujudim endi sizning
to'liq huzuringizga cho'mgan

Agar barcha harakatlaringizni Xudo bilan
uyg'unlashtirsangiz va fazilat qonunlariga amal qilsangiz, siz
muvaffaqiyatsizlikka uchramaysiz yoki adashmaysiz. Ilohiy
sevgi ko'p gunohlarni kechirishga yordam berishini
unutmang. Agar siz chinakam Xudoga muhabbatni his
qilsangiz - nafaqat his-tuyg'ularni, balki chinakam sevgini -
.ozod bo'lasiz

Biz Xudoga quruq qalblar va adashgan fikrlar bilan iltijo
qilmasligimiz kerak, chunki iliq iltijolar ilohiy javob olish
uchun yetarli emas. Bu javob qalbning tubidan chiqadigan
.iliq, samimiy ibodat orqali erishiladi

Agar inson Xudoni hayotiga kiritmasa va samarali
muvozanatni yaratmasa, turmush tarzi qanday bo'lishidan
.qat'i nazar, muammolar ularga keladi

Ey Rabbim, hayot sinovlari va sinovlaridan
muvaffaqiyatli o'tganimda, men Sening cheksiz
mo'jizalaringni ulug'laydigan va kuylaydigan jannat qushi
ekanligimni va mening ruhiy borligim mavjudotning har bir
.atomiga singib ketganini anglayman

Men o'zimning kichkina sevgimni uyg'otdim va
kengaytirdim, bunda mavjud bo'lgan barcha narsalar
yashaydigan va harakatlanadigan umuminsoniy sevgi ruhi
.bilan uyg'unlashdim

Boshqalarga muvaffaqiyat qozonishga yordam berish
orqali men o'zim uchun o'sish va farovonlikka erishaman va
boshqalarning farovonligi va farovonligida o'z baxtimni
.topaman

Olimlar bir vaqtlar suvni bitta element deb o'ylashgan,
ammo tajribalar shuni ko'rsatdiki, ikkita ko'rinmas element,
vodorod va kislorod, birlashib, suv hosil qiladi. Xuddi
shunday, ruhiy tajriba orqali anglash mumkin bo'lgan
hayratlanarli haqiqatlar ham mavjud. Biz jimgina meditatsiya
qilib o'tirganimizda va fikrlarimiz ichkariga qaytganimizda,
biz to'g'ridan-to'g'ri ilohiy mavjudlikni his qilamiz va bu
.ajoyib, chunki natijalar tashqi emas, balki ichki

Quyosh nurlari yoyilgan sari, men kambag'allar va
tashlab ketilganlarning qalbiga umid nurlarini sochaman,
o'zini muvaffaqiyatsiz deb o'ylaganlarning qalbiga esa
.qat'iyat va o'ziga ishonch chiroqlarini yoqaman

Tun sukunatida va sukunat tubida, ong bog'larida va his-
tuyg'ular idrokidan uzoqda, Ilohiy Ma'bud bilan chuqur
sog'inish bilan muloqot qiling. Uni doimo o'ylang va U bilan
qalb va ruh tilida gaplashing. Qalbingizni Unga
topshirganingizda, Uni sizdan yashirgan barcha pardalar
yirtilib ketadi va qo'rquvlar va xayollar yo'qoladi, faqat Uning
.nuri va eng buyuk quvonchi qoladi

Ko'pchilik Xudoning shohligi kosmosning biron bir
burchagida, Yerning ifloslangan bug'laridan uzoqda, gunoh
va qonunbuzarlik tebranishlari bilan to'ldirilgan deb
hisoblashadi. Ular ruhning ulkan olamlari juda yaqin
ekanligini unutishadi. Ma'naviy jihatdan rivojlanganlar
ko'zlarini yumganda, o'lchovli Yer va uning aniq, seziladigan
materiyasi yo'q bo'lib ketadi, abadiylik o'lchovlari esa
ularning ichki ko'rishlari oldida cheksiz vahiyalarda paydo
.bo'ladi

Texnologiya tejab qolgan vaqtni hayotni chuqurroq
o'rganishga sarflash kerak. Amaliy mashg'ulotlar va pul
farovonlikka erishish vositasidir, ammo moddiy narsalarga
aldanmaslik yoki ko'r-ko'rona ochko'zlik ularni hayot
.quvonchidan mahrum qilishiga yo'l qo'ymaslik kerak
Men iroda cho'pchasi va qat'iyat ketmonidan foydalanib,
ong tuprog'ini qazib oldim va hayot kuchining manbasini
kashf etdim. Men kosmik energiya bilan bir butun
ekanligimni angladim. Men tana emas, balki tanaga singib
.ketgan samoviy elektr zaryadiman

Rabbim, men ong okeani tubida yashiringan qalb
xazinalarini kashf etish uchun bebaho imkoniyatga ega
ekanligimni anglayman. Men yer yuzidagi bog'liqliklarni
ma'naviy yo'nalishlar bilan almashtiraman va hayot
maqsadiga erishish uchun irodam va kuchimni
rag'batlantiraman, Sen menga doim yordam berib, to'g'ri ish
.qilishga ilhom berishingga aminman

Biz bu dunyoning bizni boshqarishiga yoki bizga buyruq
berishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak va Xudodan boshqa hech
narsa haqiqiy va doimiy emasligini va haqiqiy baxt U bilan
bo'lgan shaxsiy tajribamizda ekanligini unutmasligimiz
.kerak

Meditatsiya ma'badida men ikkita sham yoqaman: tong
.shami va uyg'oqligim shami
Issiq sog'inchimning ajoyib gulchambarlari sizning to'liq
huzuringizning oyoqlarini o'rab oladi

Yuragimdagi guldondagi sevgi gullaridan taralayotgan
xushbo'y hidingiz hayotimning har bir burchagiga singib
.ketadi

Ey Xudo, meni abadiy hayot orzularidan uyg'otgan
Sening nuringning yorqinligi tufayli qo'rquvlarim va
.xayollarim soyalari yo'qoldi

Doimiy hushyorlik va xira ko'zlar bilan men sizning
cheksiz yuzingizga to'xtovsiz tikilib, uning xususiyatlari va
hech qachon takrorlanmaydigan yoqimli ifodalari haqida
!o'ylayman

Hayot va o'lim raqsi doimo mavjud, lekin men o'zimni
ma'naviy mohiyatimni qayta tiklash orqali abadiy ozod
qilaman. Atrofimda bo'ronlar ko'tarilib, sinovlar meni kutib
olganda, men qayiqchamni hayot daryosidan ilohiy qirg'oqqa
.suzib o'taman

Qiyinchiliklar va musibatlarga duch kelganda, men
ularni yengish uchun qat'iyatimni mustahkamlayman va
irodamni charxlayman. Agar men boshqalarga mehr bilan
munosabatda bo'lsam, Xudo menga kuch, donolik va sog'lom
.fikir beradi

Xudoni bilish hayotdagi birinchi va eng muhim
ehtiyotdir, chunki u qalbgaga tinchlik va qalbgaga xotirjamlik
keltiradi. Xudo barcha dard va muammolarimiz uchun
shifobaxsh balzam, barcha muammolarimizga yechim va
barcha ehtiyojlarimizni qondiruvchidir. Qalbimiz orzu
qiladigan narsalar - sevgi, shuhrat, donolik va mo'l-ko'lchilik -
bularning barchasini biz barcha yaxshilik va barakalarning
.manbai bo'lgan Xudoda topamiz

Barcha tajribalar qabul qilish va tushunish qobiliyati
bilan o'lchanadi, shuning uchun men barcha tajribalarimni
diqqatni jamlash kuchi bilan ongli ravishda kuchaytirish
.orqali rivojlanishimni tezlashtiraman

Seni fikrlarim tubida his qilyapman, eng chuqur his-
tuyg'ularimda borligingni his qilyapman va sevgim bog'ida
.gullab-yashnayotganingni ko'ryapman

Meni huzuringning xushbo'y hidi bilan to'ldirgin, toki
.men Sening muborak hidingdan bahramand bo'lay
Osmonlar, yulduzlar, fikrlar va his-tuyg'ular ortidan
menga keling. Menga eng muqaddas yuzingizni ko'rsating va
qalbimda, atrofimda va hamma joyda sizning
.mavjudligingizni his qilishimga imkon bering
Men seni asrlar va davrlar davomida, orzular va
ambitsiyalar yo'lida qidirdim va endi sen mening qalbimda
yashayotganingni va eng muqaddas tuyg'ularimni
.ilhomlantirayotganingni angladim
Endi his-tuyg'ular, fikrlar va qalbning ritmi gullari ortida
.mendan yashirma
Ruhimni donoliging javohirlari bilan bezatgin va menga
ne'mating shabadalarini puflagin va Seni ko'rishim va
.anglashimdan to'sib qo'ygan zulmatni mendan olib tashlagin
Ey yulduzlar va moviy osmondan tashqarida, atmosfera
qatlamlari va barcha mavjudotlar hamda mavjudotlardan
tashqarida bo'lgan Zot, mening sevgimning pichirlashlarini
qabul qil va borlig'imni Sening sevging, nuring va tinchliging
.bilan cho'mdir
Hayot tarzi quyidagicha: bir tomonda johillikning
qorong'u vodiysi, ikkinchi tomonda esa donolikning abadiy
.nuri bor
Ma'naviy o'sish yo'lidagi to'siqlar xudbinlik, mag'rurlik,
ochko'zlik, g'azab va boshqalardir. Bu qorong'u fazilatlar
insonni o'zida mavjud bo'lganidan ham chuqurroq johillikka
.olib boradi yoki undaydi
Biroq, ilohiy irodaga muvofiqlik ozodlikka olib keladi va
inson o'zidan tashqarida izlaydigan baxtni beradi, garchi u
.uning ichida bo'lsa ham
Qulay imkoniyatlar quyoshi mening yo'limga tushmasligi
mumkin va yo'l kimsasiz, g'amgin va sinovlar va azob-
uqubatlarga to'la bo'lishi mumkin, ammo men ilohiy nur
meni yo'naltirishini va yo'limga yorqin nur sochishini bilgan

holda, qiyinchiliklarga duch kelish va dilemmalar zulmatidan
.chiqish uchun qo'limdan kelganini qilaman

Ey Rabbim, butun kuchim Sendan qarzg'a olingan va
Sening donoliging va kuchingsiz hayotimning hech qanday
qiymati yoki mavjudligi yo'q. Sen naqadar buyuksan, men
!esa naqadar kichikman

Bizda har doim ham inson sifatida o'zimiz bilan
faxrlanish uchun sabab bo'lavermaydi, ammo xatolarimiz
bizni tushkunlikka solishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak. Biz har
doim sinovlarimizning yaxshi tomoniga qarashimiz,
xatolarimizdan saboq olishimiz va nima bo'lishidan qat'i
.nazar, Xudoga murojaat qilishimiz kerak

Xudo mavjudotdagi yagona mukammallik bo'lgani
uchun, men johillikdagi donolikni tekshirishga, zaiflik orasida
sog'lomlikni topishga va tartibsizlik orasida xotirjamlikni his
.qilishga harakat qilaman

Xudo mening qalbidagi va atrofimdagi, meni himoya qiladi
va kuzatib turadi, shuning uchun men hayotim ufqida Uning
yo'lbo'shchi nurining nurini to'sib qo'yadigan qo'rquv
.bulutlarini yo'q qilaman

Rabbim, do'stlarimni qattiq tanqid qilmayin. Agar ular
o'zlarini yaxshilash uchun mendan maslahat so'rasha,
Sening yo'l-yo'riq va ilhomingga asoslangan kamtarona
takliflar berishimga ijozat ber. Yumshoqlik va sevgi bilan,
majburlash va majburlashdan xoli bo'lib, Senga qoqilganlarni
boshqarishga yordam ber. Qorong'u tabiatni Sening
donoliging nurini aks ettiruvchi ma'rifatli shogirdlarga
.aylantirishim uchun tushuncham va kuchimni boshqar
Bugun men hayotim bog'iga donolik, sog'liq, farovonlik
va baxt urug'larini ekaman va qalbidagi orzuim amalga
.oshganda Xudoga shukur qilaman

Xudo mening har bir harakatlarimni boshqarishini o'ylab,
ongimni tozalayman

Bugun men fikrlarim, so'zlarim va harakatlarim orqali
hayotimda tinchlik va muvozanatni namoyish etishga

harakat qilaman va ilohiy iroda bilan uyg'unlikka erishish
.uchun bor kuchim va irodamni jamlayman
Ey qalblarimiz taxtida hukmronlik qiluvchi, sevgingda
birlashgan Sen, bizning sog'inchlarimizni va qalbimizning
intilishlarini qabul qilgin. Barchamizga baraka bergin,
yo'limizdagi to'siqlarni olib tashlagin va ichimizdagi johillik
.zulmatini yo'q qilgin

Yo'l boshchi nuringiz yo'llarimizga porlasin, ongimizni
uyg'otsin va bizni yaqinligingiz bilan xursand qilsin va bizni
.doimo biz bilan ekanligingizni his qilaylik
O'zingizga halol bo'ling Dunyo sizga halol emas, chunki
u ikkiyuzlamachilikni yaxshi ko'radi O'zingizga halol
.bo'lganingizda, ichki xotirjamlikka yo'l topasiz
Faqat hozirgi zamonda yashang, kelajakda emas. Bugun
qo'lingizdan kelganicha harakat qiling va ertangi kun haqida
.qayg'urmang

Ey Rabbim, inson erishmoqchi bo'lgan barcha moddiy
maqsadlar unga qisman quvonch keltiradi, hatto ularning
barchasi muvaffaqiyat bilan toj kiygan bo'lsa ham. Lekin Seni
topib, ey Rabbim, men to'liq va abadiy baxt manbaini
.topaman

Rohat baxsh etuvchi moddiy narsalar fikrdan tashqarida
qoladi; ular taqdim etayotgan zavqlar bilan birga xayol va
.tasavvur orqali fikrga kirishadi

Sof quvonchga kelsak, bu bizning qalbimizning mohiyati
bo'lib, uni uyg'un fikrlash orqali olish mumkin va u bizga
.yaqin va bizning qo'limiz ostida

Hissiy zavqning tashqi sabablari yo'qolganda, ulardan
kelib chiqadigan vaqtinchalik baxt ham ular bilan birga
yo'qoladi, lekin agar inson u bilan qanday uyg'unlashishni
bilsa yoki odam ataylab o'z fikrlarini o'zgaruvchan moddiy
narsalar bilan cheklab qo'ymasa va shu tariqa baxtsiz
.bo'lmasa, ruhning ichki quvonchi yo'qolmaydi
Xudoning ne'mati bo'lgan qalbning quvonchi doimo
.yangilanib turadi va abadiydir

Bugun men o'zimdanda tinchlik va baxt so'rayman va
donoligim qal'asini iroda, tinchlik va sevgi bilan himoya
qilaman, Xudoga shukur qilaman va Unga qalbimning
minnatdorchiligini va yuragimning yangilangan istaklarini
.ko'taraman

Dunyoda yo'qotgan narsam jonim uchun yo'qotish
bo'lmaydi

Men har doim hayotim osmonida hech qachon
botmaydigan ilohiy hidoyat yulduziga ishonch va imon bilan
.qarayman

Ey Rabbim, fikrlarimizni bizga Sening ne'matingni
eslatishlari uchun baraka ber, his-tuyg'ularimizni ular Sening
sevgingni his qilishlari uchun baraka ber, Seni rozi qiladigan
narsalarni orzu qilishlari uchun istaklarimizni baraka ber,
barcha yaxshi va olijanob narsalarga intilishga undashlari
uchun ambitsiyalarimizni baraka ber va qalbimiz orzu
qiladigan va ruhimiz izlaydigan eng oliy baxt Sen
.ekanligingni angalaylik

Bilamanki, fikrlarim menga muvaffaqiyatsizlikka yoki
muvaffaqiyatga olib keladi, bu mening ongimda qaysi fikr
kuchliroq ekanligiga bog'liq. Shuning uchun, Xudo men bilan
ekanligini, menga aniq fikrlashga yordam berishini va
ilhomlantirishini yodda tutish uchun qo'limdan kelganini
.qilaman

Ey Rabbim, sukunat oynasida men har kuni tinchlik
yuzini, Sening yuzingni ko'raman va har kuni ba'zi qalblarda
Sening sevging va tinchligingni uyg'otish uchun harakat
.qilaman

Ey kosmik ona, men tungi bog'lardan yulduzlarni yulib
olaman va ularni sizga sevgi sovg'asi sifatida taqdim
etaman. To'lin oyda sizning nurli yuzingizga qaraganimda,
sizning mayin tabassumlaringiz tashvishlarimni yo'q qiladi va
.qayg'ularimni yuvib tashlaydi
:ishonch hosil qilish uchun

Men jaholatni yo'q qilaman va nuqsonli tushunchalardan
xalos bo'laman va tor ufqlar va cheklangan nuqtai nazarlar
podvalidan sevgi va insoniy rahm-shafqat erkinligiga
.ko'tarilaman

Xudoning borligi Uni sevadigan va hech qachon
unutmaydigan mehribon qalb va ma'naviy moyillikka ega
bo'lganlarda eng yaqqol namoyon bo'ladi. Bo'ronlar va
qiyinchiliklar to'lqinlari ko'tarilganda, ular hayotlarining
qayig'ini ilohiy himoyaning xavfsiz qirg'oqlariga
.yo'naltirishlari mumkin

Men ijodiy ruhning kuchiga egaman va umuminsoniy
ong bilan aloqadaman va Xudo meni boshqarishini va barcha
masalalar va muammolarni hal qilishda yordam berishini
.bilaman

Ey mening sevimli Xudoyim, ochiq ko'zlar va ongim ko'zi
bilan Seni ko'raman, Senga butun sog'inch va sadoqat bilan
sajda qilaman, burchlarimni bajarayotganda Seni o'ylayman
.va qalb tili va qalb pichirlashi bilan Senga iltijo qilaman
Insonning tabiatida kasallikdan qo'rqish yoki hech
qachon tuzalmasligiga ishonish bo'lishi mumkin. Bunday
holda, ular jismoniy va axloqiy farovonlikka olib keladigan
sog'lom turmush tarzi odatlarini qabul qilishlari va
shuningdek, Xudoning shifobaxsh kuchiga ko'proq ishonish
uchun ibodat qilishlari kerak. Agar ular o'zlarini
muvaffaqiyatsiz deb hisoblasalar va biron bir sohada
muvaffaqiyat qozona olmasalar, ular intilayotgan
muvaffaqiyatga erishish uchun barcha sa'y-harakatlarini
.qilishlari kerak

Xudoni sevadiganlar bilan muloqot qilish va muloqot
qilish bizning orzularimizni oziqlantiradi, qalbimizni
.tinchlantiradi va xabardorlik darajamizni oshiradi

O'z-o'zini qaror qilish

Bugun menga hayot bergan Xudo haqida o'ylayman,
chunki Xudoni butunlay e'tiborsiz qoldirib, moddiy narsalarga

e'tibor qaratish faqat moddiy baxtsizlik va ma'naviy
baxtsizlikka olib keladi
:ishonch hosil qilish uchun

Bugun men Xudo menga bergan kuchlardan eng yaxshi
foydalanish uchun o'zimga yordam beraman va Xudodan
menga yordam berishini, harakatlarimga baraka berishini va
.ularga muvaffaqiyat berishini so'rayman

Inson irodasi xatoga yo'l qo'yganda, u bizni aldaydi va
chalgitadi; lekin donolik bilan boshqarilganida, u bizni ilohiy
iroda bilan uyg'unlashtiradi. Ko'pincha inson irodasi ilohiy
maqsadlar bilan to'qnashadi va bu bizga azob-uqubatlar
tubiga va baxtsizlik tuzoqlariga tushib qolishdan
saqlanishimizga yordam beradigan ma'naviy yo'l-yo'riqni
.yo'qotishimizga olib keladi

Men Xudoga ma'qul keladigan va insoniyatga xizmat
qiladigan hamma narsani qilishda bor qobiliyatim yoki
.iste'dodimdan foydalanaman

To'liq bo'lmagan bilim xavflidir, chunki u izlovchini
mag'rur va o'zini o'zi ta'minlashga olib kelishi mumkin, jiddiy
izlanishlarni va qalbgacha chuqur sho'ng'ishni to'xtatadi. Faqat
o'zini muhim his qilishdan xoli bo'lganlarga Xudoga
yaqinlashmaguncha inoyat va ma'naviyatda o'sadi.
Darhaqiqat, samimiy ibodat qiluvchilar behuda narsalardan
.xoli va mag'rurlik va da'vodan uzoqdirlar

Inson o'zini bilsa va uning ma'naviy mohiyatiga tegsa, u
barcha hayot tajribalarida va har qanday sharoitda unga
.hamroh bo'ladigan ichki quvonchni his qiladi

Bugun men tashabbuskorlik ruhini uyg'otaman va
barcha ijodiy kuchlarning manbai va barcha bilimlarning
manbai doimo men bilan ekanligini bilib, muvaffaqiyatga
.erishish qobiliyatini faollashtiraman

Men Xudoning qudrati cheksiz ekanligini va U menga
duch keladigan hayot qiyinchiliklarini yengib o'tish va
yo'limda turgan barcha to'siqlarni yengib o'tish uchun kuch
.berganini tushunaman

Oxir-oqibat tashvishlardan xotirjamlik va og'riqdan xalos
bo'ladigan samoviy uyimizga yetib borishimiz uchun qalbimiz
.va ongimizni Xudoga qaratish vaqti keldi

Biz Xudoning hayot, quyosh nuri, oziq-ovqat va boshqa
barcha ne'matlarini olish uchun qo'l uzatamiz, lekin U bizga
bergan mo'l-ko'l ne'matlariga qaramay, Uni eslaydiganlar
!qancha kam

Ey umuminsoniy qonun Xudosi, menga falokatlardan
tug'ilgan chandiqlarimni Sening adolatingning muborak
qo'llaridan munosib nishonlar sifatida taqib yurishga ijozat
.ber

Kundalik qiyinchiliklarim xayollarga qarshi vosita bo'lib
xizmat qilsin va meni abadiy dunyoviy baxtga erishish
.umididan xalos qilsin

Qani endi boshqalarning shafqatsizligi tufayli to'kkan
ko'z yoshlarim ongimdagi ba'zi yashirin iflosliklarni yuvib
tashlasa edi

Qani endi bezovtalik pichoqlarining har bir o'tkir zarbasi
ichimda yangi chuqurliklarni ochsa edi

Ilohiy orzu ruhiy idroklar okeaniga sho'ng'iydigan chuqur
dengiz zondiga o'xshab bo'lishi kerak. Ichki ko'rish qobiliyati
tafakkur orqali ochilganlar qalblarida Xudoning borligini his
.qiladilar

Rabbim, menga ongimni cheklovlar va zaif fikrlardan
Sen doim men bilan ekanligingni, meni qo'llab-
quvvatlayotganingni va go'zal fikrlar va ulug'vor idroklar
bilan ilhomlantirayotganingni aniq bilishga o'zgartirishga
.yordam ber

Rabbim, menga ongimni cheklovlar va zaif fikrlardan
Sen doim men bilan ekanligingni, meni qo'llab-
quvvatlayotganingni va go'zal fikrlar va ulug'vor idroklar
bilan ilhomlantirayotganingni aniq bilishga o'zgartirishga
.yordam ber

Ey Rabbim, Seni eslagin - qiyinchilikda ham, yengillikda
ham, kasallikda ham, sog'liqda ham, johillikda ham,
donolikda ham

Men Xudoga bo'lgan sevgim va Unga bo'lgan sog'inchim
xotirasini abadiy alangada saqlayman, toki shu nurda Uning
.nihoyatda go'zal yuzini ko'ra olaman

Yuzdagi tabassum qalbdagi tabassum bilan mukammal
uyg'unlikda bo'lganda, qalb tabassumi porlaydi

Ey mening sevimli Xudoyim, men Senga uyg'oqlik
tongida, faollik peshinida, qarilikning shom paytida va oxirgi
.vidolashuv kechasida sajda qilaman

Bugun ichki sezgilarim ta'sirida ruhiy radiomni kosmik
eshittirish chastotalariga moslashtiraman, xavotir
shovqinidan xalos bo'laman va ilohiy sevgi madhiyasini
.tinglayman

Hatto eng dindorlar ham ba'zan Xudo ularning
ibodatlariga javob bermayapti deb o'ylashadi, lekin U jimgina
va ma'naviy qonunga ko'ra javob beradi. Muborak javob olish
.uchun ibodat samimiy, niyat sof va maqsadli bo'lishi kerak

Rabbim, og'riqli qalblarga tinchlik balzamini taklif qilgin,
toki ular Senda shirin taskin topsinlar. Meni barcha qayg'uli
qalblar uchun to'satdan quyosh nuri, qurigan qalblar uchun
hayot baxsh etuvchi yomg'ir va yomon muomalada
.bo'lganlarga mehr-oqibat sovg'asi qilgin

Baxtga erishish uchun to'g'ri hayot tarzi, sog'lom
.fikrlash, ma'naviy yo'nalish va Xudoga chuqur ishonch kerak

Ma'naviy quvonchdan mahrum hayot zerikarli,
.yorqinliksiz hayotdir va uning yuklari charchagan va og'irdir
Iloji boricha dunyoning shovqin-suronidan uzoqlashing
va yolg'iz qolib, Xudo haqida o'ylashingiz mumkin bo'lgan
.tinch joylarni qidiring

Tushunmovchilik va kelishmovchilik zulmati qayerda
bo'lsa ham, men o'sha yerda sevgim va tinchligim nurini
.yoyaman

Bu dunyo g'alati, chunki undagi hamma narsa o'zgarishi
va o'zgarishi mumkin va shuning uchun inson o'z baxtining
.qayig'ini bu dunyo qirg'og'iga langar tashlamasligi kerak
Biz ajoyib dunyoda yashayapmiz. Hayotdagi yagona
maqsadi ovqatlanish, ichish, zavqlanish va uxlash bo'lganlar
inson hayotining mo''jizalari haqida hech qanday tasavvurga
.ega emaslar

Ey Rabbim, quvonch oqimlarimizni yo'naltir, toki ular
qisqa muddatli shahvoniy zavqlar qumida o'zlarini yo'qotib
.qo'ymasinlar

Mehr-shafqat oqimlarimizning qurib qolishiga va
xudbinlikning bepoyon cho'llarida bug'lanib ketishiga yo'l
.qo'ymang

His-tuyg'ularimiz kanallari sevgingizning cheksiz ko'li
bilan aralashsin

Hayotimiz daryolari kengayib, suv sathi Sizning
marhamatlaringizning mo'l-ko'l yomg'irlari bilan ko'tarilsin va
ular boshqalarning his-tuyg'ularini inobatga olish, hamdardlik
va e'tiborning keng tekisliklaridan o'tib, nihoyat sizning
.muborak dengizingizga - sof va tiniq - oqib kelsin

Kimki muvaffaqiyat uchun ibodat qilsa va shu bilan birga
o'ziga: "Men muvaffaqiyatga erisha olaman deb
.o'ylamayman", desa, u muvaffaqiyatga erisha olmaydi
Ilohiy nurlar porlashi va samoviy ne'matlar tushishi
.uchun ibodat iliq imon va kamtar qalb bilan o'qilishi kerak
Xuddi singan telefon orqali gaplashishning iloji
bo'lmagani kabi, odam ham o'z ibodatlarini xavotir, xavotir,
norozilik va o'tkinchi narsalarga bog'lanish bolg'alari bilan
ishdan chiqarilgan aqliy qurilma orqali samarali ravishda
.tarqata olmaydi

Chuqur xotirjamlik va sokin uyg'unlik bilan nafis,
konstruktiv tebranishlar bilan aqliy apparatni ta'mirlash va
sozlash mumkin, shunda uning ruhiy qabul qilish kuchi
ko'payadi va shu tariqa Xudoga samimiy xabarlarni samarali

va samarali ravishda etkazish va Hamma narsani eshituvchi
.va javob beruvchidan muborak javob olish mumkin bo'ladi
O'zingizdagi orzulardan tashqari cheksiz tinchlik va baxt
okeanida suzing va suzing

Ey Oliy Yaratguvchi

Osmondagi porlayotgan yulduzlar, tog'lar va alanga
bilan yonayotgan quyosh pechi sizning to'liq
.mavjudligingizning ba'zi ifodalari va namoyonlaridir
Xudoni doimo tafakkur qilish, Uni bilishga bo'lgan
samimiy istak va Unga chin dildan iltijo qilish orqali topish
oson. U qalb konida izlanishga va o'rganishga loyiq eng
.buyuk xazinadir

Yonayotgan sog'inch gugurt cho'pini sog'inch qalbining
devoriga urganda, izlovchining qalbida ilohiy sevgi alangasi
.paydo bo'ladi

Ey Rabbim, go'zal narsalar go'zaldir, chunki ular Sening
go'zalligingdan go'zallikni qarz oldilar, bu go'zallik tabiatda
ham, odamlar orasida ham barcha ko'rinadigan go'zallikdan
.beqiyos darajada go'zaldir

Xudoni va Uning bandalarini sevish ajoyibdir. Uni
topganimizda, biz Uning sevgisini hammada his qilamiz.
.Koinotda sevgi kuchidan buyukroq kuch yo'q

Ikki yoki undan ortiq odam umrbod do'st bo'lib
.qolganda, bu sof sevgi yoki qalb do'stligining ifodasidir
Rabbim, menga Senga yaqin bo'lish quvonchini ato et,
toki men hamma bilan eng buyuk quvonchni baham ko'rayin
va menga Sening nuringni ko'rishga ijozat bergin, uning
.ko'rinishi qalbni davolaydi va tashvishlar soyasini yo'q qiladi
Sevimli qushim o'ziga yuklagan cheklovlar qafasidan
qochib, erkinlik olamida parvoz qilsin, qalb madhiyasini
kuylasin, uning aks-sadosi barcha mehribon qalblar va
.uyg'un onglarda aks-sado beradi

Ey Rabbim, ruhiy idrokimiz shabadalari iltijolarimizning
hidini va Senga bo'lgan tobora ortib borayotgan
.intilishlarimizning hidini olib kelsin

Biror narsani xohlaganimda, uni olganimda xursand
bo'lardim va uni boshqa birovga berganimda yana xursand
.bo'lardim

Xudo iliq ibodatlarga javob bermaydi, lekin U, albatta,
Unga chuqur va chin dildan iltijo qilganlarga va imonga to'la
.qalblar bilan Unga murojaat qilganlarga keladi

Amal qilish kerak bo'lgan ijobiy qoidalar - mehr-oqibat,
samimiylik, halollik, boshqalarga muhabbat, niyatlarni
.tekshirish va o'zini tuta bilish

Ey Rabbim, qalblarimizning kurtaklarini och va
qalbimizda saqlangan sevgi hidi Sen bilan uchrashish istagi
.qanotlarida uchib yursin

Ey Rabbim, quvonchli yutuqlarim kunlarida menga yo'l
ko'rsatish uchun donoliging quyoshining nurlarini va qayg'u
qorong'u tunlarida yurganimda rahm-shafqating oyining
.nurini yubor

Xushbo'y, gullab-yashnayotgan g'oyalar samimiy iltijolar
urug'laridan o'sib chiqadi va ochiladi hamda tetiklantiruvchi
.tafakkur tuyg'ularining shudringi bilan sug'oriladi

Do'stona xizmatlar almashish orqali kichik "men"imizni
unutganimizda, ongimiz kengayadi va biz orqali ishlaydigan
.yagona buyuk "men"ni ko'ramiz

Haqiqiy do'stlik - bu hayot yo'llarida bir-birimizga
.yordam beradigan nurdir

Men bu dunyoda juda ko'p shafqatsizlik, qo'pollik va his-
tuyg'ularga beparvolikni ko'raman va bu xatti-harakatlarga
qo'shimcha qilish uchun hech qanday asos topa
olmayapman. Agar shunday qilsam, o'zimga zarar yetkazgan
.bo'lardim

Tafakkurli qayiqchangizni aqliy chalkashliklar va hissiy
chalg'ituvchi narsalarning notinch suvlari ustida suzib o'ting

Qayg'u qayg'uni ko'paytiradi va qayg'u uchun eng
samarali vosita - bu ruhni taskinlaydigan va ongni xursand
.qiladigan ilohiy mavjudlikka teginishdir

Ey Ilohiy Shifokor, tanamizdan kasalliklarni haydab
chiqar, ongimiz ufqlarini kengaytir va ularni zaiflik va
ojizlikdan xalos qil, shuningdek, huzuringning yorqin nuri
.bilan qalbimizdagi zulmatni yo'q qil
Xudoga yo'l rostgo'ylik, samimiylik, matonat, qat'iyat,
.diqqat, sevgi, sog'inish, qat'iyat va imon bilan qoplangan
Insoniy usullar yetarli emas va samarasiz bo'lib chiqsa,
biz Qodir Allohga murojaat qilishimiz va Undan yordam
so'rashimiz kerak

Men o'z harakatlarim va xatti-harakatlarim uchun faqat
o'zim javobgarman, chunki boshqa hech kim ular uchun
.so'roq qilinmaydi yoki javobgarlikka tortilmaydi
Ilohiy inoyat quyoshi hayotimiz ufqida porlaganda,
ne'matlar ko'payadi va cheklovlar yo'qoladi
Jimlik bulog'idan ruhiy chanqog'imni qondirish uchun
.ilohiy donolikning sof, tiniq suvlarini olaman
Men ongim simlarini hislarning tor, kichik sohasidan
uzib, ularni cheksiz ma'naviy idroklar dunyosiga bog'ladim va
meni o'rab olgan va borlig'imning har bir atomiga singib
ketgan Xudoning nuri bilan yashayotganimni va qalbim
.Xudoning sevgisi va tinchligi bilan to'lganini angladim
Ma'naviy xotirjamlik oynasida men Xudoning yuzini
ko'raman

Ey Rabbim, menga borligimning sirini ochib ber va
ichimda va atrofimda Sening doimiy mavjudligingni his
.qilishimga yordam ber

Bugundan boshlab men Xudoni rozi qilish uchun
allaqachon bajarayotgan dunyoviy burchlarimni e'tiborsiz
.qoldirmasdan, Uni tanib-bilish uchun harakat qilaman
Men har kuni Xudo qalbim tuprog'iga ekan urug'larni
sug'orardim va Uning rahm-shafqati quyoshi ularga
porlaganida, urug'lar unib chiqdi, o'sdi va mamnuniyat va
.qoniqishning muborak hosilini berdi

Bir kuni Xudoning odamlaridan biri daryoda
cho'milayotganida, boshqa bir kishi kelib, otini o'sha solih

odamning yonida yuva boshladi, ataylab va beparvolik bilan
unga suv sepdi. Avliyoning shogirdlari g'azablanib,
tajovuzkorni urib, haydab yubormoqchi bo'lishdi, lekin
.ustozlari ularga bunday qilmaslikni, uni tinch qo'yishni aytdi
To'satdan ot egasini tepib yubordi, uning bir nechta
tishlarini sindirib, sindirib tashladi. Yaxshi odam unga mehr
bilan yaqinlashdi va unga g'amxo'rlik qila boshladi va uni
davolay boshladi. Gunohkorni avliyo emas, balki tabiatning
.qat'iy qonuni jazoladi

Xudo va Uning umuminsoniy qonunlari Xudoga
ishongan, Undan yordam so'ragan va hayot yo'llarida bir-
biriga yordam bergan va dalda bergan barcha odamlardan
adolatsizlikni yo'qotish uchun tinimsiz va doimiy ravishda
.ishlaydi

Men barcha mavjud imkoniyatlarni o'rganishga va
ulardan foyda olishga intilsam, bu dunyodagi ishim o'zini o'zi
.rivojlantirishga olib borishini tushunaman
Tinchlik ma'naviyat belgisidir. Shuning uchun men
ma'naviyatimni o'zimdagi xotirjamlik miqdori bilan
.o'lchayman

Ey Rabbim, Sening donoliging mening tushunchamni
qo'llab-quvvatlashini va Sening hamma joyda mavjudliging
.hayotimga singib ketishini anglab yetay
:ishonch hosil qilish uchun
Sog'lig'im va hayotiyligimni saqlab qolish hamda axloqiy
qadriyatlarga rioya qilish orqali men insoniyatga turmush
tarzim orqali yordam beraman
Ko'r bo'lganimda, sizga olib boradigan bitta eshikni topa
olmagan edim, lekin endi ko'zlarimni ochganingizdan keyin
.hamma joyda eshiklarni topaman
Sizning nurli qiyofangiz tong otganda, sog'inch
atirgullarim qalbim bog'ida gullaydi va men o'sha
atirgullardan gulchambar to'qib, uni muborak ostonangizga
.qo'yaman

Ey Rabbim, Sening sevging nurlari mening ruhiy
makonimga porlagan sari, johillik tumani tarqaladi va
.noaniqlik bulutlari yo'qoladi
Ey yorug'lik favvorasi, sen kosmik nurlar devorlari ortida
yashiringansan. Mening ko'rish oynamni och, toki men seni
.hamma joyda ko'rsam
Men har doim ilohiy himoya ostida ekanligimni doimo
o'ylab, birinchi navbatda va har doim xavfsizlik va
.osoyishtalikni so'rayman
Sevimli Xudoyim, agar men to'g'ri yo'ldan adashsam,
qo'limdan tut va meni unga qaytar. Agar
muvaffaqiyatsizlikka uchrasam, muvaffaqiyatga erishishimga
yordam ber. Eng muhimi, agar men johil bo'lsam, donolikka
.ega bo'lishimga yordam ber
Baxtli bo'lishga qat'iy qaror qabul qilish sizga yordam
beradi. Muammolaringiz u yerda deb o'ylab, vaziyat
o'zgarishini kutmang. Baxtsizlik hayotingizning odatiy
qismiga aylanib qolishiga yo'l qo'ymang, aks holda bu sizga
va atrofingizdagilarga salbiy ta'sir qiladi. Agar siz baxtli
bo'lsangiz, bu siz va boshqalar uchun ne'matdir; agar sizda
baxt bo'lsa, sizda hamma narsa bor va baxtingiz sizning
.Xudo bilan uyg'unligingizni anglatadi
Kecha qilgan ishlarimiz bugungi kunimizning tabiatini
belgilab berdi va hozirgi harakatlarimiz ertangi kunimiz
.qanday bo'lishini belgilaydi
Avvalo, johillikni ichimizdan yo'q qilish kerak, keyin
.uning mavjudligi tashqarimizdan yo'qoladi
Barcha o'tkinchi zavqlar va vaqtinchalik ambitsiyalarni
men ilohiy bilimning abadiy alangasini yoqish uchun
.tayoqchalar bog'lami sifatida ishlataman
Agar U haqidagi fikrlarim bezovta qiluvchi fikrlar va
barcha aqliy chalg'ituvchi narsalardan kuchliroq bo'lsa, Xudo
.menga O'zini ochib beradi

Men yuragimni ruhning shivirlovchi to'liqlari bilan
to'ldiraman va chanqoq qalblar kosalariga sog'inchning
.tetiklantiruvchi, nurli suvini quyaman

To'liq uni qo'llab-quvvatlovchi ulkan okeanning
teginishini his qilishi kerak Men cheksiz tubida ongim suzib
yuradigan ruhning hamma narsani qamrab oluvchi okeanini
his qilyapman

Men uni yashiradigan niqoblar ortida yashiringan
haqiqatni topishga harakat qilaman, shunda tashqi
.kuchlarning rahm-shafqatiga duch kelmayman

Men yordam eng zarur bo'lgan paytda keladi, deb
ishonaman, chunki ilohiy qonun samarali ishlaydi
Agar hayotda duch keladigan qiyinchiliklar va

?qiyinchiliklar bo'lmasa, uning ma'nosi nima
Qayg'uga botgan va umidsizlikka burkangan bir lahzada,
:men sizning ovozingizni pichirlaganini eshitdim

Mening himoya quyoshim hayotingizning eng yorqin va
eng qorong'u soatlarida bir xil darajada porlaydi Ishoning,
tabassum qiling va mening shifobaxsh nurim
.tabassumlaringizning shaffofligi orqali porlasin

Ey Rabbim, qalblarimizni ilohiy sevgi ma'badida
birlashtir, u yerda Sening oliy huzuring butun shon-
.shuhrating va ulug'vorliging bilan porlaydi

Keling, biz erishmoqchi bo'lgan yagona maqsadimiz siz
ekanligingizni anglab yetaylik. Biz sizni unutsak ham bizni
.unutmang va biz sizni eslamasak ham bizni eslang

Sizga bo'lgan sog'inchimiz kelib-ketishi, porlashi va
so'nishi mumkin, lekin siz abadiy ahdga sodiq qolasiz, ey
mehribon va sevuvchi zot

Jonimizning sog'inchini va qalbimizning sevgisini qabul
qil, ey Rabbim

Men sevgi to'rimni ong okeaniga tashladim va
qimmatbaho baliq tutdim

Ey Rabbim, Sendan so'raymanki, qalbimning nuri Sening
buyuk nuring bilan aralashsin va yuragim Sening ilohiy

sevging bilan ursin, toki men Sening nuring va sevgingni
.barcha uyg'un qalblarga yoysam

Bugun men Xudo bilan birga bo'lishga, behuda fikrlarni
e'tiborsiz qoldirishga va yolg'on illyuziyalarni rad etishga
.vaqt ajrataman

Osoyishtaligim osmonini to'ldiradigan quvonch nurlari
sizning muborak kelishingizni xabar qiladi. Hozir yoki
keyinroq o'zingizni namoyon qilsangiz ham, men bir kun siz
bilan uchrashishga aminman, yuragim sevadigan va jonim
.intiladigan siz

Ikki xil muhit mavjud: ichki muhit va tashqi muhit. Men
o'zimni salbiy ta'sirlardan himoya qilaman va haqiqat va
.adolatga intilaman

Men bu dunyoda yaxshilik yomonlikdan ko'ra ko'proq
ekanligini tushunaman, chunki Xudo mavjudotdagi eng
.buyuk kuchdir
:dizayn

Men har kuni ham aqliy, ham jismoniy darajada faol
bo'laman, chunki aqliy turg'unlik va jismoniy harakatsizlik
.ma'naviy taraqqiyotga zararli ta'sir ko'rsatadi

Ey mening sevimli Xudoyim, men uchun Sendan boshqa
hech narsani ko'rmaydigan va Sening eng ulug'vor
go'zalligingdan boshqa hech narsani ko'rmaydigan ko'zni
.och

Biz soxta xavfsizlik va osoyishtalikning sayoz suvlarida
suzib yurar ekanmiz, yer yuzidagi hayotning o'tkinchi ovchisi
tomonidan aldanib qoldik, halokatli johillik to'ri bizni o'rab
.oldi

Ey Mehribon Zot, bizni dunyoviy istaklar va
ambitsiyalarning xavfli to'ridan qutqar va ilohiy birlikning
osoyishta tubiga chuqurroq kirishga yordam ber, toki biz
illyuziya to'rlari va aldamchilik tuzoqlaridan abadiy
.qutulaylik

Men o'zimni Xudoning nuri aurasini bilan o'ralgandek his
qilyapman, u yerda xotirjamlik, tinchlik va ma'naviy quvonch
.hukm suradi

Men johillik botqog'ini yuvib tashlayman, toki ruhning
.sof nuri menga porlasin

Kimdir moddiy, axloqiy va ma'naviy jihatdan
muvaffaqiyatsizlikka uchragan bo'lishi mumkin, ammo agar
ular sa'y-harakatlarini ikki baravar oshirib, ilohiy nur ularga
porlayotganini tasdiqlasalar, ular o'zlarini Xudoga yaqinroq
his qilishadi va ularning sharoitlari yaxshilanadi. Xudo
samimiy ibodatlar va ijobiy fikrlarga javob beradi va bu
muvaffaqiyatga erishish yo'lidagi to'siqlarni yengib o'tishning
.samarali usulidir

Biror kishi harakat qilishdan oldin iroda erkinligiga ega,
lekin harakatdan keyin oqibatlarini, xohlasa ham, xohlamasa
ham, keladi; bu karma qonuni. Shuning uchun, harakat
.qilishdan oldin o'ylab ko'rish oqilonadir

Tinchlikni va ilohiy shirinlikni tatib ko'rishni istaganlar
buning narxini to'lashlari kerak va bu narx xotirjamlikni
rivojlantirish va tinchlik yaratish uchun zarur vaqtni
bag'ishlashdir. Stressni yengishning eng samarali usuli - bu
ichki xotirjamlik, quvonch va xotirjamlik bilan
.uyg'unlashishdir

Ey Xudo, qo'llarim sen uchun ishlaydi Sen menga bu
dunyoda rol berding va men qilayotgan hamma narsani
Sening sharafing uchun qilaman

Hayotimizni Xudoga topshirganimizda, hayot go'zal
simfoniya aylanishini ko'ramiz. Agar biz barcha
vazifalarimizni bajarayotganda Xudoning huzurini his qilishga
harakat qilsak, U har kuni biz uchun aniq vazifalarni tanlab,
.ularni bajarishda bizga yordam berishini ko'ramiz
Ruhning fazilatlarini namoyon etishda tinchlikda
yashashning yagona yo'li yotadi. Bizning ichimizda uyni
.jannatga aylantirish kuchi bor

Men mag'rurlikni kamtarlik bilan, nafratni sevgi bilan,
hayajonni xotirjamlik bilan, xudbinlikni altruizm bilan,
yomonlikni yaxshilik bilan, johillikni bilim bilan va xavotirni
Xudo haqida o'ylash va mulohaza qilish xotirjamligi bilan
.yengaman

Barcha harakatlarimiz ma'naviy ongning ichki ovozi
tomonidan boshqarilishi kerak
Hayotimizni soddalashtirish yaxshiroq. Men ma'rifatli
odamlarni ko'rdim, ular ovqatlarida tejamkor, puxta
sharoitlarda yashaydilar, ammo tanalari faollik va
hayotiylikka to'la, chunki ular onglarini tashqi sog'liq va
.qoniqish manbalariga to'liq tayanmaslikka o'rgatishgan
Osoyishtalik samolyotida donolikning eng yuqori
cho'qqilari ustidan uching va abadiy go'zallik va yangilangan
.baxt yurtida sayr qiling

Ey Rabbim, meni yomonlikdan uzoqlashtir va menga
baraka ber, toki men yomonlikni eshitmayin, yomonlikni
ko'rmayin, yomon gapirmayin, yomon nafas olmayin,
yomonlikka tegmayin, yomonlikni saqlamayin va yomonlikni
.o'ylamayin

Ey Rabbim, har kuni biz bilan bo'l, toki biz o'z
burchlarimizni Sening muqaddas huzuring bilan
.xushbo'ylangan qalblar va qoniqarli qalblar bilan bajaraylik
Biz azob-uqubatlarimizdan xalos bo'lishni istaganimiz
uchun ma'naviy ta'limotlarga murojaat qilamiz Dunyoviy
usullar va yondashuvlar yechim emas Xudo yechimdir
Insoniyat uyg'onib, johillik zulmatini donolik nuri bilan yo'q
qilish vaqti keldi Hayotdagi eng buyuk narsa - bu toza vijdon
.ma'badida yashashdir

Deyarli har bir kishi ma'naviy taraqqiyotga
erishmayotganini, ya'ni sa'y-harakatlariga qaramay,
o'zgarmayotganini yoki yaxshilanmayotganini his qiladi.
Ko'pgina omillar bizning taraqqiyotimizga to'sqinlik qilishi
mumkin va bu omillarni aniqlash va ularni qanday hal qilish

va yengib o'tishni o'rganish uchun hayotga ob'ektiv, tanqidiy
.va analitik qarash bizning burchimizdir
Kimki boshqalarga psixologik va moddiy yordam
ko'rsatsa va qalbi mehr-shafqatga to'lsa, u bergan narsasi
.o'ziga qaytarilishini ko'radi
?Orzular daraxti Nimaga erishildi



Qadim zamonlarda, ma'lum bir mamlakatda bir
taqvodor zohid yashagan va u ko'p yillar davomida tog'lar
orasida "Orzu daraxti" deb nomlangan noyob daraxtni qidirib
.sayohat qilgan

Afsonaga ko'ra, bu ajoyib daraxtlar Jannat nimfalari
tomonidan ekilgan va faqat zohidlar tomonidan qat'iy ruhiy
intizomga amal qilganliklari uchun mukofot sifatida topilgan.

Aytilishicha, bu daraxtlar shoxlari ostida o'tirgan har bir
.kishining xohish-istaklarini ro'yobga chiqarish qudratiga ega

Bu zohid o'zining tinimsiz sa'y-harakatlari,
qiyinchiliklarni ixtiyoriy ravishda qabul qilishi va o'zi uchun
belgilab qo'ygan qat'iy intizomga rioya qilishi tufayli o'sha
daraxtni topishga loyiq deb o'ylardi. Ammo bu barcha
mashg'ulotlar va mashqlarga qaramay, u hali o'rganishi
kerak bo'lgan saboqlar bor edi. U ma'rifatni xohlasa ham,
.boshqa, unchalik ahamiyatsiz istaklarni ham yashirardi
Bu orzular orasida Orzu daraxtini topish istagi ham bor
edi. Noqulay tog' yo'llari uning qalbidagi orzu va eng chuqur
orzularining ro'yobga chiqishini tinimsiz izlashda yalang'och
oyoqlarini charchatgan edi. Uning ichki tuyg'usi unga doimo

orzusi amalga oshishiga va daraxt uni oddiy odamning qobiliyati va chidamliligidan ustun bo'lgan ruhiy sa'y-harakatlari uchun tabiiy mukofot sifatida kutayotganiga .ishontirardi

Do'stimiz sezgisida haq edi. Baland tog'lardagi vodiylardan birida u keng bargli daraxtni topdi va darhol o'zining aql-idroki bilan bu uning doim izlagan va topishni .orzu qilgan xazinasini ekanligini angladi

U ishtiyoq bilan va darhol daraxtning mehmondo'st shoxlariga yaqinlashdi va uning tagiga o'tirdi. Bu noyob daraxtning g'ayrioddiy kuchlarini his qilish uchun u ko'zlarini yumdi va o'ziga: "Agar bu chindan ham orzu qiladigan daraxt bo'lsa, unda u men uchun mustahkam qal'aga aylansin!" .dedi

Bu fikr uning xayolidan o'tishi bilan daraxt yonida ulug'vor saroy paydo bo'ldi, uning atrofida yangi atirgullar, xushbo'y rayhonlar va baland daraxtlar bilan to'ldirilgan .yam-yashil bog'lar bor edi

U bu mo'jizadan xursand bo'ldi va nihoyat doimo izlagan daraxtini topgani uchun eng aziz orzusiga erishishdan zavqlandi. U keyingi orzusini ifodalashdan oldin ko'p kutmadi va dedi: "Men atrofimda bir guruh qizlarning menga oltin laganlarda eng yaxshi va eng mazali taomlarni taqdim etayotganini va menga oltin kabi porlab turgan qadahlardagi kumush ko'zalardan ham mazaliroq .".ichimliklarni taqdim etayotganini ko'rishni istayman

Ko'z ochib yumguncha uning orzusi amalga oshdi, chunki u oldida oltin likopchalarda tortilgan turli xil mazali taomlar bilan to'la dasturxon va unga shohlar va shahzodalarga mos keladigan turli xil taom va ichimliklarni .taklif qilayotgan go'zal qizlarni topdi

Yangi qal'a va uning atrofidagi bog'lar va mevali bog'lar xavfsizlik va himoyaga muhtojligini anglab, u daraxtdan o'zini va yangi xazinalarini himoya qilish uchun qudratli qo'shin hosil qilishni so'radi. Darhol katta qo'shin paydo

bo'lib, qal'a yonida qarorgoh qurdi, to'liq jihozlangan
soqchilar esa zarur himoyani ta'minlash uchun saroy
.darvozalarida turishardi

Dabdabali va dabdabali ziyofatdan bahramand bo'lgach,
u yangi saroyini ko'zdan kechira boshladi. U sayqallangan
marmar zinapoyadan ko'tarilib, ko'zni qamashtiruvchi
yorqinlikdagi gavharlar bilan bezatilgan xonalar bo'ylab sayr
.qildi

Nihoyat, bizning baxtli zohidimiz yurishdan charchab,
birinchi qavatdagi xonalardan birida tinchlik va orom izladi.
O'sha xonaning past derazalari ulug'vor Tilak daraxtining
.uzun shoxlari bilan soyada edi

U deraza yonidagi karavotga yotar ekan, orzu
daraxtining qalin shoxlari yorug'likni to'sib qo'yganini
payqadi va o'zini yolg'iz his qildi, yuragida qo'rquv hukm
surdi. Sukunatni faqat bir nechta tovushlar buzdi va u ular
bog'danmi yoki saroy devorlari ortida bemalol yuradigan
.o'rmon hayvonlaridanmi, deb o'yladi

Xavotiri kuchayib borar ekan, uning xayoliga kuchli bir
fikir keldi va u o'ziga shunday dedi: "To'g'ri, meni himoya
qiladigan qudratli armiya bor, lekin men bu deraza yonida
turgan birorta ham askarni ko'rmayapman va deraza temir
panjaralar bilan himoyalanmagan. Agar o'rmondan yo'lbars
derazadan kirib kelsa-chi? Unday bo'lsa, u meni yutib
."yuboradi va bu mening oxirim bo'ladi

Qo'rquv haqidagi bu fikr xayoliga kelishi bilanoq,
shafqatsiz yo'lbars derazadan sakrab tushdi, qo'rqib ketgan
zohidni ushlab oldi va (uni yutib yuborish uchun) yo'lga
.tushdi

Afsuski, zohid Orzu daraxti yaxshi va yomon fikrlarni
ajratmasligini anglamadi. Uning maqsadi ularni
yashirganlarning qalbida uyg'onayotgan fikrlarni ro'yobga
chiqarish edi. Darhaqiqat, Orzu daraxti zohidning kuchli aqliy
qiyofasini o'zida mujassam etgan va bu uning oxirgi istagi
.edi

Har bir inson barcha istaklarini ro'yobga chiqaradigan
.sehrli tilak daraxti ostida yashaydi. Bu daraxt iroda kuchidir
Kimki hali o'z xohish-istaklari, istaklari va fikrlarini
nazorat qila olmagan bo'lsa, u Parvardigoriga shukur qilishi
kerak, chunki uning tartibsiz fikrlari darhol amalga oshmaydi,
aks holda bu yovvoyi istaklar o'z egasiga va boshqalarga
hujum qiladigan omadsiz yo'lbarzlarning avtomatik ravishda
.namoyon bo'lishiga olib keladi
Hikoyaning axloqiy jihati shundaki, insonning irodasi va
qudratli aqlidan boshqa narsa bo'lmagan Istak daraxti
shoxlari ostida o'tirib, fikrlarni ijobiy va yaxshi narsalarga
.qaratishning muhimligi
Fikrlarni qo'rquv, muvaffaqiyatsizlik, kasallik va johillikka
qaratish, ko'rinmas fikrlash dunyosidan maxluqlarning paydo
bo'lishiga, cheksiz muammolarni keltirib chiqarishiga va
odamni istamagan narsasi bilan hayratda qoldirishiga olib
.kelishi mumkin

Baramhaniylarning donoligidan parchalar

Buyuk insonlar o'rnamdir
Ularning tanasi cheklangan bo'lsa-da
Lekin ular cheksiz okeanning bir qismi ekanliklarini
angladilar
Va barcha individual shakllar
Ular kosmik dengiz ko'krigidagi to'lqinlardir
Bu dunyoda biz o'zimizni cheklaymiz va cheklaymiz
Kichik bir oila doirasida
Lekin qo'shnilarimizni sevganimizda, biz ulg'ayamiz
Biz o'z vatanimizni sevsak, buyukroq bo'lamiz
Biz barcha xalqlar va millatlarni sevganimizda, biz ancha
buyuk bo'lamiz
Va oxiratda ongimiz Xudoga cho'mganida
Yoki bu dunyoda chuqur mulohaza orqali
Biz jismoniy tanada bo'lsak ham
Biz haqiqatni chindan ham tushunamiz

Okean to'lqinlardir
Va to'lqinlar okeandan paydo bo'lgan
Arxivlangan kutubxonamizdan: Xatlar
Aziz do'stlar, bizning arxiv kutubxonamizda quyidagilar
mavjud
O'quvchilar tomonidan yuborilgan minglab xatlardan
parchalar asosida
Turli mamlakatlardan kelganlar o'z tajribalarini
bildirishdi
Ustoz Paramhansa Yogananda ta'limotlari bilan
Mana men o'sha xatlardan namunalarni tarjima qildim
Chunki u sizning ko'plab sharhlaringiz va xabarlaringizga
mos keladi
Bu inson tajribasining yagona ekanligidan dalolat beradi
Va bu ochiq qalblar va uyg'un fikrlar
Ular qayerda bo'lishmasin, bir-birlari bilan uchrashadilar
Sevgi, yaxshilik va tinchlik bilan
Agar siz ushbu xabarlarni ko'proq xohlasangiz
Ko'proq taklif qilishdan xursand bo'lardim
Samimiy mehr va eng yaxshi tilaklar bilan
Mahmud Abbos Masud
Endi ba'zi xabarlarni o'qing
Bu ta'limotlar menga yangidan kashf etishga yordam
berdi
Barcha qalblarimizda yashovchi cheksiz tinchlik
Bu menga kelajakka chuqurroq ishonch bag'ishladi
Va men Xudoga va Uni bilganlarga bo'lgan sevgimni
oshirdim
Unda chindan ham yorug'lik va baraka bor
* * *
Men Xudoga cheksiz minnatdorchilik tuyg'usini his
qilyapman
Meni bu ma'naviy ta'limotlarga kim yo'naltirdi
Men minnatdorchilik va minnatdorchilik tuyg'usiga to'lib-
toshganman

Xudoga shukur, olgan yordamim uchun
Va dono Paramahansaning ma'ruzalari
Men ham ajoyib sarguzashtga kirgandek his qilyapman
Hayotim konida qalbning yashirin xazinalarini kashf
etish uchun
* * *

Ustoz Paramahansa ta'limotlarida
Men tinchlik, kuch va hayotning doimiy oqayotgan
bulog'ini topdim
Barcha foydali narsalarni sanab o'tish qiyin
Uning yuksak fikrlaridan kundalik hayotimga
* * *

Men bu ma'ruzalarni qayta-qayta o'qidim
Har safar yangi narsalarni topganimda, go'yo
Men uni ilgari hech qachon o'qimaganman
Men uchun bu yangi paydo bo'layotgan, mo'l-ko'l
energiya manbai
Ilohiy bilim, ilhom va sevgidan
* * *

Bu ta'limotlarni qanchalik ko'p diqqat va mulohaza bilan
,o'qisam
Hayotimda sezilarli yaxshilanishni his qilganimda
Moddiy, psixologik va ma'naviy darajalarda
U magnit xususiyatlarga ega
Yaxshilikni va barcha yaxshi narsalarni jalb qilish uchun
* * *

Men ushbu ma'ruzalarni o'qiyotganim sari
Men o'zimni yuqoriga ko'tarilish yo'lida ekanligimni his
qila boshladim
Men intellektual va ma'naviy yuksaklikka ko'tarilaman
Men bundan oldin xabardor emas edim
Shuningdek, bu mening hayotimga ko'plab
yaxshilanishlar olib kelgan deb o'ylayman
Va uni yanada boy va xilma-xil qildi
Ilgari men yarim uyg'oq edim

Va endi men xabardorlikning yuqori darajasini his
qilyapman

Va hissiyotdagi sezgirlik
Mening istagim shu g'oyalarni tarqatishga yordam
berish

Toki men undan foyda olganim kabi boshqalar ham
undan foyda ko'rishsin

* * *

Men hozirgina "Abadiyatdan shivirlashlar " ni o'qib
tugatdim
O'qituvchi Paramhansaga va men mo'l-ko'l xotirjamlikni
his qilyapman
Ilohiy sevgi butun vujudimni to'ldiradi

-

Kamtarlik va takabburlik o'rtasidagi taqqoslash
Kamtarlik - bu xabardorlikning serhosil vodiysidir
Ilohiy yomg'ir mo'l-ko'l yog'ib, to'planadigan joyda
Va tog' cho'qqisida yomg'ir yog'ishi ham mumkin emas
Shunday qilib, bilim suvlari takabburlikning boshiga
.to'plana olmaydi

Mag'rurlik qabul qilish va ochiqlikka eshikni yopadi, bu
orqali bilim kiradi

Kamtarlik eshiklarni keng ochadi
U donolikning kelib, uni o'rnatishini chaqiradi
Mag'rurlik - bu mag'rur odamning yuziga yozilgan
.ko'rinadigan xunuklikdir

Odamlar undan nafratlanishadi va undan uzoqlashishadi
Kamtarlik - bu o'z egasini hamma tomonidan sevimli va
.orzu qilingan qiladigan yoqimli hid

Mag'rurlik pastlik kompleksidan kelib chiqadi
Bu ustunlik kompleksi deb ataladigan narsa sifatida
namoyon bo'ladi

Kamtarlik donolikdan tug'iladi
yoki o'zini o'zi bilish
Mag'rurlik haqiqatni izlashni rad etadi

Kamtarlikka kelsak, u haqiqatga nisbatan yumshoq va
.xushmuomalalik bilan yondashadi
U undan qalbining eng muqaddas joyiga kirishini
yolvoradi

Mag'rurlik o'zining muvaffaqiyatsiz urinishlari orqali
o'zining qobiliyatsizligini ochib beradi

Boshqalarni kamsitish va ularni kichik qilib ko'rsatish
.Biroq, kamtarlik qalblarni tushunishning ajoyib belgisidir
Buyuklik va olijanoblikning yorqin namunasi
Behuda narsalar - bu behuda odamlar kiyadigan shaffof
plash

Kamtarlik - bu qadr-qimmat va hayoning libosidir
Mag'rurlik uning hayotidan do'stlarni va haqiqatni olib
tashlaydi

Kamtarlik do'stlarni va tushunishni o'ziga tortadi
Mag'rur odam bo'sh tunuka bankaga o'xshaydi, unga
.tegilganda ovoz chiqaradi

Kamtar inson donolikning muborak ichimlikiga to'la
.idishga o'xshaydi

Kamtarlik jozibador; u atrofga baxt sochadi
Bu samimiy do'stlar va mehribon qalblarni o'ziga tortadi
Kamtar inson hayotiga yaxshilik va baraka olib keladi
Uning kamtarligi bilan, yangi, xushbo'y atirgul kabi
Xudo hayotingizni baxt va quvonch bilan to'ldirsin
Ambitsiya va qonunbuzarlik
Millioner bo'lish istagi

Boylikka muhabbat va xushomadgo'ylikka ochko'zlik
Bu haqiqiy baxtning soxta mezonidir
?Va kim shu tarzda millioner bo'lishni xohlaydi
U shunchaki o'ziga zarar yetkazmaydi
Bu boshqalarga ham zarar yetkazadi
Chunki bu ularni baxtsizlik va baxtsizlikka olib boradigan
yo'llarga olib boradi
Masalan, mehmonxonada ishlaydigan oddiy ishchi

Millionerning qimmatbaho kiyimlar kiyganini ko'rgan

odam

U hashamatli mashinadan mag'rurlik va takabburlik

bilan tushadi

Uni xususiy haydovchi boshqaradi

U uning ko'rinadigan ne'matlari uchun unga hasad qiladi

U o'z turmush tarzini taqlid qilishga harakat qiladi

U qarz olib, mashina, ehtimol, ishlatilgan mashina sotib

olishga majbur bo'ladi

Bu qimmat texnik xizmat ko'rsatishni talab qiladi

Va u boshqa hashamatli narsalarni sotib oladi

U xato qilib ishonadi

Bu unga ma'lum bir ko'rinish beradi

Bo'sh dabdaba va xayoliy boylikdan

U o'zining kambag'al resurslari bilan qimor o'ynaydigan

bechora ruh

U o'zini osongina oldini olish mumkin bo'lgan

muammolarga duchor qiladi

Buni anglaganlar kam

O'z sog'lig'i va baxtidan voz kechgan inson

Qo'rquv va mashaqqatli mehnat qurbongohida

Asab buzilishi va yurak muammolari

Millioner bo'lish uchun

U aslida sodda va aqlsiz odamlarni yo'ldan ozdiradi

Silliq yo'llarda yurish uchun

Hayot aldamchi ko'rinish bilan o'lchanadigan joyda

Baxtli bo'lishga da'vo qilish

Soxta standartga kelsak

Boylik hayotdagi asosiy maqsad bo'lib, undan boshqa

maqsad yo'q

Bu odamlarni hiyla-nayrang va yolg'onga undaydi

Sodda fikrli odamlarni aldash va ularning tirikchiligini

tortib olish

Isrofgarchilik turmush tarzi odatlari

Pul qanday topilganidan qat'i nazar

Maqto'v va xushomaddan zavqlanish soddalik belgisidir
Jirkanch maqtanish va jirkanch maqtanish tufayli
Bularning barchasi boylik izlovchini yanada ochko'zlikka
undaydi

Va ayyor usullarni o'ylab topish
Yoki shantaj va axloqsiz amaliyotlarga murojaat qilish
Ko'proq hashamatga ega bo'lish uchun
Bu ko'kargan qamishqa o'xshaydi
Uni ushlab turgan qo'lni jarohatlaydi
Va unga suyanmang
hashamatli yashash
Har qanday yo'l bilan pulga ega bo'lish istagi
Va kamtarona uyda yashashdan xavotirda
Va moliyaviy ahvolini yo'qotishdan qo'rqish
Oila va jamiyat nazarida
Xudbinlikdan tashqari
Bularning barchasi noto'g'ri ishlarning alomatidir
Hisoblanmagan sarguzashtlar
Muhtojlarga nisbatan hamdardlikni yo'qotish
Agar hamma sodda yashab, sodda kiyinsa edi
Hashamatli hayot modasi tugadi
Qaysi biri ko'pincha olib keladi
Juda ko'p azob-uqubat va umidsizlikka
Va odamlar ma'naviy fazilatlarni rivojlantirishga harakat
qilishdi

Va buning o'rniga olijanob sirka
Xudbinlikni yo'q qilish kerak
U sodda hayot kechirdi va nafis fikrlashni yaratdi
Standart va sinov mezonlari
Hech qanday bitimlar yoki hamkorlik shart emas
To'plangan boylikka ega bo'lganlar bilan
Boshqalar his qilayotgan narsani his qilmaydiganlar
Ularning qalblari baxtsiz birodarlariga nisbatan
.yumshamaydi

Agar ularni yirtiq lattalarda va ochlikdan o'layotganlarini
ko'rsalar ham
Boylikning o'zi gunoh emas
Aksincha, bu yaxshi va saxovatli insonlar qo'lida ne'mat
.bo'lishi mumkin

Xudo O'zining mo'l-ko'l inoyati bilan boyitganlarni
Boshqalarga yordam berishni yoqtiradiganlar
Va qashshoqlik va adolatsizlik kabusini yelkalaridan
ko'tardi
So'zlar qurish yoki yo'q qilish uchun ulkan kuchga ega
Hamdardlik va tasalli uchun
Yoki ruhlarni ezish va his-tuyg'ularni parchalash uchun
Chalkashlik va hayratga soladigan so'zlar mavjud
Xavotirlarni ketkazadigan va qalblarni tinchlantiradigan
so'zlar

Bu ishonch va xotirjamlikni uyg'otadi
Shiddatli urushlarni qo'zg'atadigan so'zlar
Atmosferani yumshatish uchun so'zlar
Va bu baxtsizliklar va yuklarni engillashtiradi
Xudo insonga ko'plab ne'matlarni ato etgan
Bunga o'zini ifoda etish qobiliyati ham kiradi
Og'zaki, yozma va eshitilgan so'zda
Odamlar o'rtasida mazmunli va samimiy muloqot uchun
Insoniyat bitta oila
Turli-tuman ko'rinadigan fikrlarga qaramay
So'zlar odamlarni qo'rqitish uchun emas, balki
yaqinlashtirish uchun vosita bo'lsin
Vahima va nizolarni tarqatish emas, balki xotirjamlikni
singdirish uchun
Nizo qo'zg'ash uchun emas, balki uyg'unlikni o'rnatish
uchun
To'siqlar va to'siqlarni olib tashlash uchun
Yo'llarni tikanlar va to'siqlar bilan to'ldirishga yo'l
qo'yilmaydi
Qirolni o'rgatgan foydalanuvchining hikoyasi

Qadim zamonlarda bir podshoh fuqarolaridan biriga,
agar u aniq bir savolga javob bermasa, uni dorga mixlashlari
.kutayotganini aytgan edi

" ?U kishi javob berdi: "Savol nima, janobi oliylari

Podshoh so'radi: "Ayting-chi, ilohiy ong qayerda

" ?joylashgan

Bu odam shohdan javobni olib kelish uchun ikki haftalik

.muddat so'radi va shoh uning iltimosini qondirdi

Keyin u ish joyiga tushkunlik bilan qaytib keldi va

xo'jayiniga agar ikki hafta ichida shohning savoliga javob

.bermasa, buning uchun jonini fido qilishini aytdi

Jasurligi va aql-zakovati bilan tanilgan foydalanuvchi

unga shunday dedi

Sizning nomingizdan ketavering, men savolga o'zim "

". javob beraman

Foydalanuvchi shohning oldiga borib, unga dedi

Avvalo, taxtingizga o'tirishga ijozat bering, chunki men "

sizga bilmagan narsangizni aytayotganimda, men sizning

". xo'jayiningizman

Qirol taxtini foydalanuvchiga taqdim etdi va dedi

" ?Ayting-chi, ilohiy ong qayerda joylashgan "

Taxtda o'tirgan foydalanuvchi javob berdi: "Menga sigir

" olib kelinglar

Sigir olib kelindi va foydalanuvchi: "Sut qayerda? " deb

.so'radi

." Podshoh javob berdi: "Yelin ichida

Foydalanuvchi shunday javob berdi: "Aslida unday

emas, sut nafaqat yelin ichida, balki sigir tanasining barcha

" qismlarida bo'ladi, chunki sut sigirning mohiyatidir

Keyin foydalanuvchi bir piyola sut so'radi va piyola unga

.keltirilgach, u shohdan: "Sariyog' qayerda? " deb so'radi

." Podshoh javob berdi: "Men sariyog' ko'rmayapman

Foydalanuvchi shunday dedi: "Sariyog' u yerda, lekin u

sut bo'ylab tarqalgan. Sutni aralashtiring, sariyog' ajralib,

."yuzasiga chiqadi

Sigir tanasining barcha qismlarida sut mavjud bo'lgani
va sariyog' barcha sut molekulalarida tarqalgani kabi, ilohiy
.ong ham mavjudotning har bir atomida mavjuddir
Shunday qilib, foydalanuvchining donoligi ish
beruvchisining hayotini saqlab qoldi, chunki qirol o'z savoliga
.to'g'ri javob oldi

Ilohiy ong faqat ma'rifatlilarga xos emas; u barchaning
qalbi va qalbida mavjud. Meditatsiyaga chuqur kirib borgan
har bir kishi qalbining eshigini ochadi, ilohiy ongning
mavjudligini his qiladi va hayot kitobini o'qiydi. Bu haqiqiy
.tuyg'usiz savol javobsiz qoladi

Dono odamlar aytadilar
Inson hayotda foydali bo'lishi uchun
U o'zini barcha yomon niyatlardan xalos qilishi kerak
xafa qiluvchi his-tuyg'ular va qasos olish istagi
Hatto oqlangan norozilik ham
Sevgi taxtdan tushirilmasligi kerak
Sevgi his-tuyg'ulardan ustun bo'lishi kerak
Bu odamlar o'rtasidagi o'zaro ta'sirning asosini tashkil
qiladi

Hayotda cheksiz darajada yaxshiroq narsalar va
.qiziqishlar mavjud
Nafrat va g'azab tuyg'ularini kuchaytirishdan
Boshqalarga zarar yetkazish va ularni tuzoqqa
tushirishni rejalashtirish
Va do'zax olovini yog'dirish
Hatto ma'lum bir tarzda o'zini tutadiganlar ham
Bu olijanob insoniy holatga mos kelmaydi
Qani endi insoniyat yovuzliklarni yoqishdan va
kuchaytirishdan to'xtasa edi
Buning o'rniga, u mamnuniyat ko'zidan foydalanadi
Qodir Yaratguvchi unga bergan narsa
O'zingiz va boshqalar uchun yaxshilik qilishga e'tibor
qarating
Chunki fikr va his-tuyg'ularni nafrat bilan cheklash

Yaxshilik vositalarini o'chirib qo'yish
Xudo insoniyatga undan foydalanishlari uchun bergan
Bu yurtga qisqa safari davomida
Noto'g'ri diqqat qalblarning qattiqlashishiga olib keladi
Va yomon shubhalar va dushmanlik tuyg'ularini
uyg'otish uchun
Agar u qalbga singib ketsa, undan qutulish qiyin
.Bu pessimistik qarashlar sarg'aygan ayanchli vaziyat
Go'zal hamma narsa xunuk bo'lib qoladi, nafis hamma
narsa esa pastkashlikka aylanadi
Hatto sog'liqni saqlash vositalari ham ishlab chiqarish
vositalariga aylanadi
Toksinlar va baxtsiz kasallik
Bu do'zax
Alloh bizni ham, sizni ham bundan uzoqlashtirsin
Va uning yovuzligi va yovuzliklari haqida
Sizga tinchlik bo'lsin
Sizni har doim sevgi qurshab olsin

Kosmik ong quyoshi

Ushbu maqola 1925-yilda "Sharq va G'arb" jurnalining
birinchi sonida chop etilgan. Keyinchalik "O'z-o'zini bilish"
jurnali nomi bilan tanilgan ushbu jurnal bitta maqsadda
tashkil etilgan: xalqlarni bir-biriga yaqinlashtirish va
millatlarning o'ziga xos xususiyatlari va xususiyatlarini
namoyish etish, ular Yer sayyorasida buyuk insoniy bino
qurishga hissa qo'shgan va hissa qo'shishda davom
.etmoqda

Buyuk ustoz ko'p yillar davomida odamlar o'rtasida
sevgi va birodarlik ruhini rivojlantirish, hayotni yanada
ajoyib, go'zal va mazmunli qilish uchun tajriba va bilim
almashinuvini rag'batlantirish ustida ishladi. Shu munosabat
bilan u shunday dedi: "Bilimga bo'lgan chanqoqligimiz bizni
kichik farqlarimizni unutishga va boshqalarning haqiqatlarini

mamnuniyat bilan qabul qilishga undashi kerak. Sharq va
G'arb o'z xalqlari ega bo'lgan eng yaxshi narsalarni
almashishga tayyorlansinlar, chunki barcha odamlar aka-uka
va opa-singillardir va biz hammamiz yagona universal
."vatanning farzandlarimiz

Ko'zlarimni yumib, kichik bir tepalikda o'tirdim va meni
o'rab turgan qam-qora zulmatga tikilib qoldim. Avvaliga
faqat qorong'ulikni ko'ra olardim, lekin noma'lum, ammo
.ayni paytda tanish va ma'lum narsani qidirardim
Ko'zlarimni ochdim va cheksiz oy nuri va kosmosning
cheksiz kengligida miltillovchi yulduzlar bilan bezatilgan
ulug'vor, shodlik olamiga, baxmal kabi yumshoq zumrad-
yashil o'tlar bilan bezatilgan jilmayuvchi dalalar va
tepaliklarga, yaltiroq tog 'tizmalariga, notinch dengizlarga
urilayotgan to'lqinlarga va insoniyatning son-sanoqsiz
yutuqlari va ixtirolari bilan maqtanadigan shaharlarga tikilib
qoldim. Shunga qaramay, ko'rganlarimning barchasi meni
vaqtimni mulohaza qilishga sarflaganim uchun, xayolparast,
xayolot olamida adashib qolganim uchun ayblaganday
.tuyuldi

Dunyo menga: "Nega ko'zlaringni yumib, go'zalligimni
ko'zingdan qaytarib, bo'sh zulmat va qorong'u bo'shliqda
.yashayapsan?" dedi

Men pichirlab javob berdim: "Ey jasur bosqinchi, agar
ichki go'zallik bo'lmaganida, sizning go'zalligingiz na
"!ulug'vorlikka, na yorqinlikka ega bo'lar edi
Bu fikr xayolimga kelishi bilan qalbimning tubidan
yashirin bir chaqiriqni his qildim va hislarim titrab, tanam
.hujayralari jonlandi

Men yana ko'zlarimni yumib, zulmat dengizini ko'rdim.
Men qorong'u zulmatning tubiga diqqat bilan tikilib, yorug'lik
chaqnashini qidirdim — mavjudligini bilgan yorug'lik, uni
topmagunimcha faqat qidirishni talab qildi. To'satdan, o'sha
chuqur, maxfiy xonaning burchaklaridan biridan paydo
bo'lgan xira, deyarli yorqin fikrni ko'rdim. Men diqqatimni

o'sha xira fikrga qaratdim va u yashirin shuhratini ochib
.berguncha tobora yorqinroq porlay boshladi
Va men u yerda ko'zlarsiz ko'ra olishimni va har bir fikrni
chaqmoq kabi porlayotganini va keyin yo'qolib borayotganini
yoki to'satdan paydo bo'lib, keyin ongim osmonida yo'qolib
borayotgan yorug'lik purkagichini chiqaradigan mo'l-ko'l
chaqnaydigan meteorlar to'dasi kabi porlayotganini ko'ra
olishimni kashf etdim. Men har bir chaqmoqni, har bir
uchqunni sanay oldim va har birining vaqt va energiya
!qiymatini angladim. Qanday ulug'vor metafizik tasavvur
Va men quloqlarimsiz ham eshita oldim va fikrlarimning
zaif, ammo momaqaldiraq ovozi shunday aniqlik bilan
tingladim. Ha, men vijdonning past pichirlashlarini va
donolikning jim ovozi tingladim. Men bu ovozlarning
hammasini shunday aniqlik bilan eshitdim, go'yo ilgari hech
qachon eshitmagandek. Va birinchi marta men bu ko'rinmas,
ichki qarindoshlarning borligini his qildim. Men ularning
mehr-shafqatini va menga nisbatan befarqligini his qildim.
Bu qarindoshlar uzoq vaqt oldin mening borlig'im tubida,
qorong'u xonalarda yashab, taqdirimni rejalashtirib,
muvofiqlashtirib va shakllantirib kelishgan. Shunga qaramay,
ular yashirin, kamtar va yashirin bo'lib qolishdi, go'yo
.ularning mavjudligi yoki mavjudligi yo'qdek
Qanday ulkan ish qilasizlar, maxfiy qarindoshlar va
?do'stlar! Nega bunchalik aniq va ochiq ko'rinmaysizlar
Siz inson ongining qo'pol, qo'pol nigohlaridan
qo'rqasizmi? Yoki, ehtimol, nozik, nafis fikrlashga qodir
bo'lmagan mentalitetning xira alacakaranligida paydo
bo'lishdan qo'rqasiz! Yoki, ehtimol, zich materiyaning
!zo'ravon tebranishlaridan bo'g'ilib qolishdan qo'rqasiz
Lekin siz qorong'u xonalardan yashirincha osmono'par
binolar, ulkan ko'priklar va har xil moddiy yutuqlarni
qurishda, keyin esa hech kim sizni sezmasdan yoki
!maqtamasdan qaytib kelishda qanchalik mohirsiz

Tun qorong'uligida shiddat bilan harakatlanayotgan
poyezd, gumburlagan samolyotlar, okean yuzasida qishloqlar
kabi suzib yurgan qudratli kemalar, san'at durdonalari,
Bokira Afina ibodatxonasi, Parfenon va Toj Mahal - bularning
barchasi inson tomonidan yaratilgan mo''jizalar va bularning
barchasi menga sizni va qudratli fikrdan ilhomlangan
!kuchingizni eslatadi

Lekin yaltiroq suvlari bilan ko'lni ko'rganimda,
chanqog'imni qondirishga chorlaganimda, qora bulutlar
daryolar va sharsharalarni chiqarib, dalalarni va daraxtlarni
shirin, mazali mevalar bilan to'ldirayotganini ko'rganimda; va
to'lin oy nuri qorong'i tushganda yonib, fasllar aylanishini
kuzatganimda, yer qalin o't gilamiga o'ralganini va ufq
pardasidagi nurlar bilan shakllangan qizil bulutlarni
ko'rganimda, bu ajoyib, betakror tasvirlarning barchasini
ko'raman va o'sha kosmik qo'lning hamma joyda kuch va
!donolik bilan ishlayotganini tasavvur qilaman

Va men hayrat bilan quyoshga, oyga, sayyoralarga,
yerga, tabiatga, fasllarga, barcha ko'r kuchlarga, dengizlarga
va ularning to'lqinlariga, insonga, hayotga va o'limga buyruq
beradigan va ular uning ovozini eshitadigan va unga
.bo'ysunadigan o'sha kosmik ovoz haqida o'ylayman
Ma'rifiy g'oyalar yashiringan va hech kim sezmagan
holda olamda faoliyat yuritadigan, chegarasiz va cheksiz
?yashirin burchak bormi

Xotira derazalaridan qaradim va bolaligimning
boshlanishlarini esladim, o'shanda ongimning quyoshi
hayotim osmonida ko'tarilgan edi. Va u ong osti zulmatidan
asta-sekin ko'tarilganda, ongim ufqining faqat kichik bir
qismini yoritib turardi, shuning uchun men onamdan,
o'yinchoqlarimdan va turli rangdagi konfetlardan boshqa
.hech narsa ko'rmadim

Keyinchalik, ongim ravshanlashgan sari, men aqliy
ufqimning katta qismini ko'rdim; u yorishib ketdi va men
ilgari hech qachon ko'rmagan ko'p narsalarni ko'rdim.

Do'stlarimni, qarindoshlarimni, qo'shnilarimni, mamlakatimni
ko'rdim - bularning barchasi paydo bo'ldi va mening ko'rish
.maydonimga kiritildi

Ongim osmonida, ongim quyoshi doimiy va kuchli
yorug'lik bilan porlab, ilgari yashiringan barcha narsalarni
yoritib turardi. Men barcha odamlarni, barcha millatlarni,
barcha mavjudotlarni, tabiatni, sayyoralarni, yulduzlarni va
barcha nurli elektronlarni ko'rdim. Men hatto kosmos va
!cheksiz makonni ham ko'rdim
Va men ilgari ongim zulmatida kosmik ong quyoshini
!kashf etishimni bilmagan edim
Yomon moyilliklarni nazorat qilish

**Spiritli ichimliklarga haddan tashqari berilib
ketgan odam giyohvand bo'lib qoladi va bu
giyohvandlik zararli va makkor odatga olib keladi.
Agar ular ichishni to'xtatish uchun hech qanday
harakat qilmasalar, alkogolga moyil bo'lib, nazoratsiz
ravishda alkogolga bo'lgan ishtiyoqdan aziyat
chekishi mumkin. Bu baxtsiz odamlar ko'pincha
pullarini alkogolga sarflashadi. Ular kam
ovqatlanadilar va mast qiluvchi ichimlikning o'zidan
ozuqa oladilar. Bu zararli odat singib ketganligi
sababli, ular o'z sog'lig'i va uylari, jamoalari va
dunyodagi obro'si uchun mas'uliyat hissini
yo'qotadilar.**

**Mast alkogolizmga moyillarning oldingi tavsifi
shunchaki men "ruhiy alkogolizm" deb ataydigan
narsaning namunasi. Bu ruhiy yoki psixologik
alkogolizmga moyillarni o'ziga xos psixologik
holatlariga ko'ra tasniflash mumkin, ular surunkali va
davolab bo'lmaydigan bo'lishi mumkin, masalan,
g'azab, qo'rquv, jilovsiz jinsiy istak, boshqalarga zarar
yetkazishdan zavqlanish, qimor o'yinlari, o'g'irlik,**

hasad, nafrat, ochko'zlik, yomon xulq-atvor, firibgarlik, ahmoqlik va aqldan ozish.

Agar biror kishi bolaligidan g'ayritabiiy g'azab, qo'rquv, hasad yoki yuqorida aytib o'tilgan xususiyatlarning birortasini namoyon qilsa, bu ularning avvalgi hayotlarida bu g'ayritabiiy psixologik odatlarni o'zlashtirganliklaridan dalolat beradi. Farzandlarida, hatto yoshligida ham, ushbu zararli psixologik moyilliklarning birortasini sezgan ota-onalar bu masalani jiddiy qabul qilishlari va bolaning psixologik qaramligini rivojlanishining oldini olish uchun choralar ko'rishlari kerak, ideal holda ularni ruhiy ustozlar qaramog'idagi boshqa muhitga joylashtirish orqali.

Yaxshi do'stlik va bir necha yillar davomida qo'llab-quvvatlovchi muhit bilan ruhiy kasal alkogol o'ziga xos odatlarining bo'g'uvchi changalidan xalos bo'lishi mumkin. Qo'llab-quvvatlovchi muhitda tegishli tibbiy yordam olayotganda, ruhiy kasal alkogol o'zining nohaq odatlarining dahshatli oqibatlari haqida xabardor qilinishi va ular haqida o'ylashga va har qanday holatda ham bu jirkanch va halokatli xatti-harakatlarni namoyon qilmaslik uchun chinakam harakat qilishga undalishi kerak. Oldingi mujassamlashuvda orttirilgan ruhiy kasal odatga berilib ketishning har bir holati uni ongli ongda mustahkamlaydi va mustahkamlaydi, toki shaxs so'zning to'liq ma'nosida unga qul bo'lib qolmaguncha.

G'azablangan, shahvatparast yoki ochko'z odam o'z o'rnini unutadi va jamiyat bilan munosabatlarini mensimaydi, o'z hayotini va boshqalarning hayotini barbod qiladigan jiddiy xatolarga yo'l qo'yadi. Bu ruhiy kasal odamlarning aksariyati o'zlarining psixologik odatlarini ifoda etish orqali o'zlarini

bo'shatib, yengillik topayotganiga ishonishadi. Biroq, zararli impulsarga berilish dahshatli oqibatlarga olib keladigan odatdir, chunki bunday jirkanch xatti-harakatlarni qayta-qayta ifoda etish orqali odam psixologik jihatdan qaram bo'lib qoladi va o'zini hamma joyda va har doim boshqalarning nazarida masxara qiladigan narsaga aylantiradi.

Agar bolalar ongi hali rivojlanayotgan va moslashuvchan bo'lgan paytda zaharli muhitga duchor bo'lsalar, ular yomon odatlarni rivojlantiradilar, agar ular nazorat qilinmasa, og'ir ruhiy kasalliklarga olib kelishi mumkin. Farzandida to'satdan o'zgarishni - masalan, ilgari xotirjam bo'lgan bolaning doimiy ravishda norozi bo'lib qolishini sezgan ota-onalar diqqat bilan e'tibor berishlari, ularning umidsizlik va umidsizlik sabablarini aniqlashlari va hal qilishlari hamda o'z energiyalarini foydali va samarali tarzda yo'naltirishning yangi, konstruktiv usullarini topishlari kerak.

Yuqorida aytib o'tilgan xususiyatlardan birini namoyon qiladiganlar ruhiy alkogolizmga moyil bo'lib, ular beparvolik va mas'uliyatsizlik bilan yomon odatlarning shiddatli oqimida yurishadi, o'zlarining ojiz, ixtiyoriy ravishda ehtiroslari oqimlariga taslim bo'lishlari va eng yomon fazilatlarini namoyon etishlari bilan o'z baxtlarini barbod qilishadi.

Ruhiy kasal alkogolistlarni zo'ravonlik moyilliklari uchun tanbeh berish, ogohlantirish yoki ayblash befoyda. Ularning ruhiy holati takroriy yomon odatlarining natijasidir. Ularga davolab bo'lmaydigan psixologik kasalliklardan aziyat chekadigan ruhiy kasallar sifatida munosabatda bo'lish kerak.

O'tkir ruhiy mastlikning har qanday shakli uchun do'stlarini almashtirish eng samarali davolash usuli

hisoblanadi, chunki ruhiy mast odamning irodasi odat quliga aylanadi va shuning uchun ular yovuzlikka qarshilik ko'rsata olmaydilar. Eng to'g'ri davolash usuli ularni to'g'ridan-to'g'ri zaharlangan ruhiy holatiga qarshi vosita bo'lib xizmat qiladigan muhitga o'tkazishdir. Asabiy odamni iloji bo'lsa, hatto provokatsion va asabiy sharoitlarda ham g'azablanmaydigan bir yoki bir nechta odam bilan birga joylashtirish kerak. Shahvatparast odam o'zini tuta oladigan odamlar bilan o'ralgan bo'lishi kerak. Professional o'g'ri halol odamlarga muhtoj. Uyatchan va qo'rqqoq odamga ularni jasur odamlar bilan muloqot qilishga va qahramonlarning tarjimai hollarini o'qishga undash orqali yordam berish mumkin. Tikanli va achchiq fe'l-atvorli odamlar xushchaqchaq va tabiiy xushmuomala odamlar bilan muloqot qilishlari kerak.

Ruhiy kasal alkogolist ich qotishi yoki ichak faoliyatining yomonlashishi, go'sht, ayniqsa mol go'shti va cho'chqa go'shtini iste'mol qilish bilan birga, ularning ruhiy kasalliklarini kuchaytirishini va uni miyasida yanada mustahkamlashini yodda tutishi kerak. Kundalik ratsioniga ko'p miqdorda meva va sabzavotlarni kiritish, haftada bir kunlik meva sharbati ro'zasini ichish va vaqti-vaqti bilan uzoqroq ro'za tutish zararli odatlar to'plangan miya qismlarini o'zgartirishga katta yordam beradi.

Haddan tashqari jinsiy faollik asab tizimi va miya hujayralariga zarar yetkazadi, bu esa ruhiy kasal alkogolizmga moyil odamda g'azabni kuchaytiradi. Bundan tashqari, haddan tashqari jinsiy zavqlanish iroda kuchini susaytiradi. Shuning uchun, barcha ruhiy kasal alkogolizmga moyil odamlar tabiat buyurganidek, oilaviy munosabatlarida me'yorni saqlash uchun jinsiy istaklarini nazorat qilishni o'rganishlari kerak.

Biz ko'pincha oilada boquvchi yoki ta'minotchi — ota yoki o'g'il bo'ladimi, ba'zi jamiyatlarda esa ona yoki qiz — o'z mavqei ularga o'z xohish-irodasini nazorat qilish va majburlash huquqini beradi degan tuyg'u tufayli alkogolizmga moyillik ko'rsatishini ko'ramiz. Bu mayda diktatorlar o'z g'azablarini ularga muhtoj va ularga qaram bo'lgan oila a'zolariga qaratmasliklari kerak. Agar shunday qilsalar, ular yaqinlarining hurmati va hurmatini yo'qotadilar.

Oilaviy diktator uyda xohlaganini qila olishiga ishonganida, u o'zining yoqimsiz xususiyatlari va tanqidiy fazilatlarini hatto oila doirasidan tashqarida ham namoyon qila boshlaydi. Oxir-oqibat, u bu sharmandali xatti-harakatlarga o'rganib qoladi va istalgan joyda va istalgan vaqtda shunga mos ravishda harakat qiladi. Agar bu zolimlar yaqinlariga hukmronlik qilish istagini nazorat qilmasa, ular asta-sekin ruhiy jihatdan beqaror bo'lib qoladilar, hissiy yetukliksiz harakat qiladilar va yaqinlari, vaqti-vaqti bilan ular bilan muloqotda bo'lganlar va o'zlari uchun ham katta muammolar tug'diradilar.

O'zini ruhiy kasal deb hisoblagan har bir kishi davolanishi kerak. Hech bo'lmaganda, boshqalarga yuqtirishga urinishni bas qilishlari kerak. Tasavvur qiling-a, siz uyda jimgina o'tiribsiz, ehtimol kamin yonida kitob o'qiyapsiz, to'satdan uyingizga yomon hidli skuns kirib keladi! Tabiiyki, shovqin-suron bo'ladi va siz va atrofingizdagilar, shubhasiz, skunsni quvib chiqarishga harakat qilasiz, o'zingizni yoqimsiz kimyoviy moddalarga botirasiz. Natijada, ham uy xo'jaligi, ham skuns zarar ko'radi.

Xuddi shunday, inson skunsining o'zining mavjudligini istamagan muhitga kirishi to'g'ri emas, chunki u atrofdagilarning g'azabini qo'zg'atishi va

oxir-oqibat shafqatsiz munosabatda bo'lishiga olib kelishi mumkin.

Do'stlarim, yodingizda bo'lsin, inson skunsi yuzida aks etgan va ko'zlarida yaqqol ko'rinib turgan yovuz tabiatning ruhiy titroqlarini o'zida mujassam etgan holda, tinch, osoyishta va osoyishta muhitda katta zarar yetkazadi. Bu inson hech qayerda qabul qilinmaydi.

O'z ruhiy holatini yashirish, odamlar orasida uning ta'siriga berilishdan yaxshiroqdir. Uyatli lazzatlanish yoki istak va ehtirolarga erkinlik berish tug'ruqdan oldingi va keyingi impulsar o'sishi va gullab-yashnashi uchun unumdor zamindir. Shuning uchun, bu azobdan aziyat chekadigan har bir kishi yomon odatlar yoki tajovuzkor moyilliklarning tug'ma psixologik urug'larini o'stiradigan muhitda yashashdan ehtiyot bo'lishi kerak.

Albatta, sizga soxta xushomadgo'ylik bilan muomala qiladigan va sun'iy tabassum bilan "Ko'rishmaganimizga ancha bo'ldi!" deb murojaat qiladigan, shu bilan birga o'ziga "Xudo bizni birlashtirgan soatni la'natlasin" deb aytadigan odamni uchratganingizda, siz uning his-tuyg'ularini his qilasiz, unga nisbatan nafratni his qilasiz va uning soxta xushomadgo'yligidan jirkanasiz.

Shaxsan men odamlar bilan qanday munosabatda bo'lishimni bilishni istayman. Men soxta da'vodan ko'ra, qanchalik xafa yoki qo'pol bo'lmasin, halollikni afzal ko'raman. Hech kim pushti tabassumlar ostidan yoki asalli, xushomadgo'y so'zlar ortidan ikkiyuzlamachilik iloni ularga qaratilishini istamaydi.

Shuni aytib o'tish kerakki, ruhiy kasal alkogolist boshqalarga o'zining yovuz fe'l-atvorining zaharlarini yuqtirishdan ko'ra, hatto shunchaki ko'z-ko'z qilish va

bahona qilish uchun bo'lsa ham, ular bilan do'stona munosabatda bo'lishi yaxshiroqdir.

Kundalik o'zini tuta bilish amaliyoti, hatto kichik masalalarda ham, ruhiy kasal alkogolga yomon odatlarga berilib ketishdan asta-sekin xalos bo'lishga yordam beradi.

Sizga tinchlik bo'lsin

Konsentratsiya kuchi

Izlovchi qabul qiluvchi bo'lishi uchun u jimgina o'tirishi va fikrlarini diqqatni jamlashga arziydigan istakka qaratishi kerak, toki uning ongi va fikrlari bu g'oyaga to'liq singib ketmaguncha. Inson irodasi hamma narsani biluvchi va qudratli ilohiy iroda bilan uyg'unlashganda, undan kerakli maqsadga erishish uchun muvaffaqiyatli foydalanish mumkin.

Muvaffaqiyat uning qo'liga tushishini shunchaki o'tirib kutib bo'lmaydi. Yo'nalishingizni belgilab, oldinga siljishga qaror qilganingizda, irodangizni faollashtirishingiz va amaliy harakat qilishingiz kerak, shunda muvaffaqiyatning barcha elementlari sizga eng kam kutgan joyingizdan kelishini ko'rasiz. Ilohiy oqim bilan to'ldirilgan irodangizda ibodatlaringizga javob yotadi. Ushbu irodadan foydalanganda, ibodatlaringizga javob oladigan oynani ochasiz. Bu mening shaxsiy tajribam. Ilgari men shunchaki irodamni sinab ko'rish uchun ba'zi narsalarni qilishga harakat qilardim, lekin hozir buni qilmayman, chunki natijasini allaqachon bilaman: men xohlagan hamma narsa amalga oshadi.

Ko'p yillar oldin, bir marta, shogirdlarimdan birining adashayotganini ko'rdim. Uning harakatlarning muqarrar va og'riqli oqibatlarini oldindan ko'rib, uni yo'lidan qaytishga har qanday

mantiqiy yo'l bilan ko'ndirishga harakat qildim. Lekin unga yordam bera olmasligimni angladim, chunki u yovuzlik yo'lidan borishga qaror qilgan edi. Nihoyat, o'zimga: "U buni qilishni xohlayotgan ekan, men uni yolg'iz qoldiraman", dedim. Lekin unga bo'lgan sevgim va tashvishim tezda qaytdi va men banyan daraxti ostida o'tirib, uni tasavvur qildim. G'ayrat bilan unga quyidagi aqliy xabarni yubordim: "Sizdan qaytishingizni iltimos qilaman". Kechqurun, tanamda ham, ongimda ham kuchli, intuitiv tuyg'u uyg'ondi, u haqiqatan ham qaytib kelayotgan edi. To'satdan, "adashgan o'g'il" uyga qaytib keldi. U meni ta'zim bilan kutib oldi va dedi: "Kun bo'yi, qayerga borsam ham va nima qilsam ham, yuzingizni ko'rdim. Bu nimani anglatadi?" Men: "Xudo seni men orqali chaqirayotgan edi", dedim. Bu Uning chaqirig'i edi, meniki emas. Mening xohishim xudbinlik emas edi, lekin sen qaytib kelmaguningcha bu joyni tark etmaslikka qaror qilgandim. Bunday qat'iyat dunyoda katta o'zgarishlarga olib kelishi mumkin. Bu chindan ham ajoyib va mo''jizaviy kuch!

Shuning uchun chuqur ibodat kuchli va chuqur ta'sirga ega. Ibodat uchun eng yaxshi vaqt - chalg'ituvchi narsalar minimal bo'lgan kechasi. Agar kechqurun biroz uxlashni zarur deb bilsangiz, tungi ibodatlar paytida ongingizni hushyor va diqqatli tutish hamda Xudo bilan birga bo'lish uchun shunday qiling. Avvaliga bu qiyin tuyulishi mumkin, ammo doimiy harakat bilan osonlashadi va siz erishgan ajoyib natijalardan hayratda qolasiz. Noyob, dinamik irodaga ega bo'lganingizda, Xudo javob berishni boshlaydi. Cheksiz Mutlaq uning sukunatini buzganda, siz quvonchga to'lasiz. Ammo inson ibodatlarining kuchini boshqalarga isbotlash uchun bitta xudbin

istakni saqlagan ekan yoki ularni foyda olish uchun tovarga aylantirgan ekan, ular bu kuchni yo'qotadilar va Xudo endi ularga javob bermaydi, chunki ular o'zlari bilan Xudo o'rtasida to'siq o'rnatib, Undan uzoqlashgan bo'ladilar. Xudo izlovchiga faqat ular samimiy va rostgo'y bo'lganda va Uni Uning uchun sevganlarida keladi. Inson o'zini o'zi o'ziga bag'ishlab, mag'rurlik va maqtanishga murojaat qilganda, Xudo ularning ularni xohlamasligini, balki o'z mag'rurligini ulug'lashga intilishini biladi va U ularning taklifini qabul qilmaydi.

Xudo javob bermaguncha kim qat'iyat va matonat bilan bardosh beradi?

Xudo sevgining asl mohiyati va mehr-muhabbat manbaidir. Agar siz U bilan bog'lanish niyatida meditatsiya qilishni bilsangiz, U sizning mehrli iltimoslaringizga javob beradi. Unga murojaat qilish uchun yolvorishning hojati yo'q. Lekin kim kerakli vaqtni ajratadi? Va kim Uning javobini olish uchun aqliy diqqat markazining alangali do'zaxiga aylanmaguncha bardosh beradi?

Agar sizda to'lay olmaydigan qarzlaringiz bo'lsa yoki ish istasangiz, avval meditatsiya qiling. Chuqur meditatsiyadan keyingi sukunatda ongingizni sobitqadamlik bilan ehtiyojingizga qarating, lekin natijasini doimiy ravishda kuzatib bormang. Agar siz tuproqqa urug' ekib, uni qazib, o'sayotganini ko'rish uchun qazib tursangiz, u hech qachon unib chiqmaydi. Xuddi shunday, agar siz har safar ibodat qilganingizda Xudo xohishingizni amalga oshirganining belgisini qidirsangiz, xohlagan narsangizga erisha olmaysiz. To'xtovsiz ibodat qilishni davom eting va qolganini Xudoga qoldiring. Sizning

vazifangiz Xudoning e'tiborini ehtiyojingizga jalb qilish va Unga umidingizni ro'yobga chiqarishda o'z hissangizni qo'shishdir. Masalan, jiddiy kasalliklar holatida, davolanishni rag'batlantirish uchun qo'lingizdan kelganini qiling. Lekin oxirgi davo Xudoning qo'lida ekanligini aniq biling. Bu fikr har kecha meditatsiyangizda sizga hamroh bo'lsin. Katta qat'iyat va mutlaq ishonch bilan ibodat qiling, shunda bir kun kasallik to'satdan yo'q bo'lib ketganini ko'rasiz.

Avval aql takliflarni qabul qiladi, keyin Xudo ongni O'z kuchi bilan zaryadlaydi Nihoyat, miya shifo topish uchun hayot kuchini chiqaradi. Siz ongingizda saqlanadigan ilohiy kuchning hajmini bilmaysiz. U barcha tana funktsiyalarini boshqaradi. Siz har qanday jismoniy holatni ongning bu kuchidan foydalanib davolashingiz mumkin. Avvalo meditatsiyaning to'g'ri usulini bilish juda muhim, shundan so'ng siz ilohiy kuch bilan kuchaytirilgan diqqatni jamlash kuchidan tanani davolash yoki boshqa har qanday kasallik bilan kurashish uchun foydalanishingiz mumkin bo'ladi.

Har kuni qiyin ish qilishga harakat qiling. Besh marta muvaffaqiyatsizlikka uchrasangiz ham, harakat qilishda davom eting. Muvaffaqiyatga erishganingizda, boshqa biror narsaga erishish uchun diqqatingizni jamlagan irodangizdan foydalaning. Shu tarzda, siz tezroq sur'atlarda buyuk ishlarga erisha olasiz. Iroda kuchi - bu sizning ichingizdagi Xudoning suratining jonli ifodasidir. Iroda kuchida cheksiz kuch yotadi: tabiatning barcha kuchlarini boshqaradigan xuddi shu kuch. Va siz Xudoning suratida yaratilganingiz uchun, bu kuch sizning qo'lingizda, xohlagan narsangizga erishish uchun: siz farovonlik

va mo'l-ko'ichilikni yaratishingiz va nafratni sevgiga aylantirishingiz mumkin. Xudodan tanangizni ham, ongingizni ham boshqarishda yordam berishini so'rang, shunda siz Xudoning javobini olasiz. Men doimo eng yuqori orzularim allaqachon amalga oshganini ko'raman.

Bizning eng katta ehtiyojimiz Xudogadir

Peshonada, qoshlar orasida jannatga olib boradigan darvoza joylashgan. Bu miya markazi iroda markazidir. Agar ongingizni shu markazga qaratsangiz va xotirjamlik bilan iroda qilsangiz, xohlagan narsangiz amalga oshadi. Shuning uchun, hech qachon irodangizdan yomon maqsadlarda foydalanmasligingiz kerak. Boshqa odamga zarar yetkazishni xohlash yoki unga zarar yetkazishni tilash Xudo sizga bergan kuchdan dahshatli suiiste'mol qilishdir. Agar irodangiz sizni yo'ldan ozdirayotganini ko'rsangiz, darhol to'xtashingiz kerak. Chunki bu yo'nalishda harakat qilish nafaqat muqaddas energiyani isrof qilish, balki bu kuchni yo'qotishingizga ham olib keladi va siz endi undan hatto yaxshi maqsadlar uchun ham foydalana olmaysiz.

Avvalo, ibodatlar mantiqiy va qonuniy bo'lishi kerak. Hayotning tabiiy tartibida imkonsiz yoki asossiz narsalarni Xudodan so'ramasligimiz kerak. Biz faqat o'zimizning asosiy ehtiyojlarimizni so'rashimiz kerak. "Asosiy ehtiyojlar" va "asosiy bo'lmagan ehtiyojlar" o'rtasida ham farq bo'lishi kerak. "Asosiy bo'lmagan ehtiyojlar"dan xalos bo'lishning eng yaxshi usuli - bu ehtiyojlarni mantiq va aql nuqtai nazaridan tekshirish va sinchkovlik bilan o'rganishdir. Ulkan binolarni orzu qilish ilgari mening sevimli

mashg'ulotlarimdan biri edi, ammo endi bu istak so'nib ketdi. Men allaqachon ko'plab bunday inshootlarga egaman, ta'mirlash va texnik xizmat ko'rsatish bilan bog'liq barcha muammolarga duch kelaman. Egalik qilish og'ir mas'uliyatdir. Steril narsalarga ega bo'lish istagidan voz kechish kerak va faqat haqiqiy ehtiyojlarga e'tibor qaratish kerak.

Insonning eng katta ehtiyoji Xudogadir. U Uni tanib-bilganda, U unga nafaqat "zaruriy ehtiyojlarini", balki "zarur bo'lmagan ehtiyojlarini" ham beradi! U qalbidagi har bir istagini, xuddi eng aziz umidlari va orzularini ro'yobga chiqargani kabi, bajo keltiradi.

Hindistonda bolaligimda poniga ega bo'lishni juda xohlardim, lekin onam menga ruxsat bermadi. Yillar o'tib, Ranchida o'g'il bolalar maktabini ochganimda, biz uchun biya olib keldim. Bir kuni ertalab u xuddi bolaligimda orzu qilganimdek, toychoq tug'ganini ko'rdim! Bunday sinovlar men bilan ko'p marta sodir bo'lgan. Uzoq vaqt oldin, Kashmirga sayohat qilayotib, men bu binoni (o'zini o'zi bilish markazi) vahiyda ko'rdim. Yillar o'tgach, men bu joyni ko'rdim va darhol vahiyda ko'rgan bino bilan bir xil ekanligini angladim, Xudo uni meniki bo'lishini niyat qilganini angladim.

Chuqur va tinimsiz ibodat qilganingizda, qalbingiz va borlig'ingizni to'ldiradigan ulkan quvonchni his qilasiz

Bu quvonchni his qilmaguningizcha, qoniqmang yoki ishonmang, chunki qalbingizda ulkan zavqni his qilganingizda, ibodatingiz Xudoga yetib borganini va Uning fikrida ekanligingizni bilib olasiz va Rabbingiz sizga beradi va siz qoniqasiz.

Alloh sizga muvaffaqiyat bersin, tinchlik bo'lsin

To'rtta muhim usul



Ma'naviy "men" va tana va ong o'rtasidagi bog'liqlik barcha og'riqlarimiz, cheklovlarimiz, cheklovlarimiz, kamchiliklarimiz va kamchiliklarimizning asosiy sababidir. Bu bog'liqlik tufayli biz og'riq va zavq kabi hayajonni boshdan kechiramiz, shu darajada ilohiy saodat yoki ongni boshdan kechira olmaymiz. Din o'z mohiyatiga ko'ra, og'riqdan doimiy ravishda qochishni va sof saodatga yoki Xudoga erishishni .o'z ichiga oladi

Quyoshning asl qiyofasini notinch suv yuzasida aniq ko'rishning iloji bo'lmagani kabi, ruhiy ruhning asl, baxtli tabiatini (butun ruhning aksi) ruhning tana va ongning o'zgaruvchan va o'zgaruvchan holatlari bilan identifikatsiyasidan kelib chiqadigan notinchlik va xavotir to'lqinlari tushunib yoki anglab yeta olmaydi. Notinch suv quyoshning asl qiyofasini buzgani kabi, notinch ong ham bu identifikatsiya yoki bog'lanish orqali ichki ruhning abadiy .baxtli tabiatini buzadi

Ushbu bobning maqsadi har bir kishi amalda qo'llashi mumkin bo'lgan eng oson, eng to'g'ri va eng samarali usullarni o'rganishdir, bu abadiy baxtli ruhiy o'zini ong va tanaga og'riqli bog'liqligidan ozod qiladi, shu bilan uni og'riq va azob-uqubatlardan abadiy xalos qiladi va uni dinning .mohiyati bo'lgan ma'naviy baxtga ko'taradi
:Sharq donolik kitoblarida shunday deyilgan

Agar siz tanadan yuqoriga ko'tarila olsangiz va"
o'zingizni ruh ekanligingizni anglasangiz, abadiy baxtga
".erishasiz va barcha azob-uqubatlardan xalos bo'lasiz
Kundalik amaliyoti ma'naviy "men"ni tana va ong
cheklovlaridan ozod qilishga yordam beradigan to'rtta
asosiy, universal diniy yo'l mavjud. Bu to'rtta yo'l
payg'ambarlar, avliyolar va ma'rifatli donishmandlar
tomonidan o'rgatilgan yoki tavsiya etilgan barcha oqilona
.diniy amaliyotlarni o'z ichiga oladi

Diniy amaliyotlar - bu payg'ambarlar tomonidan turli
ta'limotlar shaklida o'rnatilgan va o'rgatilgan amaliyotlardir.
Cheklangan tushunchaga ega bo'lganlar bu ta'limotlarning
asl ahamiyatini tushunmaydilar, ularning yuzaki ma'nolarini
qabul qiladilar va asta-sekin marosimlar, marosimlar,
shakllar, urf-odatlar, an'analar va qat'iy amaliyotlar
darajasiga tushib qoladilar. Bu partiyalar va mazhablarga
.nisbatan fanatizmning manbaidir

Biz qoidalar va qonunlar uchun yaratilmaganimizni, balki
ular biz uchun mavjudligini anglashimiz kerak. Ular biz
o'zgarganimiz sari o'zgaradi va rivojlanganimiz sari
rivojlanadi va bizning burchimiz johillik va fanatizm tufayli
qoidaning tashqi ko'rinishiga emas, balki mohiyatiga rioya
.qilishdir

Urf-odatlar va ibodat shakllari turli fikrlash maktablariga
qarab farq qiladi, ammo payg'ambarlarning turli fikrlash
maktablarining sof mohiyati o'zida bir xil, ammo ko'pchilik
!buni tushunmaydi

Buyuk mutafakkirlar o'zlarining aqliy kuchlari yordamida
yakuniy haqiqatni aniqlashga harakat qilishadi, ammo ular
bu urinishlarida muvaffaqiyatsizlikka uchraydilar, chunki
.yakuniy haqiqatni faqat aqliy bilim orqali anglab bo'lmaydi
Bilim shunchaki tushunishdan farq qiladi. Agar asalning
shirinligini hech qachon tatib ko'rmagan bo'lsangiz, uni
oqilona tushunish mantiqsizdir. Xuddi shunday, diniy bilim
inson tajribasining tubidan kelib chiqadi. Ko'pincha biz

Xudoni, diniy ta'limotlarni va axloqni tushunishga harakat qilganimizda shunday qilamiz; biz bu narsalarni kamdan-kam .hollarda ichki, ma'naviy tajriba orqali bilishga intilamiz Afsuski, aqliy qobiliyatlari tabiiy fanlar va boshqa bilim sohalarining haqiqatlarini ochib berish uchun o'z aqlaridan foydalanishga qodir bo'lganlar ko'pincha eng yuqori diniy va axloqiy haqiqatlarni faqat hissiy aql orqali anglay olishlariga ishonishadi. Afsuski, ularning aqli va intellektual qobiliyatlari yordam manbai bo'lish o'rniga, ko'pincha to'siq bo'lib xizmat .qiladi va haqiqat mohiyatini tushunishlariga to'sqinlik qiladi Endi ma'naviy o'sishni tavsiflovchi to'rtta diniy yo'lni :ko'rib chiqaylik

Birinchisi: Aqliy usul – keng tarqalgan, tabiiy usul, ammo juda tez idrok etish nuqtai nazaridan samarasiz. Aqliy rivojlanish va o'sish barcha ongli mavjudotlar uchun tabiiy va umumiydir. Bizning o'z-o'zini anglashimiz bizni turli darajadagi ongga ega, ammo o'z-o'zini anglay olmaydigan .quyi hayvonlardan ajratib turadi

Rivojlanish va evolyutsiya bosqichlari va jarayonlarida biz bu ong asta-sekin o'zini anglash jarayoniga aylanib borayotganini ko'ramiz. Hayvonlar ongidan o'zini anglash hissi paydo bo'ladi va asta-sekin ong o'zini ozod qilishga va o'zini o'zi orqali bilishga harakat qiladi. Shunday qilib, u o'zini anglashga o'tadi; bu o'tish rivojlanishning tabiiy tartibiga bog'liq. Ko'plab jismoniy va ruhiy holatlar bilan bog'liq bo'lgan inson psixikasi asta-sekin va tabiiy ravishda o'zi .orqali o'zining asl o'ziga qaytishga harakat qiladi

Ongli fikrlashni rivojlantirish - bu ma'naviy "men"ning o'zini yuksaltirish va jismoniy va ruhiy cheklovlardan ozod qilish usullaridan biridir. Ma'naviy "men"ning fikrlash va mulohaza yuritish orqali o'zining asl "men"iga qaytishga .urinishi tabiiydir. Bu dunyoning yo'li

Umumjahon ruhi o'zini o'sishning turli bosqichlarida namoyon qiladi: eng pastdan eng yuqorigacha. Tosh va tuproqda biz sezganimizdek ong yoki hayot yo'q, daraxtlarda

esa vegetativ o'sish, ya'ni hayotga yondashuv mavjud. Biroq, hayvonlarda hayot va hayotni anglash mavjud. Insoniyatda - eng yuqori cho'qqida - ruh ichidagi o'zini anglashdan tashqari, uni anglash bilan hayot mavjud. Shuning uchun insoniyatning o'zini fikrlash, tahlil qilish va mulohaza yuritish, kitoblarni chuqur o'rganish, tadqiqot, izlanish, tekshirish, tajriba o'tkazish va tabiiy dunyoda sabab va oqibatlarining kelib chiqishiga erishishga urinish orqali rivojlantirishi .tabiiydir

Inson qanchalik chuqur fikrlasa, u kosmik yuksalish jarayonida hozirgi darajasiga yetgan usulidan shuncha ko'p .foydalanadi va Oliy Ruhga shunchalik yaqinlashadi Biz o'zimizni ong orqali tanadan va uning ehtiyojlaridan yuqori qo'yganimiz sababli, ushbu aqliy usulni to'g'ri va qasddan qo'llash aniq va aniq natijalarni beradi. Muayyan sohada bilim olish uchun ongni puxta va chuqur o'rganish orqali o'rgatish ma'lum darajada o'z-o'zini anglashni yaxshilashga yordam beradi, ammo bu muhimlik jihatidan tanadan oshib o'tishga va haqiqatni idrok etishga qaratilgan .fikrlash jarayoni kabi muhim emas

Hindistonda aqliy usulning eng yuqori shakli Jnana Yoga deb ataladi, bu eslash va idrok etish orqali haqiqiy donolikka erishishni anglatadi; xuddi inson o'ziga doimo eslatib turgandek: "Men tana emasman va yer yuzidagi mavjudlikning o'tkinchi tasvirlari menga ta'sir qila olmaydi, .\"men ruhman

Biroq, bu usulning kamchiligi shundaki, bu o'zini anglashning sekin jarayoni bo'lib, ancha vaqt talab qilishi mumkin. Ma'naviy "men" o'zini anglashni boshlaganda, u bir qator o'tkinchi, bog'liq bo'lmagan aqliy fikrlar bilan band bo'lib qoladi. Boshqa tomondan, ruhning xotirjamligi aqldan ustun keladi va jismoniy hislardan ustun turadi, garchi u amalga oshirilganda ham bu hislarni qamrab olsa va ularni .yengib chiqsa ham

Ikkinchidan: Diniy usul - bu ongimizni turli g'oyalar va turli narsalarga (aqliy usuldagi kabi) emas, balki bitta .g'oyaga qaratishga harakat qilishni o'z ichiga oladi. Ibodat usuli ibodat kabi barcha ibodat turlarini qamrab oladi (u barcha dunyoviy fikrlardan ozod bo'lishi kerak). Bu usulda ruhiy "men" o'z ongini chuqur va ehtirom bilan diqqatini nimaga qaratishi kerakligiga qaratishi kerak: ilohiylikning ma'lum bir tushunchasigami yoki mutlaq, .hamma narsani qamrab oluvchi mavjudlikkami.

Asosiy nuqta shundaki, izlovchi o'z ongini katta g'ayrat va ishtiyoq bilan bitta ibodat g'oyasiga qaratishi kerak. Bu jarayon orqali ma'naviy "men" asta-sekin ko'plab aqliy chalg'ituvchi narsalardan xalos bo'ladi va uning mohiyati haqida introspektiv mulohaza yuritish uchun zarur bo'lgan vaqt va imkoniyatga ega bo'ladi. Qalbimiz tubidan to'liq samimiyat bilan ibodat qilganimizda, barcha jismoniy hislarni unutimiz va e'tiborimizni jalb qilishga va ongimizni band qilishga urinadigan barcha bezovta qiluvchi fikrlarni chetga .surib qo'yamiz.

Ibodatlarimiz qanchalik chuqur bo'lsa, qoniqishimiz shuncha yuqori bo'ladi. Bu bizning oliy ne'mat bo'lgan Xudoga yaqinligimizni o'lchash o'lchovimizga aylanadi. Jismoniy istaklarni chetga surib, chalg'ituvchi, nomuvofiq fikrlarni nazorat qilish orqali bu usulning avvalgisidan .ustunligi aniq bo'ladi.

Biroq, bu usul ruhiy "men"ning tanaga uzoq va uzluksiz bog'lanishi va unga qul bo'lishidan kelib chiqadigan kamchiliklar va qiyinchiliklarga ega va u o'z ongini jismoniy .va ruhiy sezgilar olamidan uzoqlashtirishga behuda urinadi. Inson ibodat qilishni yoki o'zini biron bir ibodatga to'liq bag'ishlashni chin dildan istashiga qaramay, uning ongi xotira taqdim etadigan va qayta ko'rib chiqadigan jilovsiz jismoniy hislar va o'tkinchi fikrlar hujumiga zaif bo'lib qoladi. Ibodatda biz ko'pincha ibodat uchun to'g'ri sharoitlarni

yaratish yoki jismoniy noqulayliklarning yo'qolishini intiqlik
.bilan kutish bilan haddan tashqari tashvishlanamiz

Barcha ongli harakatlarimizga qaramay, biz uchun
ikkinchi tabiatga aylangan nosog'lom odatlarimiz qalbning
istaklarini boshqaradi va uning qobiliyatlarini cheklaydi.

Samimiy istaklarimizga qaramay, ongimiz bezovta va
chalkashligicha qolmoqda, hatto "ongingiz qayerda bo'lsa,
qalbingiz ham o'sha yerda" degan gap ham amal qiladi.

Bizdan butun qalbimiz bilan Xudoga ibodat qilish so'raladi,
lekin biz odatda fikrlar va hissiy taassurotlar bo'ronlari ostida
.qalblarimiz chayqalib ibodat qilamiz

Uchinchidan: Meditatsiya usuli – Bu usul va undan
keyingi usul sof amaliy bo'lib, amaliy mashg'ulotlarni o'z
ichiga oladi. Ularni hayotlarida haqiqatni bilib olgan buyuk
donishmandlar tavsiya qiladi. Men o'zim bu ikki usulni ushbu
.buyuk ma'naviy ustozlardan biridan o'rganganman

Meditatsiyani mustahkam odatga aylanguncha mashq
qilish orqali biz ongli uyqu holatini keltirib chiqarishimiz
mumkin. Bu xotirjam va yoqimli holat ko'pincha chuqur
uyquda bo'lganimizda va hushidan ketishga
yaqinlashganimizda yoki undan uyg'onib, ong holatiga
.yaqinlashganimizda seziladi

Bu ongli uyqu holatida biz barcha tashqi fikrlar va
jismoniy hislardan ozod bo'lamiz va ruh vaqti-vaqti bilan
meditatsiya chuqurligi va amaliyot sur'atiga qarab o'zi
.haqida o'ylay va baxtli holatga yaqinlasha oladi
Bu holatda biz ongni band qiladigan jismoniy va ruhiy
bezovtaliklardan bexabarmiz va ulardan ozodmiz. Ushbu
meditatsiya jarayoni orqali tashqi va sezgi organlari uyqu
holatidagi kabi ixtiyoriy nervlarni tinchlantirish orqali
.boshqariladi

Bu meditatsiya holati haqiqiy meditatsiyaning birinchi,
ammo oxirgi bosqichi emas. (Ongli uyquda) biz faqat tashqi
sezgilarni boshqarishni o'rganamiz. Faqatgina farq shundaki,
oddiy uyquda sezgilar avtomatik ravishda boshqariladi,

meditatsiyada esa ular ongli harakatlar orqali boshqariladi.

Biroq, meditatsiyaning ushbu dastlabki bosqichida ruhiy "men" o'pka, yurak va biz noto'g'ri deb hisoblagan boshqa organlar kabi ixtiyoriy ichki tana funktsiyalarining .aralashuviga moyil bo'lib qoladi

Shuning uchun biz bundan yaxshiroq yo'l izlashimiz

kerak, chunki agar ruhiy "men" tanaviy his-tuyg'ularni, shuningdek, fikrlarning paydo bo'lishiga imkon beradigan ichki his-tuyg'ularni iroda bilan o'chira olmasa, u bu buzilishlarga ularni nazorat qilish va bostirish yoki o'zini bilish imkoniyatiga ega bo'lish umidiga ega bo'lmasdan zaif .bo'lib qoladi

To'rtinchi: Yoganing ilmiy usuli – Avliyo Pavlus: "Men har kuni o'laman", degan edi. Bu bilan u ichki organlarini qanday boshqarishni va ruhiy o'zini tanadan va ongdan iroda kuchi orqali ozod qilishni bilishini nazarda tutgan. Oddiy, o'qimagan odamlar ruhiy o'zini chirigan tanadan ozod .qilganda, o'limga yaqin holatni boshdan kechirishadi

Amaliy va muntazam usulni to'g'ri o'rgatish va mashq qilish bilan, amaliyotchi oxirgi o'limni boshdan kechirmasdan .ruhiy "men"ning tanadan ajralishini his qilishi mumkin

Bu yerda men usul va uning asoslangan ishonchli ilmiy nazariyasi haqida umumiy ma'lumot beraman. Men taklif qilayotgan narsa shaxsiy tajribamdan kelib chiqadi va uni universal deb aytish mumkin. Men shuningdek, bizning asosiy maqsadimiz bo'lgan baxt - men tushuntirganimdek - ushbu usulni qo'llashda juda katta namoyon bo'lishini aytishim va tasdiqlashim mumkin. Darhaqiqat, amaliyotning o'zi nihoyatda yoqimli. Men uning beshta sezgi yoki aql orqali erishiladigan eng katta hissiy zavqdan beqiyos darajada yoqimli ekanligini ta'kidlay olaman. Men bu usulning haqiqiyiligiga uni qo'llayotgan odam boshdan kechiradigan narsalardan boshqa hech qanday dalil keltirmoqchi emasman. Izlovchi uni qanchalik sabr-toqatli va muntazam

ravishda qo'llasa, ular o'zlarini baxt ongida
.mustahkamlangandek his qilishadi

Yomon odatlar juda o'jar va chuqur singib ketganligi
sababli, jismoniy ong vaqti-vaqti bilan uyg'onadi va barcha
hissiy xotiralari bilan bu xotirjamlik holatiga hujum qiladi.

Biroq, muntazam va uzoq muddatli amaliyot bilan biz
amaliyotchiga o'zlarini ulug'vor ma'naviy baxt holatida
topadigan vaqt kelishiga ishontirishimiz mumkin. Ammo biz
usul qanday natijalar berishini tasavvur qilishga
urinmasligimiz va keyin qisqa sinovdan so'ng amaliyotdan
voz kechmasligimiz kerak. Haqiqiy muvaffaqiyat va aniq
taraqqiyot quyidagi muhim fikrlarga rioya qilishni talab
.qiladi

Birinchidan: O'rganmoqchi bo'lgan mavzuga diqqat bilan
e'tibor bering

Ikkinchidan: O'tkir izlanish ruhi bilan o'rganishga
chinakam istak

Uchinchidan: Istalgan maqsadga erishilgunga qadar
qat'iyatlilik

Agar biz yarim yo'ldan borsak va oddiy mashqdan keyin
usulni e'tiborsiz qoldirsak, kutgan natijamizga erisha
olmaymiz

Odamlar vaqtlarining ko'p qismini moddiy ehtiyojlarni
qondirishga yoki nazariy munozaralar va intellektual
munozaralarga sarflashlari, lekin hayotni boyitadigan va
jonlantiradigan, hatto unga ma'no beradigan ma'naviy
haqiqatlarni kashf etishga va boshdan kechirishga kamdan-
kam hollarda harakat qilishlari juda achinarli. Ularning
onglari bu maqsadga to'g'ri yo'naltirilish o'rniga, arzimasi
narsalar, ahamiyatsiz tashvishlar va qizg'in istaklar bilan
.band

Men ko'p yillar davomida yuqorida aytib o'tilgan usulni
qo'llayman va har safar uni qo'llaganimda katta quvonchni
yoki doimiy baxtni his qilaman, uning tezligi pasaymaydi va
.oqimi to'xtamaydi

Shuni yodda tutishimiz kerakki, ruhiy ruh tana tomonidan ko'p asrlar va uzoq vaqtlar davomida qamoqqa olingan va uni bir kunda ozod qilish mumkin emas. Qisqa, vaqti-vaqti bilan qilinadigan amaliyotlar amaliyotchiga yuksak ruhiy saodatni bera olmaydi yoki ichki organlar ustidan nazoratni kafolatlay olmaydi. Bu uzoq vaqt davomida .jiddiy va qasddan mashq qilishni talab qiladi Biroq, ushbu usullarni ehtiyotkorlik bilan qo'llash sof baxt hissini uyg'otishga qodir. Bu baxtga qanchalik yaqinlashsangiz, uni shuncha ko'p amalda qo'llaysiz. Bu holat hech bir inson tomonidan yaratilmagan yoki ixtiro qilinmagan; u tabiiy ravishda mavjud va biz uni faqat .o'zimizda ochib berishimiz kerak
Sizga tinchlik bo'lsin

Iroda kuchi va atrof-muhitning ta'siri
Muammolar va bezovtaliklar insonning ma'lum bir vaqtda va joyda sodir etgan o'tmishdagi harakatlardan bexabarligidan kelib chiqadi. Ularning hozirgi azob-uqubatlari ular aytgan fikrlar va ishlardan kelib chiqadi, ular ong tuprog'ida ildiz otib, o'simlikka aylanib, ular qilgan fikrlar va harakatlarning o'ziga xos mevalarini beradi.

Sinovlar va azob-uqubatlar insonni sindirish va irodasini falaj qilish uchun emas, balki ularni Xudoni chinakamiga loyiq deb bilishga va Uning qonunlarini hurmat qilishga undash uchun keladi, bu orqali ular haqiqiy baxtga erishadilar.

Xudo bunday og'ir sinovlarni yubormaydi, chunki ular asosan inson tomonidan yaratilgan. Insoniyat o'z ongini johillik uyqusidan uyg'otishi va johillik zulmatidan bilim nuriga ko'tarilishi kerak.

Ma'naviy bilim sohasida
Ustoz ruhiy yo'lda undan yo'l-yo'riq so'ragan shogirdiga shunday dedi:

Odamlarning sizni va ma'naviy yutuqlaringizni tan olishini orzu qilmang, balki faqat Xudoni izlang.

Tinchlik ichingizda ekanligini anglaganingizda, tinchlik va hamjihatlik yaratilishdagi barcha yaxshi narsalarda ekanligini anglaysiz va uni tabiat go'zalligida ko'rasiz, uning yaqinligini samimiy do'stlikda his qilasiz va uning ne'matlariga xudbin maqsadlardan xoli bo'lgan ezgu intilishlar va sharaflı maqsadlarda tegasiz. Siz uning mavjudligini sukunat pardalari ortida va barcha ajoyib narsalarda his qilasiz.

Eshikni astoydil taqillating, shunda parda ko'tariladi va siz eng ulug'vor yuzni o'zining barcha ulug'vorligi va ulug'vorligida ko'rasiz.

Agar siz Xudoni sevsangiz, Uning sevgisini his qilasiz va boshqa hech narsa sizni alday olmaydi. Moddiy tajribalar sizni o'ziga jalb qiladi, chunki siz ma'naviy baxtni tatib ko'rmagansiz. Shunday qilsangiz, farqni bilib olasiz.

Tanlashda erkin bo'ling. Hech narsa sizni cheklashiga yo'l qo'ymang va hech kim sizni boshqarishiga yoki baxtingizga aralashishiga yo'l qo'ymang.

Sizning o'zingiz kosmik butunlikning alohida qismidir va baxtli ongni boshdan kechirish va ilohiy sevgining zavqini tatib ko'rish uchun siz o'sha mukammal butunlikni topishingiz kerak.

**Nafrat va g'azab zindonlaridan sevgini olib chiqish
Ey Rabbimiz, biz Sendan ruhlarimizga nur sochishingizni so'raymiz**

Va sevganlaringizga va sizdan yordam so'raganlarga mo'l-ko'l ne'matlaringizni yog'diring

Va U bizdan urush, zo'ravonlik va o'lim arvohlarini uzoqlashtirsin

**Va bizni tinchlikni maqsadimizga aylantirishga
ilhomlantiring**

Va sevgi bizning ta'minotimizdir

**Bizning maqsadimiz - cheklangan cheklovlardan
xalos bo'lish**

*** * ***

**Agar inson faqat pul to'plash va tana istaklarini
qondirishga intilsa**

**Uning erishgan yutuqlari juda oz va ahamiyatsiz
Chunki u barcha dunyoviy yutuqlarni ortda
qoldiradigan kun keladi.**

**Lekin agar u Xudo orqali boyib ketsa
U yer yuzidagi barcha shohlar va badavlat
odamlardan boyroq bo'ladi**

**Bu muborak xazinalar Xudoni sevuvchilarning
ixtiyoriidadir.**

**Ruh boyligidan boshqa hech narsa bilan
qoniqmaydiganlar**

**Ular o'zlarining ma'naviy moyilliklarini
rivojlantirish ustida ishlayotganlarida**

**Va ularning hayot manbaiga bo'lgan intilishlarini
oziqlantirish uchun**

**Va nafrat va yovuzlik tubidan sevgining tirilishi
Ular o'z onglarini tor dunyoviy qarashlardan
yuqori ko'taradilar**

**Ozodlik, tinchlik, yorug'lik va quvonch ufqlariga
Ular o'zlarining cheksiz kengliklarini anglaydilar
Ular yangilangan tasavvurlar va bilimlarni
boshdan kechiradilar**

**Va ular yaxshi fikrlar va ishlar urug'ini ekishganda
Ularning ong bo'shliqlarida**

Ularning tushunchalari ochiladi

Va ularning kognitiv qobiliyatlari faollashadi

Filamson, ularning asl mohiyati

Ular Xudoning shohligini o'zlarida topadilar

**Biz o'zimizni yangilashimiz uchun Qodir Allohdan
bizga yo'l-yo'riq so'raymiz**

**Va biz ruhiy borlig'imizni zulmat zindonlaridan
chiqaramiz**

**Erkinlik, xotirjamlik va bilim nurlari makonlariga
Yangi meva va sabzavotlar muhim ozuqaviy
moddalardir**

**Oziqlanish bo'yicha ma'ruzadan
Kaliforniyaning Encinitas shahrida yetkazib berildi
- 1940-yil iyun**

**Go'sht oqsili energiyaning yagona muhim manbai
emas**

**Pishirilmagan sabzavot va mevalarda mavjud
bo'lgan ba'zi mineral tuzlar ham muhim manbalar
hisoblanadi.**

**Go'shtning katta qismi sezilarli miqdorda energiya
beradi, ammo agar go'sht uzoq vaqt davomida
ratsionda ustunlik qilsa, u bu energiyani berishni
to'xtatadi. Bundan tashqari, oqsilni haddan tashqari
ko'p iste'mol qilish oqsil toksikligiga, charchoq va
kasallik manbai bo'lishiga olib kelishi mumkin. Xulosa
qilib aytganda, oqsilning ko'pligi ham ozligi kabi
zararli.**

**Agar charchoqdan xalos bo'lishni istasangiz, bitta
davo to'g'ri ovqatlanishdir. Go'sht vaqtinchalik
energiya berishi mumkin, ammo u organizmga ko'plab
toksinlarni kiritadi. Ko'proq xom, pishmagan
ovqatlarni iste'mol qilish charchoq hissiyotini
kamaytiradi va sizni tetiklashtiradi.**

**Sharbatlar sezilarli darajada energiya beradi,
ammo butun meva va sabzavotlar ancha yuqori
ozuqaviy qiymatga ega. Biroq, ba'zi odamlar
shunchaki ularni shu shaklda iste'mol qilishga vaqt
ajratishni xohlamaydilar.**

Ovqat hazm qilish tizimi kimyoviy moddalarni ajratib oladi va ularni tanadagi tegishli hujayra turlariga tarqatadi

Tana bir nechta kimyoviy elementlardan iborat va oziq-ovqat bu elementlarning yetishmasligini har kuni to'ldirishi kerak.

Kundalik ovqatlanish tarkibida yetarli miqdorda oqsil, vitaminlar, minerallar, ba'zi yog'lar va moylar hamda tegishli miqdorda tabiiy uglevodlar bo'lishi kerak, shu bilan birga tozalangan kraxmal va tozalangan shakarni iloji boricha kamaytiring.

Ajoyib energiya manbai apelsin sharbati va maydalangan bodom aralashmasidir, chunki bodom apelsin sharbati bilan aralashtirilganda yaxshiroq hazm bo'ladi.

Shuningdek, ko'p suyuqlik ichish muhimdir. Agar sifatli suv mavjud bo'lmasa, yangi meva sharbati, kokos suvi va tarvuz ajoyib qo'shimchalar va toza suvning qisman o'rnini bosuvchi vositalardir.

Kelajakda odamlar meva va sabzavot sharbatlarini sog'liq uchun foydali tomonlari tufayli tez-tez iste'mol qiladilar.

Kamchilik komplekslari ham, ustunlik komplekslari ham yomon

Kamchilik kompleksi ustunlik kompleksi kabi yomon, chunki o'zini past his qilgan odam o'zidagi ustunlikni ko'rsata olmaydi.

Inson, ma'naviy tabiatga ega bo'lgani uchun, muqaddas uchqunga ega va o'zini past deb o'ylash yoki o'zini hammadan yuqori deb o'ylash va hech qanday qadr-qimmatini yoki kelib chiqishi bo'lmagan odam kabi harakat qilish noto'g'ri va xatodir.

Inson mag'rurlikni namoyon qilganda, mag'rurlikning qalin soyasi qalbdagi Xudoning nurini to'sib qo'yadi.

Shuning uchun, ikkala tugun ham birgalikda oldini olish kerak, chunki ikkalasi ham ma'naviy taraqqiyotga to'sqinlik qiladi.

Keling, Xudo biz bilan ekanligini, bizni ilhomlantirayotganini va yo'naltirayotganini va U bizning hayotimizdagi eng buyuk sevgi ekanligini his qilaylik.

Xudoni biladiganlar o'zlarini hammaning xizmatkori deb biladilar va o'zlarini boshqalardan yaxshiroq deb hisoblamaydilar.

Kamchilik kompleksi zaif g'oyalarga va zaif ong ostiga ega bo'lganlar bilan bog'liq bo'lsa, ustunlik kompleksi nafratga asoslangan mag'rurlik va soxta takabburlikdan kelib chiqadi.

Bu ikkala tugun ham ma'naviy o'sishga halokatli ta'sir ko'rsatadi va sog'lom tushuncha va to'g'ri hukmga emas, balki illyuziya va haqiqatni mensimaslikka asoslangan.

O'ziga bo'lgan ishonchni meros qilib olingan insoniy zaifliklarni yengish orqali rivojlantirish kerak. Uni istaganlar uning shirinligini hayotlarida aniq yutuqlar orqali his qilishga intilishlari va shu bilan Xudoning yordami bilan o'zlarini pastlik va takabburlik komplekslaridan xalos qilishlari kerak.

Hayotiylikning siri va manbai

Organizmga ovqatni energiyaga aylantirish uchun bir necha soat kerak bo'ladi. Ammo irodani rag'batlantiradigan va faollashtiradigan har qanday narsa darhol energiya hosil qiladi.

Iroda kuchi tananing hujayralaridan va miyaning energiya omboridan hayotiylikni oladi, bu yerda ovqatdan olingan energiya saqlanadi.

Iroda, shuningdek, kosmik manbadan orqa miya orqali tanaga yangi faollikni tortadi.

Shuning uchun, hayotiylikning siri insonda mavjud bo'lgan energiyani saqlab qolish va iroda orqali tanaga yangi energiya olib kirishda yotadi.

Bu qanday amalga oshiriladi?

Birinchidan, inson ixtiyoriy va xohish bilan harakat qilishi kerak. Agar biron bir arziydigan ish bo'lsa, uni xohish va ixtiyoriy ravishda qilish kerak.

Siz ixtiyoriy ravishda ishlaganingizda, sizda ko'proq energiya bo'ladi, chunki siz nafaqat miyadagi nervlardan energiya olasiz, balki tanaga kosmik energiyaning katta oqimini ham jalb qilasiz.

Sevgilisi uchun mazali taom tayyorlaydigan ayol baxt va tetiklikka to'la, lekin agar u o'z xohishiga qarshi ovqat pishirishga majbur bo'lsa, boshidanoq o'zini charchagan his qiladi.

Shuning uchun iroda energiya keltiradi qisqa hikoya:

Bir safar do'stim bilan avliyolar haqida gaplashayotgan edim. Do'stim broker edi va u mening ishtiyoqimni baham ko'rmadi. Buning o'rniga u: "Siz avliyo deb ataydiganlarning barchasi aslida Xudoni bilmaydigan charlatanlar", dedi. Men u bilan bahslashmadim, lekin mavzuni o'zgartirdim va biz brokerlik kasbi haqida gaplasha boshladik. U menga bu haqda ko'p gapirib berganidan so'ng, men muloyimlik bilan: "Bilasizmi, bitta ham ishonchli broker yo'q, ularning hammasi yolg'onchi?", dedim. U g'azablanib, jahl bilan javob berdi: "Va brokerlar haqida nimani bilasiz?" Men javob berdim: "Men aynan shuni nazarda tutgan edim. Siz avliyolar haqida nimani bilasiz?" U jim qoldi. Men xotirjam va mehr bilan davom etdim: "Men brokerlik haqida hech narsa bilmayman, siz ham avliyolar haqida hech narsa bilmaysiz".

Energiya farishtalari

**Xudo bizni energiya farishtalari sifatida yaratdi
Va biz jismoniy tanalarga joylashtirdik
Biz barcha e'tiborimizni nozik tanalarga qaratdik
Va biz kosmik hayot energiyasi bilan to'ldirilgan
ruhiy ruhni unutdik**

**Endi biz diqqatimizni jamlash uchun chinakam
harakat qilishimiz kerak**

**To'liq xabardorlik tuyg'usini qayta tiklash uchun
Muvaffaqiyatning ildizi ma'naviy tushunchani
rivojlantirishda yotadi**

**Bu orqali biz o'zimizning nomoddiy tabiatimizni
anglaymiz**

**Va Xudoning surati bizda yashaydi
Ma'naviyat bog'idagi birinchi gul - bu imon va
umid gulidir**

**Biroq, meva - bu o'zini sinab ko'rish orqali olingan
haqiqiy bilimdir.**

**Nekbin bo'ling va hayotning yaxshiliklari va
ne'matlari sizni kutayotganini biling**

**Agar siz samimiylik va fidoyilik bilan ishlasangiz
Yo'qolgan ilohiy merosni tiklash uchun
Chinakam ma'naviy inson muvozanatli insondir
O'zini mamnun his qiladigan, sog'lig'i yaxshi va
tushunchasi o'sib borayotgan odam**

**U qalb boyliklariga va donolik xazinalariga ega
U ilohiy yordam kelishiga ishonadi
Hayot qanchalik og'ir ko'rinmasin va vaziyat
qanchalik noqulay bo'lmasin**

**Xudoning yuzi bizga tabiat go'zalligida namoyon
bo'ladi**

**Va uning ovozi bizga nozik, nafis ohanglar orqali
gapiradi**

**Va sevishganlarning yoqimli, muloyim ovozlaridan
Va burchning jarangdor ovozi orqali
Bizni yaxshilik va tinchlikka undaydigan turtki**

**Baxt va bilim Xudoning ovozidir
Bu bizni muborak uyga qaytishga chaqiradi
Tinchlik va xotirjamlik uyi
Va uning shirin huzuridan bahramand bo'lish
uchun**

**Va uning mislsiz, yuksak go'zalligi
Dunyo nihoyatda aldamchi va biz unga shunday
yondashishimiz kerak. Agar biz avval uning aldamchi
va illyuziyalarini yengib chiqmasak, boshqa hech
kimga yordam bera olmaymiz.**

**Biz diqqatni jamlagan ongning yolg'izligida barcha
buyuk yutuqlar fabrikasi yotishini yodda tutishimiz
kerak. Va bu ajoyib fabrikada biz barcha noqulay
vaziyatlarni yengib o'tish yoki samarali kurashish
uchun irodamiz naqshlarini doimiy ravishda
to'qishimiz kerak.**

**Iroda doimiy ravishda o'rgatilishi va amalga
oshirilishi kerak**

**Inson vaqtini behuda sarflamasa va kuchini
behuda sarflamasa, bu yerdagi fabrikada ishlash
uchun ko'plab imkoniyatlarga ega.**

**Kechasi o'zim bilan birga bo'lish uchun dunyoviy
talablardan chekinaman**

**Dunyodan juda uzoqda, juda uzoqda
Ruhii yolg'izligimda irodam bilan yolg'iz
Fikrlarimni xohlagan yo'nalishga yo'naltiradigan
joy**

**Men qarorni ich-ichimdan qabul qildim
Sog'lom va foydali faoliyat bilan shug'ullanish
uchun irodamni rag'batlantirsam, bu men uchun
muvaffaqiyatga olib keladi. Shu tarzda, men
irodamdan ko'p marta samarali foydalanganman.
Biroq, bunga faqat irodadan izchil foydalanish orqali
erishiladi.**

"Ilohiy iroda bilan yuklangan irodam men xohlagan narsaga erishadi!" deb ayta va tasdiqlay olganingizda qanday ajoyib tuyg'u paydo bo'ladi!

Agar inson xotirjam bo'lib, Xudo unga bergan o'z irodasidan foydalanmasdan hamma narsani ilohiy irodaga ishonib topshirsa, u o'zi xohlagan natijaga erisha olmaydi.

Ilohiy kuch sizga o'z xohishi bilan yordam berishni xohlaydi

Xudo O'zining qudrati va g'ayritabiiy kuchlari bilan bizdan uzoqda va osmonning chekkalarida yashiringan degan fikrni ongimizdan chiqarib tashlashimiz kerak va biz insoniy irodamiz ortida ilohiy iroda yotganini, ammo bu qudratli kuch, to'lqinlar va kengayishlar bilan to'lib toshgan okean kabi, ong ochiq bo'lmaguncha va qalb qabul qilmaguncha kelmaydi, degan fikrni ongimizdan chiqarib tashlashimiz kerak.

Yolvorish

O, Universal Ona

Qalbimizdagi yagona alanga bo'lish

Va qalbimiz zulmatini yo'q qilish uchun

Va sizga bo'lgan sevgimizning ko'z yoshlarida

Dunyoviy narsalarga bo'lgan sevgimizni yuvib tashlang

Va biz siz bilan rozi bo'lganimizdan xursandmiz

Bizning qayg'u va qayg'ularimizni bir marta va butunlay yo'q qiling

Kichik qalblarimizni katta qalbga aylantiring

Bu sizning butun mavjudligingizni qondiradi

Va ilohiy tabiatigingiz oynasida

Keling, o'zimizni mukammal va pok deb bilaylik

Sizga bo'lgan sevgimiz alangasi baland ko'tarilsin

Yer yuzidagi istaklar alangasi ustida

Millionlab vasvasalar o'zlarini siz kabi niqoblaydi

Va u bizni doimo aldaydi

*** * ***

**Keling, ey sof va mukammal ilohiy quvonch!
Sizga bo'lgan sog'inchimiz ibodatxonalariga kiring
Sayyoramiz tinch bo'lsin
Tog'larimizda, johillikning qorong'u tunlarida
U bizni yo'naltirsin va bizni xavfsiz qaytarsin
Xavfsiz va ishonchli boshpanangizga!**

Abadiyatdan pichirlashlar

Xayyomning birinchi to'rtligi

**Edvard Fitsjerald tomonidan tarjima qilingan va
Master Paramahansa tomonidan tushuntirilgan**

Umar Xayyomning G'arbdagi shuhrati

**Fitsjeraldning XIX asr o'rtalarida ingliz tiliga tarjima
qilgan to'rtliklarining tarjimasiga asoslangan bo'lib, u
tarixdagi eng yaxshi tarjima hisoblanadi.**

**Ustoz Paramhansa Umar Xayyomni buyuk
mistiklardan biri va o'zini yuqori darajada biluvchi deb
hisoblagan va u o'zining ma'naviy va tajribaviy
tajribasini ifodalash uchun ramziylikdan foydalangan,
uni qo'pol ravishda noto'g'ri tushunishgan va
tadqiqotchilar uning to'rtliklarga qo'shgan ma'naviy
falsafasini tushunish uchun yetarlicha chuqur
o'rganmagan.**

Tun kosasida tong uchun uyg'oning!

Yulduzlarni uchiruvchi toshni otdi

Va mana! Sharq ovchisi tutdi

Sulton minorasi yorug'lik ilmog'ida

Arabcha tarjima:

Uyg'oning, chunki tong tun idishiga tosh otdi

Yulduzlarni butunlay tarqatib yuborish

Va mana Sharq ovchisi

U Sulton minorasini egallab oldi

Yorug'lik ipi bilan

Tushuntirish va talqin qilish:

Ma'nolarni tushuntirish:

Tong: Bu xayoliy dunyoviy mavjudlikdan uyg'onish tongidir

Tun idishi: o'lmas ruhni tor, cheklangan inson ongiga qamab qo'ygan johillik zulmati

Tosh: Ma'naviy nafislik

Yulduzlar: Moddiy istaklarning jozibali porlashi

Sharq ovchisi: Illyuziya qoldiqlarini yo'q qiladigan qudratli Sharq donoligi

Yorug'lik ilmog'i: qalbni qamab, kishanlab qo'yadigan zolim zulmatni yo'q qiladigan muborak donolik nuri.

Talqin:

Ichki sukunat pichirlaydi:

"Uyg'oning! Johillik uyqusidan voz keching, chunki donolik tongi otdi. Noma'lumning qorong'u idishini ruhiy nafislik toshi bilan uloqtiring, uni parchalab, zerikarli moddiy istaklarning xira, porloq yulduzlarini sochib yuboring."

"Sharq donoligining nuriga, illyuziyalarni ovlovchi va yo'q qiluvchiga qarang, chunki u ruhning baland minorasini yorug'lik ipi bilan egallab oldi va uning cheklovchi moddiy zulmatini butunlay yo'q qildi."

"Ey xayollar shahri aholisi, uyqudan voz keching! Chunki ichki donolikning ma'naviy xabarining quyosh nuri paydo bo'ldi"

Jaholatning qorong'u idishini sindirish va undan vaqtinchalik moddiy zavqlarga bo'lgan istakni haydash uchun ma'naviy nafislikning mustahkam toshidan qanday foydalanishni o'rganing.

"Doim yorug'likka intiladigan va haqiqatni izlaydigan qalblarni izlaydigan donolik ovchisidan saboq oling, ularni abadiy ozodlikning ulug'vorligi aurasini bilan o'rab oling."

Darbadar o'g'ilning qaytishi

**Bir paytlar, ko'p yillar oldin, men
o'quvchilarimdan birining qarama-qarshi yo'nalishda
ketayotganini ko'rdim**

**Uning harakatlarining muqarrar oqibatlarini
anglab, men uni barcha mantiqiy vositalardan
foydalanib, o'z harakatlaridan voz kechishga
ko'ndirishga harakat qildim, ammo unga yordam bera
olmasligimni angladim.**

**Chunki u yovuzlik yo'lidan borishni niyat qilgan
edi**

Nihoyat, o'zimga dedim:

**"U buni xohlayotgani uchun, men uni tinch
qo'yaman"**

**Lekin unga bo'lgan sevgim va g'amxo'rligim tezda
qaytdi, shuning uchun men anjir daraxti tagida o'tirib,
uni tasavvur qila boshladim**

**Men unga tinimsiz g'ayrat bilan quyidagi
intellektual xabarni yuborib turdim:**

**"Xudo mendan nima qilmoqchi ekanligingiz
haqida fikringizni o'zgartirishingizni so'rashimni
so'radi."**

**Kechqurun tanam va ongimda kuchli sezgi
tuyg'usi meni u haqiqatan ham qaytib kelayotganiga
ishonishga undadi**

**To'satdan, uyga qaytgan "adashgan o'g'il" paydo
bo'ldi. U ularni ta'zim bilan kutib oldi va dedi:**

**"Kun bo'yi, qayerga borsam ham va nima qilsam
ham, yuzingizni ko'rdim. Bu nimani anglatadi?"**

**Men javob berdim: "Xudo sizni men orqali
chaqirdi. Bu Uning chaqirig'i edi, meniki emas".**

**Mening xohishim xudbinlikdan kelib chiqmagan,
lekin men ketmaslikka qaror qilgan edim**

Bu joy siz qaytib kelguningizcha ochiq qoladi

Ushbu turdagi dizayn katta o'zgarishlarga olib kelishi mumkin. Bu chindan ham ajoyib kuch!

Yo'lingizni belgilab, yo'lingizda davom etishga qaror qilganingizda, irodangizni faollashtirishingiz va amaliy harakat qilishingiz kerak, shunda muvaffaqiyatning barcha elementlari sizga bilgan va bilmagan joyingizdan kelishini ko'rasiz.

Ilohiy energiya bilan to'ldirilgan irodangizda ibodatlaringizga javob yotadi

Bu irodadan foydalansangiz, ibodatlaringizga javob olish oynasini ochasiz.

Bu mening shaxsiy tajribam. Ilgari men shunchaki irodamni sinab ko'rish uchun ba'zi ishlarni qilishga harakat qilardim, lekin hozir buni qilmayman, chunki natijasini oldindan bilaman: men xohlagan hamma narsaga Qodir Xudoning rahmati bilan erishiladi.

**"Insonning asosiy maqsadi" kitobidan
Keling, Xudoni jonlarimizning cho'poni qilaylik
Va ilohiy nur skautdir
Hayotning qorong'u yo'llarida
U chalkashlik tunlarida yo'l ko'rsatuvchi chiroqdir
Va uyg'oqlik soatlarida aniqlik quyoshi
Va yer yuzidagi mavjudlik zulmat dengizidagi yo'l
ko'rsatuvchi yulduz**

Keling, Undan yordam so'raylik va Uning ilhomini izlaylik

Chunki dunyo o'zining yuksalish va pasayishlarida davom etadi

**Uning voqealari shiddatli to'lqinlar kabi notinch
Biz qayerdan yo'l-yo'riq olamiz?**

Bu bizning o'zgaruvchan, tarafkash odatlarimizda emas

**Atrof-muhitimiz ta'siriga ham duchor bo'lmagan
Na bizning mamlakatlarimizdan, na dunyomizdan**

Aksincha, bu yo'l ko'rsatuvchi haqiqatning ovozidir

**Ruh tubidan kelib chiqadi
Har lahzada men yolg'iz Xudoni o'ylayman
Men unga jonimni bag'ishladim
Men unga yuragimni ishonib topshirdim
Men sevgimni va sog'inchimni unga qaratdim
Biz Xudodan boshqa hech narsaga
ishonmasligimiz kerak**

**Va biz Uning nurini ochib beradiganlarga
ishonishimiz kerak**

**Bu yorug'lik mening yo'l boshchim
Bu mening donoligim va sevgim
Yengilmas kuch
Va engib bo'lmaydigan haqiqat
Hozir va abadiy**

Ba'zi odamlar o'z fikrlashlarida shunchalik haddan tashqari bo'ladiki, hayotda muvaffaqiyatga erishish uchun mashina kabi to'xtovsiz ishlash kerak, deb hisoblashadi.

Boshqa tomondan, ulardan kam bo'lmagan ekstremal odamlar ham bor, chunki ular ma'naviy narsalarga qiziqishni boshlaganlaridan so'ng, boshqa hamma narsaga bo'lgan ishtiyoqni yo'qotadilar va bu noto'g'ri pozitsiya.

Masalan, ular kuchli diqqatni jamlash va jismoniy kuch talab qiladigan hech narsa qilishning hojati yo'qligiga ishonishadi va asketizmni va barcha moddiy narsalardan voz kechishni maslahat berishadi. Ammo bu munosabat intellektual turg'unlikni yashiradi.

**Soxta ma'naviyat niqobi ostida
Men buyuk o'qituvchilarning dunyoga juda qiziqishlarini, lekin unga hech qanday bog'liqliksiz bo'lishlarini aniqladim. O'qituvchimga go'zal narsa berilganda, u unga g'amxo'rlik qilar va uni himoya**

qilar edi, lekin agar u sinsa yoki shikastlansa, u kulib: "Unga bo'lgan qiziqishim tugadi, chunki u mening e'tiborimni juda ko'p jalb qildi", der edi. U bog'lanmaganligi sababli o'zini chetga olgan edi.

Xudo menga bergan narsalarning qadriga men ham shunday his qilaman, lekin uni yo'qotib qo'ysam ham sog'inmayman

Bir safar kimdir menga shlyapa bilan chiroyli palto sovg'a qildi. Bu qimmatbaho to'plam edi. Men uni parvarish qilishdan, yirtilib, ifloslanishidan himoya qilishdan xursand bo'ldim, toki undan charchab: "Ey Xudo, menga bu muammo kerak emas!", dedim.

Bir kuni men Los-Anjelesdagi bir zalga ma'ruza qilish uchun bordim va u yerga yetib kelib, paltoimni yecha boshlaganim zahoti, ilohiy ovozning: "Palto cho'ntaklaridagi hamma narsani o'zingiz bilan olib keting", deganini eshitdim. Shunday qilib, men shunday qildim.

Ma'ruzadan keyin palto saqlash xonasiga qaytib keldim va palto - Xudo sizni asrasin - g'oyib bo'lganini ko'rdim.

Men bundan juda xafa bo'ldim, shuning uchun kimdir: "Xafa bo'lma, biz senga yana bir palto sotib olamiz", dedi. Men: "Paltoni yo'qotib qo'yganim uchun emas, balki paltoni olgan odam paltoga juda mos keladigan shlyapani ham olmaganini uchun xafa bo'ldim", dedim.

Biz his-tuyg'ularimiz bizni boshqarishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak. Agar inson faqat kiyimlari va boshqa mol-mulki haqida qayg'ursa, qanday qilib baxtli bo'lishi mumkin?

Bu toza va ozoda kiyim kiymaslik yoki uyni tozalab, tartibga keltirmaslik degani emas, balki bu narsalarga haddan tashqari berilib ketmaslik yoki ularga berilib ketmaslik degani.

Bir kuni meni kechki ovqatga taklif qilishdi va hamma narsa juda oqlangan va puxta tashkil etilgan edi, men kechki ovqatdan juda zavq oldim, lekin mezbonlarimiz hamma narsa rejalashtirilganidek bo'lmasligi mumkinligidan qo'rqib, juda asabiylashdilar va natijada ular o'zlarining xavotirlari bilan muhitni buzib qo'yishdi.

Haddan tashqari sezgir bo'lganlar ko'pincha boshqalarning xavotiri va noqulayligini his qilishadi. Nima uchun qo'rquv va xavotir? Biz qo'limizdan kelganini qilishimiz kerak, keyin dam olishimiz va boshqalarga dam berishimiz kerak. Biz narsalarni majburlamasdan tabiiy yo'lga o'tishiga yo'l qo'yishimiz kerak, shunda atrofimizdagilar ham tinchlik topadilar.

Parmenid hosillari

Inson irodasi ortida ilohiy iroda va kosmik energiyaning cheksiz oqimining maqsadi yotadi.

Bu hayotdagi barcha yaxshi va foydali narsalarni ko'rsatishdir

Shu sababli, kimki oliylikka sobit va izchil bo'lsa, Xudoning yordami bilan muvaffaqiyatga erishadi.

Iroda kuchi - bu ma'lum bir maqsadga erishishga qaratilgan energiya va istak

Iroda kuchisiz hech narsa qilib bo'lmaydi; haqiqatan ham, kundalik hayotda iroda kuchidan foydalanmasdan oddiy harakatni ham yaratib bo'lmaydi.

Ko'p odamlar muhim bo'lmagan ishlarni qilishadi va o'z kuchlarini konstruktiv tarzda yo'naltirishmaydi

Istak irodadan farq qiladi, garchi istak iroda uchun katalizator bo'lib xizmat qilishi mumkin.

Iroda kuchini rivojlantirishda, avvalo, qat'iyatlilikka ega bo'lish va idrok, idrok va donolikdan foydalanish kerak.

Buning ortidan mashg'ulotlar va kerakli maqsadga erishish uchun irodadan ongli ravishda foydalanish amalga oshiriladi.

Maqsadga erishilgunga qadar sayohat va harakat davom etishi kerak

Inson ezgu maqsadga erishishga qaror qilganda, urinishni to'xtatish noo'rin bo'lib qoladi

Yoki u noqulay vaziyatlarga berilib ketishi mumkin

Ong yuqori iroda va fikr bilan uyg'unlikda bo'lganda va iroda uzluksiz ma'lum bir g'oyaga qaratilgan bo'lsa, iroda kuchi cheksiz va tugamas kosmik faoliyat bilan to'yingan bo'ladi.

Jaholat va istaklar bilan boshqariladigan inson irodasi o'z egasiga azob va muammolar keltiradi

Haqiqiy baxtni tatib ko'rish uchun yaxshi istaklar yomon istaklarni yengishi va iroda haqiqat manbai va mavjudotdagi barcha yaxshiliklarning kelib chiqishiga to'g'ri yo'naltirilishi kerak.

Nima uchun inson yolg'on guvohlik berishdan tiyilishi kerak? Chunki yolg'on ikkiyuzlamachilik va yolg'onni rivojlantiradi.

Xiyonat Xudo nazarida eng katta gunohlardan biridir. Shaxsiy manfaat yoki qasos olish istagi tufayli kimnidir yolg'on ayblash yolg'on guvohlik berishning bir turidir. Agar hamma bu odatga amal qilsa, odamlar orasida betartiblik va anarxiya hukm surar edi.

Boshqa odamga qarshi yolg'on guvohlikni tinglash - bu yolg'on guvohni qo'llab-quvvatlash va uning sharmandali xatti-harakatlarida ishtirok etishdir va bu tinglash va qo'llab-quvvatlash muqarrar ravishda qalbning xotirjamligini buzadigan va hayotning osoyishtaligini buzadigan ichki hissiy mojaroga aylanadi.

Vaqtinchalik oqlansa ham, bu harakat oxir-oqibat kuchli teskari natija beradi va ongni bezovta qiladigan va vijdonni ezadigan ruhiy azob va qayg'uga sabab bo'ladi.

Hasadning zararli va dahshatli oqibatlari ham bor, chunki u hasadgo'y odamga shaxsiy azob-uqubatlarni keltirib chiqaradi, chunki inson chiqaradigan fikrlar va his-tuyg'ular unga qaytib keladi.

Sevgi va altruizmni bergan kishi evaziga mehr va altruistik munosabatni oladi, ochko'zlik, xudbinlik va hasad kabi fikrlarni tarqatgan kishi esa bu narsalarni o'ziga teng darajada yuklaydi.

Nega odam o'g'irlik qilmasligi kerak?

Agar hamma o'g'irlik, talonchilik va tovlamachilik bilan yashasa, dunyo qanday bo'lar edi? Bu holda eng jirkanch va dahshatli jinoyatlar sodir etilishi mumkin edi. Mulknii himoya qilish va o'g'irlangan narsalarni qaytarib olish uchun shiddatli kurashlar bo'lar edi.

O'g'irlik - bu ijtimoiy normalarga zid bo'lgan va boshqalarni huquqlaridan mahrum qiladigan harakat, shuning uchun u mavjudlik qonunlariga ziddir va jamiyatlarda jinoyatchilar bilan kurashish uchun tegishli imkoniyatlar va samarali usullar mavjud emas.

O'g'rilar qamoqqa olinganda, ularning eski odatlari yanada chuqurroq singib ketishi mumkin va ular boshqa jinoyatchilar bilan aloqada bo'lish paytida yangi yomon odatlarga ega bo'lishlari mumkin. Agar bu sodir bo'lsa, ular ozodlikka chiqqandan keyin qamoqqa kirishdan oldingiga qaraganda ancha yomon ahvolda bo'lishadi.

Yo Rabbimiz, biz yomonlikni eshitmasligimiz, yomonlikni ko'rmasligimiz, yomon gapirmasligimiz yoki yomon nafas olmasligimiz uchun bizga baraka berishingizni so'raymiz.

Biz na yovuzlikka teginamiz, na yomonlikni sezamiz, na yomonlik haqida o'ylamaymiz va na yomonlikni tush ko'ramiz

Biz har kuni foydalanadigan kuchlar:

Bizning hissiy idroklarimiz

- va bizning his-tuyg'ularimiz

- va bizning aql-zakovatimiz

Bularning barchasi Xudodan qarzga olingan va biz Usiz bir soniya ham yashay olmaymiz.

Biroq, biz Uning in'omlaridan foydalansak ham, U haqida kerakli darajada o'ylamaymiz va Unga munosib e'tibor bermaymiz.

Aksincha, biz moddiy dunyo bilan to'liq uyg'unlikda va u bilan to'liq bog'liqlikda shahvoniy zavqlar va dunyoviy ambitsiyalarni ta'qib qilamiz.

Bu bizning barcha azob-uqubatlarimiz va azob-uqubatlarimizning asosiy sababidir

Xudo bizni O'z suratida yaratdi va shuning uchun biz Uning borligini o'z ichimizda kashf etmagunimizcha va qalbimizda Uning nektarini tatib ko'rmagunimizcha, haqiqiy baxtning ta'mini bila olmaymiz.

Shuningdek, biz har kuni zarur bo'lgan narsalarni iroda bilan olish uchun zarur bo'lgan muborak kuchga ega bo'la olmaymiz.

Agar biz Xudo bu kuchning manbai ekanligini anglamasak, Unga tayanib, Unga murojaat qilishimiz kerak.

U bizga uzluksiz yog'dirayotgan barcha ne'matlar uchun minnatdor qalblar bilan

Agar shukr qilsangizlar, albatta, sizlarga (ne'matimni) ziyoda qilaman.

Qalblarimiz Eng Saxovatli Beruvchiga minnatdorchilik bilan to'lganda, ular Uning ulug'vor huzuri uchun muqaddas ibodatxonalarga aylanadi va

bu inson erishishi mumkin bo'lgan eng katta yutuqdir, chunki hayotning maqsadi insonning Yaratuvchisi bilan uyg'unlikda bo'lishi, Unga yaqinlashishi va Uni bilishidir.

{Avvalo Xudoning Shohligini va Uning adolatini izlanglar, shunda bularning barchasi sizga qo'shiladi}

Xudoni doimo yodda tutish va U haqida yaxshi fikrlash orqali biz Uning bizning sevimlimiz, biz Uning tanlanganlari ekanligimizni va Uning ne'matlaridan ulushimiz borligini anglaymiz.

Baxt, sevgi, yorug'lik va yaxshilik shohligi

Xudoning mo'l-ko'l ne'matlari haqida o'ylaganimizda, ularning eng kattasi - oliy maqsadlarga moslashish va ma'naviy baxtga erishishga olib boradigan to'g'ri yo'ldan borishda tanlov erkinligidan foydalanish imkoniyatidir, har bir kun yangilangan ichki quvonchga to'ladi va biz hayotimizga muborak oqim oqib kelayotganini his qilamiz, shuning uchun minnatdorchilik qalbimizni to'ldiradi va hayot ta'm va mazmunga ega bo'ladi.

Tafakkur orqali sirli tarzda ishlaydigan ilohiy qonunni ko'ra oladigan inson, barcha sevgi, maqto'v va minnatdorchilikka loyiq bo'lgan Zot oldida o'zini ulug'lashdan, shukr qilishdan va kamtar tutishdan hech qachon to'xtamaydi.

Keling, mavjudotdagi barcha yaxshiliklarning manbai bo'lgan Xudoni eslaylik va xotiramizni qalbimiz tubidan chiqadigan samimiy sevgi bilan uyg'unlashtiraylik.

Hayot oqib chiqadigan, sevgi nur sochadigan va barakalari tinimsiz yog'ib turadigan Xudoga

Keling, insoniyat uchun sham yoqqanlarni, dunyo tuprog'iga yaxshi urug'lar sepganlarni, ma'rifiy g'oyalarni tarqatganlarni, yaxshi ishlar va olijanob xulq-atvorni rag'batlantirganlarni mehr bilan eslaylik.

Keling, qalbimizni sevgiga ochaylik, ongimizni ma'rifiy ilhomlarga qabul qilaylik va Xudodan yordam va yo'l-yo'riq so'raylik.

Biz nima haqida o'ylaymiz va nima qilamiz

Qo'rquv qalbni zaharlaydi

Inson ongi energiya yoki hayotiy faoliyatning ulkan omboridir

Bu faoliyat mushaklarning harakatlarida, yurak, o'pka va diafragma faoliyatida, hujayra metabolizmida, qon kimyoviy reaksiyalarida va motor sezgi organlari (nervlar) faoliyatida doimiy ravishda qo'llaniladi.

Bundan tashqari, katta miqdordagi hayotiy energiya fikrlash, his-tuyg'ular va irodaga sarflanadi.

Qo'rquv hayotiy faoliyatni zaiflashtiradi va faol irodaning eng ashaddiy dushmanlaridan biridir.

Qo'rquv odatda nervlarga muntazam ravishda oqib keladigan hayot faoliyatini siqib chiqaradi va to'sqinlik qiladi, shuning uchun ular falaj bo'lib qolgandek ko'rinadi va tana sustlashadi va uning hayotiyliigi sezilarli darajada pasayadi (qo'rquv asab blokeridir!).

Qo'rquv qo'rquv sababini yo'q qilishga yordam bermaydi. U irodani susaytiradi va miyani tananing organlariga to'siq signalini yuborishga undaydi. Qo'rquv yurakni zaharlaydi, ovqat hazm qilishni buzadi va ko'plab jismoniy kasalliklarga sabab bo'ladi.

Agar xabardorlik Xudoga qaratilgan bo'lsa, siz hech narsadan qo'rqmaysiz va har qanday to'siq va to'siqlarni yengib o'tishingiz mumkin.

Jasorat va ishonch bilan "Istak" - bu energiyasiz istak, "niyat" esa biror narsa qilishga qat'iy qaror qilishdir: istak yoki istakni amalga oshirish. Ammo "iroda"ni quyidagicha ifodalash mumkin: "Men

xohlagan narsamga erishgunimcha tinimsiz mehnat qilaman".

Irodangizni mashq qilganingizda, biror narsaga erishish uchun zarur bo'lgan narsani qilmasdan uni xohlash o'rniga, hayotiy faoliyat kuchlarini bo'shatib, yo'naltirishingiz mumkin.

Biz umidimizni yo'qotmasligimiz kerak, balki Xudo bizga sharoitimizni yaxshilash, g'oyalarimizni yuksaltirish va hayotda o'zimiz va boshqalar uchun yangi va foydali narsalarni yaratish uchun imkoniyatlardan birini berishini anglashimiz kerak.

Agar biz turmush tarzimizdan mamnun bo'lmasak, bizga ma'lum darajada qoniqish va psixologik qulaylik beradigan yangi usul va usullarni o'rganishimiz kerak.

Biz sharoitimizni yaxshilaydigan va hayotimizni mazmunli va foydali qiladigan biror narsa qilish haqida o'ylashimiz va keyin buni amalda qo'llashimiz kerak.

Shoshilinch ravishda ongni o'zgartirish yoki uning yo'nalishini o'zgartirish kerak.

Muammolarning bizga ta'sir qilishiga va muvozanatimizni buzishiga yo'l qo'ymaslikka, shuningdek, tashvishli narsalar hayotimizni buzishiga, his-tuyg'ularimizni band qilishiga va muhitimizni buzishiga yo'l qo'ymaslikka qat'iy qaror qilishimiz kerak.

Va biz zararli odatlar va zararli xususiyatlarning qurboni bo'lmasligimizni va osmondagi qushlar kabi erkin va cheklanmagan bo'lishimizni

Odamlarning turg'un va o'zgarmas qolishiga hojat yo'q. Ruhning mohiyatidan illyuziya pardalari olib tashlanishi kerak, toki u o'zining pokligi va kuchi bilan porlasin, Xudo insoniyatga ato etgan oliyjanob ulug'vorlikni ochib bersin.

**Xudo yaxshi harakatlarga, qonuniy ambitsiyalarga
va muvaffaqiyatga erishishga bo'lgan qat'iyatga
baraka beradi**

**Hayotimiz ortida Oliy Ruhning kuchi, irodamiz
ortida esa Ilohiy Irodaning kosmik okeani yashiringan.**

**Biz cheksiz okeanning ajralmas qismimiz. Unga
yetib borib, unda suzganimizda, ongimiz kengayadi va
biz o'zimizning kengligimizni his qilamiz.**

**Bu haqda o'ylash bizni unga yaqinlashtiradi va
o'ylash bizni unga olib boradi**

**Unga moslashishga qaratilgan doimiy sa'y-
harakatlar bizga bilim, qat'iyat va kuch bag'ishlaydi.**

**Ongni har kuni tayyorlash ilohiy sevgi va samoviy
ne'matlarni olib keladi**

**U bizga uzluksiz oqadi va bizga okean
xazinalaridan saxovatli ulush beradi.**

**Har bir inson ichida o'zini ifoda etish imkoniyatini
kutayotgan ilohiy ong yashiringan.**

**Va egoning tor va cheklovchi yerto'lasidan chiqish
uchun**

**Inson bezovta qiluvchi dahshatli tushdan
uyg'onib, ko'rgan narsasi faqat tush ekanligini
anglagani kabi, ilohiy ong ham odamni uyqu va
chalkashlik dahshatli tushidan uyg'onishga, hayotning
mazmuni va maqsadini yangi ong va sog'lom
tushunishga undaydi.**

**Agar biz ruhiy uyg'onish tongini boshdan
kechirishni va anqlik nurlariga guvoh bo'lishni
istasak, ichki ovozimizni tinglashimiz kerak.**

**Biz uning ilhomiga javob beramiz. Biz ruhning
rivojlanishiga va harakatiga to'sqinlik qiladigan
illyuziya toshlarini va johillik toshlarini yo'ldan olib
tashlashimiz kerak.**

**Va keling, sog'inch qo'li bilan befarqlik uyqusidan
uyg'onish eshigini taqillataylik, toki baxt**

shabadasidan nafas olaylik va har bir fikrimizga va har bir tuyg'umizga samoviy elektr energiyasini olib kelaylik.

Va bizning har bir ishimiz

Biz Qodir Allohdan ongimizda xabardorlik derazalarini ochishini, bizni donolik nuri bilan to'ldirishini, bizni Uning sevgisi bilan o'rab olishini va bizni abadiy rahm-shafqati bilan o'rab olishini so'raymiz.

Mening oldimga kelganlar orasida, rostini aytsam, boshidanoq niyatlari noto'g'ri ekanligini aytgan va ulardan bu niyatlarini o'zgartirishni so'ragan odamlar ham bor edi.

Ulardan bir nechtasiga mening gaplarim yoqmadi, ammo boshqalari bunga javob berishdi va yaxshi tomonga o'zgardilar.

Ikkiyuzlamachilik yaxshi natijaga olib kelmaydi va hatto eng dono odam ham ko'zlari oshkor qilgan narsani yashira olmaydi.

Insonning butun tarixi uning ko'zlarida yozilgan Agar siz kimningdir asl tabiatini bilmoqchi bo'lsangiz, Xudodan o'sha odamning asl tabiatini sizga ochib berishini so'rang.

Aldanishni istamasligingiz uchun, qalbingizning tubida uning asl mohiyatini his qilasiz va sezgiingiz noto'g'ri bo'lmaydi.

Hamrohimiz bilan gaplashganda, biz uning ko'zlariga to'g'ridan-to'g'ri qarashimiz va ishonch, aniqlik va rostgo'ylik bilan gapirishimiz kerak.

Kimdir bilan qo'l berib ko'rishganimizda, ularga sevgimiz va samimiyligimizning jozibasini yetkazishimiz va qo'limizdan kelganicha yordam berishga harakat qilishimiz kerak.

Bilim izlovchi ijobiy bo'lishi va o'zining ma'naviy magnetizmini rivojlantirish ustida ishlashi kerak;

shunda Xudo unga boshqalarga yordam berish va ularga muborak tebranishlarni etkazish kuchini beradi.

Men eng uzoq sayyoralar va yulduzlardan tashqariga sayohat qilishim mumkin, lekin men doim sizniki bo'laman. Sizning izdoshlaringiz kelib-ketishi mumkin, lekin men sizga hamroh bo'laman va abadiy sizniki bo'laman. Men son-sanoqsiz mujassamlanishlar to'liqlari tomonidan chayqalib, yolg'iz va yolg'iz his qilishim mumkin, ammo men doim sizniki bo'laman.

Dunyo, o'yinlaringiz bilan band, sizni unutishi mumkin, lekin men sizni doim eslayman Ovozim pasayib ketishi va muvaffaqiyatsizlikka uchrashim mumkin

Lekin qalbimning so'zlari bilan pichirlayman: "Men doim sizniki bo'laman".

Sinovlar, kasalliklar va o'lim meni parchalab, tanamni kuydirib yuborishi mumkin, ammo xotiramda umid uchquni qolgan ekan.

Mening o'layotgan ko'zlarimga qarang, chunki ular orqali men sizga aytaman: "Men sizni abadiy sevaman va har doim sizga sodiq qolaman!"

Sizga rostini aytsam, men barcha savollarimga javobni odamlardan emas, balki barcha saxovat manbai bo'lgan Xudodan oldim.

Va koinotdagi barcha bilimlarning manbai

U mening hayotdagi yagona ilhomim va men gapirganimda, undan so'zlarimni o'z kuchi, haqiqati, sevgisi va nuri bilan to'ldirishini so'rayman. Men quvonch to'liqlarini his qilyapman, chunki uning eng buyuk sevgisi issiq kunlarda mayin shabada kabi qalbgaga yog'iladi va uning yog'ishi kunu tun, haftadan haftaga, yildan-yilga kuchli davom etadi, shuning uchun siz oxiri qayerda ekanligini bilmaysiz.

Insonlar insoniy manbalardan sevgi va boylikka muhtoj deb o'ylashadi, lekin har bir sevgi va har bir boylik ortida

O'zgarmas ilohiy sevgi va dunyoviy boyliklar bilan o'lchanmaydigan ma'naviy boylik. Xudo barcha sevgi, saodat va inoyat manbai ekanligini anglagan har bir kishi uni topadi va undan nihoyatda baxtli bo'ladi.

Ustoz Paramhansa Yoganandaning ko'proq ta'limotlari va mulohazalari

Samimiylik ma'naviy yo'lning poydevoridir
Aksincha, bu ruhning Yaratuvchisi bilan aloqasi
.asoslangan ustundir

Bu Xudoga to'liq ishonch bilan murojaat qilishni
anglatadi

Biz u bilan ochiq va samimiy suhbatlashamiz
Eng sodda tilda aytganda, qalb tili
Biz undan yordam so'raymiz
Toki biz Unga intilib, Unga tavakkal qilaylik
Qalblarimizni tinchlantirish uchun
Va bu bizni qayg'u va g'azabdan xalos qiladi
Va yo'limizga to'sqinlik qiladigan har qanday narsadan
U bizni ma'naviy maqsadimizdan qaytarishga harakat
qiladi

Oxir-oqibat
Barcha sinov va tajribalarimiz uchun bitta maqsad bor
Bu bizni qo'limizdan kelganicha harakat qilishga undaydi
Biz ishlarni Xudoga topshiramiz

Va bu tushunchaga ega bo'lgan kishi naqadar baxtlidir
Busiz biz mojaro va nizolarda yashayapmiz
Sababini bilmasdan
Lekin ma'naviy yo'lda

Biz duch keladigan qiyinchiliklarni bilamiz
Uning maqsadi bizni Xudo oldida kamtar qilishdir
Biz fikrlarimiz va his-tuyg'ularimizni bo'shatamiz
Soxta mag'rurlik va xayoliy ulug'vorlikdan

Xudo bizni O'zining nuri, donoligi va sevgisi bilan
to'ldirishi uchun
Xudoga o'zini topshirishda
Shirin aloqa unda yotadi
Keling, shuni yodda tutaylikki, "men" hissi ustunlik qilar
ekan

O'zini Xudodan uzoqlashtirishga moyillik bor
Bizda yetarli kuch va donolik borligiga ishonish
Shunday qilib, biz tayanchsiz o'z oyoqlarimizda tura
olamiz

Biz muammolarimizni o'zimiz hal qilamiz
Agar biz ilohiy irodaga bo'ysunsak, bundan qo'rqamiz
Xudo bizga yuborgan narsadan mamnun bo'lmasligimiz
Bu Xudoga bo'lgan ishonchning yo'qligidan dalolat
beradi

Lekin ertami-kechmi
Biz Xudoga murojaat qilishimiz kerak bo'ladi
Har bir inson bu haqiqatni hayotida kashf etadi
Agar u buni allaqachon kashf etmagan bo'lsa
Bu tushkunlikka soluvchi yoki salbiy fikr emas
Borliqdagi eng shirin zavq bu
Biz uning huzurida ekanligimiz hissi
Hayotning kutilmagan hodisalaridan va vaqt
zarbalaridan xavfsiz va himoyalangan
Bu kamtarlikning tabiati va kamtarinning xususiyatidir
Va unda haqiqiy ma'naviy kuch yotadi
Va samimiylikning buyukligi
Va sevgining chuqurligi
Va qanoat va itoatkorlikning go'zalligi
Meniki emas, ey Rabbim, lekin Sening irodang bajo}
{bo'lsin

(Biz Xudoga ishonamiz)
Ma'naviy tabiatimizga teginish uchun
Biz hayotimizda yuqori ongni namoyon etishga
intilishimiz kerak

Qiyinchiliklar yuzaga kelganda, o'zimizga eslatib
turishimiz kerak
Biz zaif emasligimizni va bu bilan kurashish uchun
tegishli vositalarga ega ekanligimizni
Biz mas'uliyat va muammolarning tinchligimizni
buzishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak
Bu bizning tinchligimizni olib ketadi
Biz bu dunyoga o'zimizni rivojlantirish uchun keldik
Ma'naviy salohiyatimizni o'rganish
Xayolning qorong'u dengizlariga sho'ng'maslik uchun
Bu son-sanoqsiz xavflarni o'z ichiga oladi
Agar biz o'z ma'naviyatimizni bilishni istasak
Biz Xudoga va o'zimizga nisbatan halol bo'lishimiz kerak
Va odamlar bilan muomala qilishda samimiymiz
Va bu bizning hayotimizdagi eng kuchli istak bo'lsin
Bu bizning ilohiy manbamizni tan olish haqida
Biz Undan paydo bo'lganmiz va Unga qaytishimiz kerak
Begonalashuv dunyosida qancha vaqt yo'qligimizdan
qat'iy nazar
Atmosfera g'amgin va xira ko'rinsa ham
Biz iymonimizni saqlashimiz kerak
Quyosh yana chiqishini
Va hayotdagi yaxshilik yomonlikdan ustun turadi
Sevgi nafratdan kuchliroq
Va to'g'ri yo'lda bo'lganlar
Ular masofa qanchalik uzoq ko'rinmasin va manzil
qanchalik uzoq bo'lishidan qat'i nazar, yetib kelishadi
Va agar tashvishlar ko'payib ketsa
Buni Xudoni sevish va U bilan muloqot qilish orqali yo'q
.qilish kerak
Chin dildan ibodat orqali
Va undan qat'iyatimizni mustahkamlashini so'rash
Bu bizga hayot yo'lini to'g'rilashga yordam beradi
Ibodat dalda beruvchi chaqmoqlar bilan ijobat bo'ladi
Bulutlar tozalanadi va ufq yana tiniq ko'rinadi

Hayot bosimlari bilan kurashish
Xudoni chuqur tadqiq qilishning afzalliklaridan biri
Bu dam olish qobiliyatidir
Kuchlanish kamaygan joyda xavotir kamayadi va
xavotirlar yo'qoladi
Hayotdan zavqlanish qobiliyatini yo'qotganimizda
Sog'lom dam olish tadbirlarida ishtirok etish
Biz kerak bo'lgandan ko'ra jiddiyroq va asabiyroqmiz
Ruh, o'zining sof mohiyatida, taranglik yoki asabiylikni
.his qilmaydi
holatlarni boshdan kechiradigan narsa " ego " dir
Biz narsalarni juda jiddiy qabul qilmasligimiz kerak
Shunday qilib, "ego" ning intensivligi pasayadi va uning
ta'siri bo'shashadi
Odamlar ko'pincha o'zlari his qilayotgan bosim haqida
gapirishadi
Va ular ko'plab talablar og'irligi ostida boshdan
kechiradigan psixologik stress
Lekin biz o'zimizni o'ljaga aylantirishga yo'l
qo'ymasligimiz kerak
Har qanday qiyinchilik turi uchun
Xudo bizga kuch berganini doimo yodda tutaylik
Biz duch keladigan barcha qiyinchiliklarni engish uchun
yetarli
Ruhning charchagan va charchagan his qilishi mumkin
emas
Tana charchagandek tuyulishi mumkin
Lekin jismoniy zaiflikni o'zimizga bog'laganimizda
Biz o'zimizning kichik doiramiz ichida qolamiz
To'siqlarga duch kelganimizda
Biz ilohiy yordam so'rashimiz kerak
Xudoning yordami bilan uni yengib o'tishga qodir
ekanligimizga o'zimizni ishontirish

Va bu bizning uqlab yotgan kuchlarimizni uyg'otish
uchun katalizator bo'lib xizmat qiladi, ular uyg'onganida
quyidagilarga qodir bo'ladi
Har xil qiyinchiliklar va muammolar bilan kurashish
orqali

Va bizning asl tabiatimiz ruhdur
Uning mohiyati tinchlik, xotirjamlik, xotirjamlik va
xotirjamlikdur

Va bu muborak elementlar bizning ichimizda
Bu bizning ma'naviy borlig'imizning ajralmas qismidir
Inson ruhdur va uning ruhini mag'lub etib bo'lmaydi
Chunki u nomoddiy xususiyatga ega
Biz bu xabardorlikka ega bo'lganimizda
Biz o'sha kuchlarning ichimizda faol ekanligini his
qilamiz
Biz oldinga siljib, taraqqiyotga erishayotganimizni his
qilyapmiz

Xudoga va o'zimizga bo'lgan ishonchimiz kuchayadi
Qiyinchiliklarning intensivligi pasayadi
Shunday qilib, biz u bilan shug'ullanishimiz mumkin
Ishonch, qulaylik va muvozanatga asoslangan
konstruktiv yondashuv
Hayotimiz osmonida paydo bo'ladigan har bir tajriba
bilan

Bizning bu yer yuzidagi sayohatimiz davomida
Biz ufqimizni va xabardorligimizni qanday kengaytirishni
bilishimiz kerak

Va bizni o'rab turgan yoki boshdan kechirayotgan
?vaziyatlarni qanday qilib yaxshiroq tushunishimiz mumkin
Shunda biz yanada yaxshiroq uyg'unlikda yashay olamiz
Va odamlar va hayot bilan yanada muammosiz va
xavfsizroq munosabatda bo'lish
Dunyo tsivilizatsiyalariga chuqurroq nazar tashlasak
Biz qadimgi tsivilizatsiyalarning yashirin sirlarini
o'rganamiz

;Chigal chiziqlar bilan katta tasvir paydo bo'ladi
Fasllar turlicha, tafsilotlari puxta
Biz inson bir vaqtning o'zida ham individual, ham
ijtimoiy tabiatga ega ekanligini aniqladik
Har bir inson ham shaxsiy, ham ijtimoiy hayotga intiladi
Uning individualistik moyilligi va guruhlar va klanlarga
.mansub bo'lish istagi bor
Qadimgi davrlarda ham
.Ilk odamlarning ... ekanligiga dalillar mavjud
U guruhlar ichida birdamlik g'oyasiga ega edi
Kundalik hayotda biz boshqalar bilan haddan tashqari
muloqot qilishni topamiz
Bu katta baxt keltirmaydi
Haddan tashqari izolyatsiya baxt keltirmaydi
Xudo bizdan me'yorida bo'lishimizni xohlaydi
Va shaxsiy hayotimiz va ijtimoiy hayotimiz o'rtasida
muvozanatni yaratish uchun
Insonlardagi individual va jamoaviy tamoyillar yuqori
manbadan kelib chiqadi
Xudo yagona, abadiy boshpanadir
Yulduzlar, koinot va inson tafakkuridan tashqari
Tuyg'ular va orzulardan tashqari
U barcha hissiy idroklardan ustun turadi
U yagona, noyob, o'zida mavjudotdir
O'zining mohiyati va xususiyatlarida mukammal
Quyosh porlamaydigan joyda
Oy chiqmaydi
Olov porlamaydi
Aksincha, bu Uning mislsiz ilohiy nuridir
U yerda, zulmat ortida, qorong'u emas
Va jimjitlik
Va yaratilgandan boshqa hech narsa yo'q
Abadiy mohiyat bor
Borliqning kelib chiqishi qaysi
Va barcha kuchlar va mavjudotlarning manbai

Ko'rinadigan ham, ko'rinmaydigan ham
Xudo bu koinotni shunday yaratdi
U qat'iy va o'zgarmas qonunga muvofiq ishlaydi
Agar biz universal qonunlarning birortasini buzsak,
o'zimizni jazolaymiz
Baland binoning tomidan sakragan har bir kishining
suyaklari sinadi
Shuning uchun biz tortishish qonunini e'tiborsiz
qoldirolmaymiz
Oqibatlarni boshdan kechirmasdan
Bu dunyoda
Insonlar erkin harakat qilishlari mumkin
Lekin faqat cheklangan doirada
Va agar u ilohiy qonunlarni buzsak
U o'zini jazolaydi yoki o'zini yo'q qiladi
Xudo o'zgarmas qonunlarni o'rnatdi
U bu bizning foydamizga ishlashini xohladi
Chunki busiz biz bu hayotda o'z yo'limizni topa
olmaymiz
Xudo bizga tanlash erkinligini ham berdi va ichimizga
vijdonni joylashtirdi
Yaxshilik va yomonlikni, foydali va zararlarni farqlash
Odamlar yomonlik yo'lini tanlaganlarida
Ular Xudoning umumiy qonunlarini buzadilar
Ular kosmik kuchlarni harakatga keltirmoqdalar
Muqarrar oqibatlar
Ushbu qonunlarning buzilishi tufayli
Shunday qilib, ular o'zlarini jazolaydilar
Albatta, Alloh odamlarga zulm qilmaydi, lekin odamlar}
{o'zlariga zulm qiladilar
Lekin uning qonunlariga rioya qilganlar
Va ular uning takliflariga amal qilishadi
Ular tinchlikda yashaydilar
Va ular orqali aql-idrok ko'zi ochiladi
Ular ishonchli, aniq qadamlar bilan yurishadi

Ular o'zlarini xavfsiz yurgandek his qilishadi
Hayot yo'llarida
Fikr hayotingizda ulkan kuchdir
Agar siz bu kuchni qanday rivojlantirishni bilsangiz edi
Va uni to'g'ri foydalaning
Zaiflik fikrlash tarzingizga singib ketishiga yo'l qo'ymang
Salbiy fikrlarga ega odamlar bilan muloqotda ehtiyot
bo'ling
Va pessimistik nuqtai nazar, ularning zaif g'oyalari
sizning ongingizga singib ketmasligi uchun
Agar ongingiz ma'lum bir kuch darajasiga yetmagan
bo'lsa
Shunday qilib, boshqalarning g'oyalari uni zaiflashtira
olmaydi
Aksincha
U boshqalarning g'oyalarini mustahkamlashga qodir
Va o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish uchun
Muvaffaqiyatsiz bo'lganlar muvaffaqiyat qozonganlar
bilan muloqot qilishlari kerak
Zaiflar o'zlaridan kuchliroqlar bilan muloqot qilishlari
kerak
O'zini tuta olmaydiganlarga kelsak
Ularga yaxshi fe'l-atvorli va o'zini tuta biladigan odamlar
hamroh bo'lishi kerak
Ochko'z odam ovqatlanishi kerak
Ishtahasini yaxshiroq nazorat qila oladigan odam bilan
:Shunda u shunday deyishi mumkin bo'ladi
"Men ham ishtahamni nazorat qila olaman"
Qaror qabul qilganingizda va unga sodiq qolishga
o'zingizga va'da berganingizda
Agar qaroringizga zid keladigan biror narsa yuz bersa,
qat'iyatingiz susayishiga yo'l qo'ymang
O'zingizga ishonch hosil qilishda davom eting va kerakli
barcha kuchli tomonlarga ega ekanligingizga ishonib

Qanchalik imkonsiz tuyulmasin, orzu qilgan narsangizga
erishish uchun
Agar siz tashqi ko'rinishda "Men unga tayyorman"
desangiz
Va o'zingizga: "Men qila olmayman" dedingiz
Shunday qilib, siz fikrlash kuchini kamaytirasiz
Bu iroda kuchini zaiflashtiradi
Sizga o'zingiznikidan kuchliroq iroda kerak bo'ladi
Unga kuch bag'ishlash va uni qat'iyat va qat'iyat bilan
ilhomlantirish uchun
:Mening maslahatim
Iroda kuchini rivojlantiring
Ijobiy fikrlang
Siz jismoniy, aqliy va ma'naviy kuchlaringizni topasiz
Hayotingizning har bir jabhasini loyihalash va
shakllantirish uchun birgalikda ishlash
Siz xohlagan tarzda
Chumoli o'z tanasini his qiladi
Uning o'tkir ko'zlari atrofidagi cheklangan maydonni
ko'radi
Inson o'z tanasini, atrof-muhitini va oilasini biladi
Va unga tanish bo'lgan boshqa ba'zi narsalar
Umumjahon insoniyatga kelsak
U o'z tanasi inson oilasining bir qismi ekanligini anglaydi
Uning fikri koinotni jismoniy va aqliy o'lchamlari bilan
qamrab oladi
U barcha mavjudot uning ongida ekanligini anglaydi
Agar inson o'z ongini ma'naviy ekstazga aylantira olsa
Koinot uning xayolidan yo'qoladi
Chunki koinotga haqiqat ko'rinishini beradigan narsa
.insonning fikrlari
Fikrlash bo'lmaganda, koinot haqiqatga ega bo'lmas edi
Insonlar hushyor turishga va hayot muammolari bilan
.band bo'lishga odatlanib qolishgan
Yoki u uyquga berilishi va dunyoni unutishi mumkin

Ammo insoniyat hali faollashtirmagan ulkan salohiyatga

ega

Va agar siz ruhiy ekstaz haqida bilsangiz
Tana ongidan va ixtiyoriy uyqu ongidan qanday qutulish

mumkin

U oliy, muborak ongda uyg'onadi
Biror kishi hushyor turishga qodir bo'lganda
Yoki ixtiyoriy ravishda darhol uyqudan
U ongning yuqori darajasiga erisha oladi
Uning zavqlanishida chek yo'q
U ongli, ixtiyoriy uyqu baxtini boshdan kechiradi
Istalgan vaqtda, istalgan joyda
Boqiylik kapalagi aytdi
Mening buyuk o'zim
Har bir qalbda yashaydi
Barcha mamlakatlarda
va mening kuchli irodam
U har bir burchakda pulsatsiyalanadi
Va u uxlayotganlarni uyg'otadi
Cheksiz efir takliflari bilan
Mening o'zimga kelsak
Vaqtinchalik tanada qamoqqa olingan
Kapalak hali ham yer pillasida
tuproq yopishtiruvchi
Eshiklar qulflangan
Minglab temir arqonlar bilan bog'langan
Ey mening asirga olingan jonim
Ey quyosh nurida cho'milayotgan sen
Va siz hayot iksirida nafas olasiz
Va siz toza suv ichasiz
Siz mavjud bo'lgan barcha yaxshi narsalarga ega
?bo'lishni orzu qilasizmi
Va sizning o'lchamingiz kichik
!?Va yuragingiz zaifmi
!Uyqudan uyg'oning

Kengaytirish
Cho'zing
O'zingizni yangilang
Yuqori o'zingiz bilan birlashing
Va siz bo'lasiz
Abadiy kapalak
Cheklovlar va cheklovlarga chidamli
O'zini anglash
Moslashtirilgan tarjima: Mahmud Abbos Ma'sud
Eshitish va vizual ravshanlik
Ko'radigan ko'z emas
Aksincha, narsalarni shakllantiradigan narsa aql va
energiyadir
Inson eshituvchi quloq va ko'ruvchi ko'zni rivojlantirishi
mumkin
Aslida, dunyo odam ko'rganidan butunlay farq qiladi
U eshitadigan tovushlar diapazonga kiradigan
tovushlardir
U aniqlay oladigan tebranishlar
Xayolparastlik intuitiv eshitish deb ham ataladi
Yoki tushuncha orqali eshitish
.Chunki oddiy quloq eshita olmaydi
Eshitilmaydigan tovushlar
Ko'rish va eshitish qobiliyatlari qalbda mavjud
Barcha hislardagi yashirin kuchlarni uyg'otish mumkin
Aqlni mashq qilish va uning kognitiv qobiliyatlarini
rivojlantirish orqali
Ko'zlarimizdagi kuch rentgen nurlariga o'xshaydi
Biroq, biz rentgen nurlari kiradigan narsalarni ko'ra
olmaymiz
Chunki biz hali bu darajadagi tebranishlar bilan
.uyg'unlikni rivojlantirmaganmiz
Bizning yuqori sezgilarimiz aqliy kuchlarimizning
cheklanganligi tufayli zaiflashadi

Hayot kuchi ma'lum elementlar bilan moslashganda,
xayolparastlik paydo bo'ladi
Shaffof tebranishlar Xuddi rentgen nurlari devorlarga
kirib borganidek
Inson ko'zi ham xuddi shunday qobiliyatga ega va bu
turdagi ko'rish qobiliyatiga ega
Bu "vizual ravshanlik" deb ataladi
Vizual ravshanlik kuchini sinab ko'rish mumkin
Ko'zning ko'rish qobiliyati ikki baravar ko'payganda
Yoki hamma narsaga singib ketgan hayot kuchining
tebranish darajasini oshiring
Haqiqiy bashorat ma'naviy taraqqiyotga zarar
yetkazmaydi
Aksincha, bu ongni o'tkazishga yoki o'zgartirishga
yordam beradi
Jismoniy darajadan ruhiy darajagacha
Lekin ong osti ongidan paydo bo'ladigan tasvirlar
Bu illyuziya va tasavvurdan kelib chiqadi va undan
.qochish kerak
Izlovchi ruhiy uyg'onish holatiga erishish uchun tushlar
sinovlaridan o'tishi kerak
U yuqori darajadagi bilan chambarchas bog'liqligini to'liq
anglagan joyda
U hozir va uning ongi, qalbi va tanasiga singib ketgan
tetiklantiruvchi quvonchni his qiladi
Butun masala boshqa tebranish tartibidagi intensiv
faoliyatdir
Xudoning Shohligi inson ichida
Lekin u buni konstruktiv ish va to'g'ri mulohaza orqali
namoyish qilishi kerak
Biz hech narsaning bizning taraqqiyotimizga xalaqit
berishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak
Men" ongni poklash, axloqni yaxshilash va chuqur"
.mulohaza yuritish orqali namoyon bo'lishi kerak
Xudo har doim qalbning chaqiriqlarini tinglaydi

Lekin uning javobi shunchalik nozik va shaffofki, ba'zan
.uni farqlash qiyin

?Qidiruvni kim davom ettiradi

U o'zining ma'naviy g'ayratini saqlab qoladi

Xudo topiladi

Uning ulushi mo'l bo'ladi

Uning bu dunyoda ham, oxiratda ham baxti katta

Iltimos, Suida Yoga veb-saytiga va Master Paramhansa

.Yoganandanani Facebook sahifasiga tashrif buyuring

/ <http://wwwswaidayogacom>

<https://wwwfacebook.com/masteryogananda?ref=hl>

Sizning yurtigizdagi sayyoh

Siz quvonch va zavq manbaisiz

Sen sevgining mohiyati va abadiyat dalalarida sochilgan

donolik durdonalarisan

Siz barcha illyuziyalardan ozodlik va ozodliksiz

Siz bo'linishga bo'ysunmaydigan mutlaq birliksiz

Siz universal ongsiz

Siz boshi va oxirisiz

Va asosiy maqsad, undan keyin boshqa maqsad yo'q

Men sizning yurtigizda sayyohman va yo'llaringizdagi

sayohatchiman

Qo'limdan ushla va qadamlarimni senga olib boradigan

.eng yaqin yo'llarga yo'naltir

Siz bilan tanishganimdan xursandman

Mazali mevalarga to'la muborak bog'laringiz, menga

qo'ng'iroq qiling

Uni ziyorat qilish va uning mo'l-ko'l mevalaridan

bahramand bo'lish

Bilim mevalari naqadar shirin va uning sirli nektari

!naqadar yoqimli

Qaniydi men doim qalbning to'yimli, tetiklantiruvchi

mevasini istasam edi

Va men muqaddas sevgi daryolaridan toshib chiqadigan
tinchlik suvlaridan ichaman
Menga qalb pokligi va qalb xotirjamligini bering
Mening borlig'imni nurli suvlaringiz bilan yuving, uni
barcha iflosliklar va kirlardan tozalang
Men sizning borligingizni his qilishni va go'zal yuzingizni
ko'rishni juda xohlayman
Men har doim uning nafis go'zalligini tasavvur
.qilganman va qalbim uni ko'rishni orzu qilgan
Saxovatli qo'lingiz va mo'l-ko'l ne'matlaringiz uchun
borlig'imni minnatdorchilik va minnatdorchilik bilan to'ldiring
Miltillovchi yulduz va uruvchi yurak bor ekan, yuragim
sizga bo'lgan muhabbat bilan ursin
Fikrlaringa baraka ber, toki ular avtomatik ravishda
Senga murojaat qilsin, toki ular seni va sening go'zalligingni
.ko'rish go'zalligidan baraka topsinlar
Menga efir kengligida to'lqinli ohanglaringizni yozib olish
qobiliyatini bergin
Men uning farishtalar eshitishni orzu qilgan samoviy
ohanglaridan mastman
Oh, qanday qilib sening muborak ruhingni borligimning
har bir atomida his qila olsam edi
Va hislarimni borliq noni bo'lgan ilohiy rizqing bilan
.oziqlantir
Unda hayot iksiri va abadiyat bahori bor
Oh, sening huzuringning yoqimli shabadalaridan nafas
,olsam edi
Sog'inch va ehtiros vohalarida
Va men sizning sevgingizning nurlari yorqin
porlayotganini ko'rdim
Seni sog'inadigan qalbim osmonida
Nafas tinchlanganda, ruh xotirjamlik topadi
Xabardorlik darajasi oshmoqda
Bunga meditatsiya orqali erishish mumkin

Va tinchlantiruvchi ta'sirni saqlab qolishga harakat
qilmoqda

Fikr to'liqlari va ichki xotirjamlik hissi uchun
Xudo haqida mulohaza yuritish va yaxshi narsalarga
nekbinlik bilan qarash

Ular ruhni ilohiy ruhning kuchi bilan to'ldirish uchun
.yetarli

Ma'naviy kuchdan mahrum bo'lgan so'zlar
Bu donsiz somonga o'xshaydi
Shuning uchun, o'qiyotganimizda, ma'nolarning ruhini
mulohaza qilishimiz kerak

Va u nimani taklif qilayotganiga e'tibor qaratish
Ma'nolar ortidagi g'oyalar manbasiga erishish
Xudo ajoyib va foydali barcha narsalarning sof
manbaidir

U tinchlik taxtida hukmronlik qiladigan Tinchlik
.Parvardigoridir

U pok va sharaflı insonning harakatlarini boshqaradi

Va u o'zining haqiqiy istaklariga erishadi

Keling, ruhiy tinchlik eshigini ochaylik

Jimlik farishtalari muloyimlik bilan kirsın

Biznesimiz va faoliyatimiz tuzilmasiga

Keling, vazifalarimizni xotirjamlik bilan bajaraylik

Tinchlik va xotirjamlik ruhi bilan to'lgan

Va qalbimiz urishi ortida biz ilohiy tinchlikning pulsini his
qilamiz

Keling, tajribalar va testlar tushunchalarini chuqurroq
.o'rganib chiqaylik

Foydali kitoblarda o'qigan g'oyalarimiz orqalimi

Yoki biz hal qilishimiz kerak bo'lgan muammolar

Yoki falsafalar, fikrlar va e'tiqodlar

Yoki ma'naviy baxt

Keling, eng chuqur fikrlarimiz ma'badiga kiraylik

Va biz oqayotgan tinchlikdan bahramand bo'lamiz

Tinchlik buloqlaridan

Izoh: Inson nafas olish tezligi va ong holatidagi*
o'zgarishlar o'rtasidagi yaqin bog'liqlikni ko'rsatadigan
ko'plab misollar keltirish mumkin. Murakkab aqliy muloqotga
berilib ketgan yoki aniq va mashaqqatli jismoniy kuch
sarflashga urinayotgan odam avtomatik ravishda juda sekin
nafas oladi. Diqqatni jamlash sekin nafas olishga bog'liq, tez
yoki tartibsiz nafas olish esa qo'rquv, cheklanmagan jinsiy
istak va g'azab kabi zararli hissiy holatlarga hamroh bo'ladi.
Maymun daqiqasiga 32 marta nafas oladi, bu inson uchun
daqiqasiga atigi 18 marta. Fillar, toshbaqalar, ilonlar va uzoq
umr ko'rishi bilan mashhur bo'lgan boshqa hayvonlarning
nafas olish tezligi odamlarga qaraganda ancha sekinroq.
Masalan, uch yuz yil yashaydigan ulkan toshbaqa daqiqasiga
.atigi 4 marta nafas oladi

Kitobdan: Yogi hayotida Hindiston falsafasi
Muallif: Paramhansa Yogananda: Yogi avtobiografiyasi
Hech qanday moddiy yutuqqa erishishning iloji yo'qligi
sababli

Yoki biron bir sohada biron bir taraqqiyotga erishish
Ma'naviy erkinliksiz
Yoki Xudodan kelgan yo'l-yo'riq va donolik
Keling, birinchi va oxirgi va har doim ko'taraylik
Xudoga shukrona va minnatdorchilik oyatlari
Ishimizni mukammal qilish uchun
Va buni qo'limizdan kelganicha bajarish uchun
Va biz muvaffaqiyat quvonchini his qilishimiz uchun
Yangilangan kuch va g'ayrat bilan
Barcha minnatdorchiligim va minnatdorchiligim bilan
Barcha yaxshiliklarning manbaiga
Uning son-sanoqsiz ne'matlari evaziga
Bu bizni hayotimizning har bir kunida hayajonga soladi
Biz ko'pincha bu ne'matlarni o'zimizga tegishli deb
bilamiz
Garchi bu dunyoda millionlab odamlar bundan mahrum
bo'lsalar ham

Har safar biz Xudoning ne'matlari uchun shukr qilamiz
 ,Qancha ko'p yaxshilik va ne'matlarga ega bo'lsak
 Agar shukr qilsangizlar, albatta, sizlarga (ne'matimni)
 .ziyoda qilaman

{Bugungi kundalik rizqimizni bizga bering}

Hayotda hamma narsani o'z zimmasiga oladigan odamni
eslaylik

Biroq, nishonga tegmaydigan odam aynan u ekanligi .haqiqat

Chin dildan minnatdorchilik ichki xotirjamlikni olib keladi

Bu quvonch va xotirjamlik keltiradi

Biz Xudoning bizga yaqinligini his qilamiz

Uning bizga bo'lgan g'amxo'rliqi va bizga bo'lgan mehr-shafqati

Agar biz shunday yashasak

Va biz bu yo'lni tanladik

Biz ulug'vor holatga erishamiz

Yorqin, ijobiy fikrlashdan

Va Xudoga yaqinlik hissi

Bu ajoyib holat

Unda tinchlik, quvonch va tetiklik bor

Ruh o'sha ma'naviy alogani his qilganda

Unga quvonch oqimlari oqadi

Ilohiy huzurdan kelib chiqadi

Shunda Xudo bizning borlig'imizdagi eng ko'zga

ko'ringan haqiqatga aylanadi

Biz vaziyatlar va yangi o'zgarishlarga moslashishga

ko'proq qodir bo'lamiz

Bunday holda, sevgi haqiqatga aylanadi

Nafrat sof illyuziyadir

Chunki Xudo sevgidir

Hech qanday muhim mavjudlik yo'q

Bu mavjudotda faqat Undan boshqa

Orzular va illyuziyalar

Yer yuzidagi umidlar adyoli ostida men uzog vaqt yotdim

Men ulug'vor, hashamatli taxtda o'tirganimni tush
ko'rdim

Yuzim tabassum guldastasi bilan bezatilgan edi
Lekin kulgi va quvonchli onlar uzoq davom etmadi
.Buning o'rniga, ular qurib, birin-ketin tarqalib ketishdi
Keyin o'zimni yirtiq lattalarga o'ralgan holda ko'rdim
Va qashshoqlikning qattiq qoyalarida cho'zildi
Qattiq qiyinchilik va baxtsizlik changalida
Men achchiq-achchiq yig'ladim
Lekin ko'z yoshlarim oqdi
Va qarash yoki yupatishga hech kim yo'q
Dunyo mendan oldinda yurib, menga istehzo bilan sukut
bilan qaradi

!Yuragim faryod qildi, Sendan yordam so'radi, ey Xudo
Va mening tinimsiz iltijolarim sizning tubingizga
yetganda
Nihoyat u meni uyg'otdi
Va cheksiz quvonch bilan, men o'zimni sizning
huzuringizda xavfsiz va xotirjam topdim
Chalkash va chalkash dixotomiyalar changalidan uzoqda
Ey Rabbim, qani endi butun insoniyatni uyg'otsang edi
Boylik haqidagi tabassumli orzular va qashshoqlikning
!yig'i-sig'i dunyosidan
Ey tush ko'ruvchi, ularni o'limning dahshatli tushlaridan
.qutqargin
Va ular bilan abadiyat haqidagi xabardorlikni yangilang
Va ularga baraka bering, toki ular – abadiy tinchlik orqali
.- anglab yetsinlar

Dunyoviy aldashning dahshatlari
!Ular shunchaki orzu va xayoldan boshqa narsa emas
Eng oliy ilhomlar
Ey ilohiy Yaratguvchi
Ey Koinot Parvardigori
Ey sayyoralar, yulduzlar va galaktikalarni
boshqaradigan va harakatga keltiradigan Zot!

Sizning adolatli qoidangiz fuqarolaringizga iroda erkinligi va tanlov erkinligini berishni belgilaydi, bu ularga o'zlarini rivojlantirishga va muqaddas tamoyillaringiz va ideallaringizga yaqinlashishga yordam beradi.

Siz bizga abadiy erkinlik ato etdingiz va ichimizga umuminsoniy ong urug'larini ekdingiz. Ammo afsuski, biz umuminsoniy ongimizni xudbinlik, nafrat, tor fikrlash va ko'r-ko'rona fanatizm panjaralari ortiga kishanlab qo'ydik.

Rabbim, bizga iliq sevgimiz va birodarlik tushunchamiz bilan biz va boshqalar o'rtasidagi barcha sun'iy, muzdek to'siqlarni eritishga yordam ber.

O'zini tuta bilishda hushyor vijdon va sog'lom fikrlashdan foydalanishga va hayot yo'llarida to'g'ri yurishga yordam ber.

Va bizga milliy sevgimiz doirasini kengaytirib, rangi, sinfi, jinsi va e'tiqodidan qat'i nazar, yer yuzidagi barcha aholini qamrab olish orqali ma'naviy boyligimizni va hamdardligimizni ko'paytirishga baraka ber.

Ey Koinot Parvardigori, keling, ozod tug'ilgan barcha insonlarning mustaqilligini hurmat qilaylik va qadrlaylik.

Va bizni duo qiling, toki biz birlashgan dunyoni quraylik va sizni umrbod ruhiy yetakchimiz qilib saylaylik

Ruh tubidan

Ey Xudo, sog'inchlarimning cho'g'larini yoritib tursin

Sizning muqaddas huzuringiz doimo mavjud

Men orzularim uchun ma'bad qurdim

Mening har bir fikrimda

Iltilmos, menga tashrif buyurib ko'rasizmi?

**Va senga bo'lgan sevgim taxtiga o'tirdingmi?!
Fikrlarim sizning dono ko'rsatmalaringizga amal
qilsin**

**Hayotimdagi eng katta quvonch bo'lsin
Xudo haqida o'ylash va U haqida mulohaza
yuritish darvozasidan**

**Men Barqaror Tinchlik Ma'badiga kiraman
Bugun men tashvish va qo'rquvni ifodalash uchun
bir dasta tayoqchani yoqaman**

**Qalbidagi Xudoning ma'badini yoritish uchun
Men qalbimning yolg'izligida Xudoni izlayman
Va yuragim unga bo'lgan muhabbat bilan
urguncha chin dildan ibodat qilaman**

**Va men Uning ibodatlarimga javobini his
qilyapman**

**Oh, qani endi hayotimning uchquni Xudoning
quyoshi bilan aralashsa edi**

**Va u yaxshilikni sevadigan barcha ko'zlarda
chaqnaydi**

**Men urushlar bilan parchalanib ketgan dunyoni
sepaman**

**Tinchlik va sevgi fikrlari bilan
Men ilohiy ma'badga kiraman
Va men kosmik ongga tegaman
Tafakkur quvonchi va ilohiy sevgi orqali
Ilohiy himoya meni doimo va abadiy o'rab oladi
Va Xudoning nuri menga hamroh bo'ladi va
atrofimdagi zulmatni yo'q qiladi**

**Uning yo'lboshchi nurida yursam, qoqilmay
qolaman**

**Men to'g'ri yo'ldan adashmayman
Tirik his-tuyg'ular
Ey Borliq Ruhi va Koinotlarning Xo'jayini
Sen mening ko'z o'ngimdasan, men u orqali
sening go'zalligingni ko'raman**

**Va qulog'im orqasida, men yer yuzidagi
tovushlarning aralashmasini tinglayman**

**Sen mening teginishim ortidasan, men u bilan
sizning yer yuzidagi dunyongizdagi narsalarni his
qilaman**

**Va sizning go'zal yuzingizni yashiradigan tabiat
pardasidan tashqarida**

**Men seni gullarning taskin beruvchi nigohida
ko'ryapman**

**Va men sizni to'yimli taomning ta'mida tatib
ko'raman**

**Men sizning ilohiy mohiyatingizni va abadiy
shirinligingizni his qilaman**

**Mavjud bo'lgan barcha yaxshi narsalar va
mo''jizalarda**

**Ey Rabbim, Senga ibodat qilaman va Sen mening
titroq ovozimning orqasidasan**

Va men ibodat qiladigan ongim orqasida

**Sen mening eng chuqur his-tuyg'ularimdan
tashqaridasan**

**Muqaddas fikrlarim, intilishlarim va sizga bo'lgan
sog'inchimdan tashqari**

**Sen mening mulohazalarimdan va mehrli
sevgimdan tashqaridasan!**

**Oh, qani endi insoniy his-tuyg'ular pardalari
ortidan chiqsangiz edi**

Va hayratlanarli tabiiy manzaralar

**Ruhiy ko'zlarimni oching, toki men sizni xuddi
o'zingiz kabi ko'rayin!**

Xudosiz hayot to'liq emas

**Xudo bilan bog'langanimizda, intuitiv tushuncha
bizni ilhomlantiradi va qilayotgan har bir ishimizda
bizga yo'l-yo'riq ko'rsatadi**

Biz ichimizda bo'lgan muborak kuchga ongli ravishda egalik qilishimiz kerak; shunchaki uni ochib berishimiz kerak.

Siz bu kuch hamma narsada ishlayotganini va vaziyatingizni yaxshilash va ishlaringizni osonlashtirish uchun ishlayotganini ko'rasiz. Ushbu kuch bilan bog'lansangiz, farovonligingiz kosmik energiya bilan to'lib-toshadi va fikrlaringiz yanada nafis, diqqatli, o'tkir va chuqurroq bo'ladi. Siz qalblaringiz Xudoning tirik haqiqati va Uning cheksiz donoligi uchun idishlar ekanligini anglaysiz.

Xudo sog'liq, farovonlik, donolik va abadiy quvonch manbaidir. Biz U bilan bog'langanimizda, hayotimiz to'liq va mazmunli bo'ladi.

Xudosiz hayot to'liq emas. Bizga hayot, energiya va donolik beradigan oliy kuch haqida o'ylashimiz kerak.

Bu haqiqat ongimizga, bu kuch tanamizga va bu cheksiz quvonch qalbimizga oqib kirishi uchun ibodat qilishimiz kerak.

Yopiq ko'zlar zulmatining orqasida koinotning ajoyib kuchlari, barcha yaxshi qalblar va olijanob ruhlar yashiringan.

Va ruh sharlarining cheksiz kengligi

Agar mulohaza qilsangiz, mutlaq haqiqatni anglaysiz va uning ajoyib ishini hayotingizda va yaratilishdagi barcha ajoyib va ulug'vor narsalarda ko'rasiz.

Sog'inch yo'llarida

Xudo meni chaqirmoqda

Ochiq qalblar orqali

Va mehribon qalblar sevgi bilan urayapti

Va u imonga to'la

Shogird tomonidan qilingan har bir yaxshi ish

Uning xabardorligi bir qadam yaqinlashdi

**Kosmik ong ostonasidan
Ichkariga kirishimga ruxsat bering, Xudoyim
Sizning ilohiy go'zalligingizni ko'rish uchun
Va men sizning yorqin nurlaringizni ko'rish
baxtiga muyassarman
Agar mening hayotim Sening ilohiy donoliging
bilan boshqarilsa
Shuning uchun, mening harakatlarim
muvaffaqiyat bilan yakunlanishi aniq
Men adashmayman
Ey Rabbim, menga baraka ber, toki ko'rishim aniq
bo'lsin
Jonim poklandi
Keyin u aniq quyoshni ko'rdi
Va men haqiqatni bilishdan zavqlanaman
Bugun men o'tmishdagi qiyinchiliklarimni
unutaman
Men hozirgi va kelajakka duch kelaman
Jasorat va ishonch bilan, Qodir Tangrining
yordami bilan
Men tanamni kosmik energiya bilan zaryadlayman
Va men borlig'imni ilohiy ongning shifobaxsh nuri
bilan yuvaman
Kosmik tumanlik kabi
Tinchlik ongimni to'ldiradi
Va u Xudoning cheksiz borligini his qildi
Ey Rabbim, mening aql-idrokimni nurlantirgin
Aqliy tomirimni to'ldiring
Tushunish va bilim bilan
Sevgingiz nuri porlasin
Hayotim yo'llarida
Moviy orollar arxipelagida
Balkonimdan g'arbga tikilib, xayol qanotlarida
uzoq ufq qirg'oqlariga parvoz qildim. O'ng va chap**

tomonlarimda tez orada sirli binafsha rangga aylangan ikkita tog 'tizmasini ko'rdim.

Yana qarasam, ko'rinmas qo'l ularni to'q ko'k parda bilan o'rab olgan edi. Ortimda Gvadalexara shahri alacakaranliqda yotardi. Sharqiy osmon endi och pushti rangga bo'yalgan edi. Oldinga qarab, ko'zlarim oltin ko'lda suzib yurgan moviy orollarning sehrli shahrini ko'rdi.

Sehrli moviy orollar arxipelagida ulkan moviy ohaktosh tepaligi ko'tarildi, uning atrofida kulrang-oq vulqon bulutlari ko'tarilib, ular olovli qizil-oltin lava geyzerlarini otib chiqardi, kamalak kabi sokin ko'lga qarab qiyshayib oqardi. Kuchli oltin alanga moviy orollarni yonayotgan yorug'lik halolari bilan o'rab oldi.

Moviy cho'qqi va uning olovli toji jimjit oltin ko'l yuzasida egizaklar kabi aks etardi. Va eng o'ng tomonda, moviy orollardan birining ko'kragiga o'rnatilgan kichik, sokin ko'l bulutlar to'lqinlari orasida suzib yurgan to'lin oy kabi yarqirab turardi.

Men quyosh botishi va sarobga o'xshash bulutlar shahrida uzoq vaqt kezib yurdim, ko'l yuzasida nozik oltin nuri bilan suzib yurdim. Va abadiyat chekkasiga qadar har tomonga sochilgan qizil muz parchalari bilan to'ldirilgan bu oltin suvlar naqadar ulug'vor edi!

Men yorug' mavjudotlar bu yer yuzidagi yaxshi ruhlar deb o'ylardim va hayotning barcha sinovlaridan muvaffaqiyatli o'tgandan so'ng, ularga zavqlanish va orzularini xohlagancha amalga oshirishga ruxsat berildi.

Har kuni quyosh botganda, bu mavjudotlar oltin dengizlar va ko'llar bilan o'ralgan osmon shaharlarida samoviy orzularini kuchaytirishardi.

Bu dunyoviy dunyoning barcha fojialari va azoblari bilan tuzoqlaridan tashqarida, qayg'ular changalida va ortida

U yerda, bezovtalikdan tashqari, bu mavjudotlar qizil chiroqlarni nafas oldilar, to'q sariq nurlarni ichdilar, uzoqlashdilar, yaqinlashdilar, sayr qildilar va rang-barang chiroqlar orasida suzdilar.

Bu yerda o'sha mavjudotlar darhol orzularini ro'yobga chiqarishadi va o'z xayollarini xohlagancha amalga oshirishadi, keyin esa o'z xohishlari bilan yo'q bo'lib ketishadi.

Bu yerda u mamnuniyat va qoniqish xazinalaridan bahramand bo'ldi va uning ajoyib, sehrli dunyosida unga tashrif buyurganlarning barchasining orzularini saxovat bilan amalga oshirdi.

Bu yerda u orzularining ro'yobga chiqishi va istaklarining amalga oshishini odamlar kabi kutishga va orzu qilishga majbur emas edi, balki u xohlaganidek orzu qildi va barcha orzu va istaklariga o'z xohishi bilan erishdi.

Orzular orollaridagi o'sha quyosh botayotgan shahar mening ong ostimda saqlanib qolgan orzularimdan biri edi va bugun u har jihatdan amalga oshdi!

Rostdan ham, men qalbimning yashirin xazinalari va xazinalarini ko'rdim va ularning nuri meni qamrab oldi va ularning yorqinligi meni hayratda qoldirdi!

**Paramenhansiat: Ilohiy Ekstaz Spektrlari
Kamtarlik, ey Rabbim, eng ishonchli yo'ldir
Ilohiy rahm-shafqating yomg'irini olish uchun
Men Sening ilohiy adolatingga va haqiqat
tamoyillaringga ishonaman**

**Sevgi chaqirig'iga va qalbning istaklariga javob
berayotganingizni anglash**

**Sizning umumiy irodangiz bilan yaqindan
hamkorlikda**

Va sizga bo'lgan mutlaq ishonchim bilan

**Men sizning yordamingizni olaman va o'zimni
sizga yaqin his qilaman**

**Bugun men sizning oldingizdagi burchimni
bajaraman**

**Xuddi men dunyo oldidagi majburiyatlarimni
bajarganim kabi**

Ey eng buyuk sevgilim

**Sen qalblar muqaddas joylarida aks-sado beruvchi
efir aks-sadosisan**

**Va siz quloqlar eshita olmaydigan his-tuyg'ular
ovozisiz**

**Sevgingiz bilan baraka topish beqiyos darajada
buyukdir**

Barcha dunyoviy mulohazalardan

Va barcha yer yuzidagi shon-sharaflar

Sizga bo'lgan mutlaq ishonchim bilan

**Kasallik soyalari so'nib, qaytib kelmasdan
ketayotganini ko'rmoqdaman.**

**Ey Xudo, men Seni tabiat derazalaridan va tinchlik
eshiklaridan ko'raman.**

Bizni duolaringiz bilan yog'diring

Va bizni kosmik energiyangiz to'lqinlariga botiring

Xudbinlikni bizdan uzoqlashtiring

Bu ruhlarning yaqinlashishiga to'sqinlik qiladi

**Va ularning uchrashuvi yaxshilik va yorug'likka
muhabbatga asoslangan edi**

Yolvorishlarim gullarini sug'orishga ijozat bering

**Seni o'ylash va Sen haqingda mulohaza yuritish
suvlari bilan, ey Xudoyim**

**Shunday qilib, yangi, yorqin gullar unib chiqishi
mumkin**

Ilhom, tinchlik va baxtdan

**Noto'g'ri ish qilishdan qochishning yagona yo'li -
noto'g'ri ishlarni tan olish uchun sog'lom fikr yuritish
va uni qilmaslikka qaror qilishdir.**

Bir nohaq boshqasiga qarshi kurashish to'g'rilikka olib kelmaydi. Jaholat insoniyatning haqiqiy dushmani va uni bu dunyodan quvib chiqarish kerak. Bizda bu dunyoda farovonlik, baxt va mukammal adolat davrini boshlash uchun kerak bo'lgan hamma narsa bor.

Yagona to'siq - bu insonning xudbinligi, bu esa buni imkonsiz qiladi. Dahshatli va asossiz azob-uqubatlari insonning xudbinligi va boshqalarni hisobga olmagan holda o'z manfaatlarini ko'zlashdan kelib chiqadi.

Muhtojlarni ovqatlantirish va kiyintirish uchun ishlatilishi mumkin bo'lgan pullar buning o'rniga vayronagarchilik va vayronagarchilikka sarflanmoqda. Jaholatdan kelib chiqqan bu xudbinlik global muammolarning asosiy sababidir.

Hamma o'zini to'g'ri ish qilyapman deb o'ylaydi, lekin ular faqat o'z shaxsiy maqsadlariga intilganda, ular sabab va oqibatning karmik qonunini harakatga keltiradilar, bu esa muqarrar ravishda o'zlarining va boshqalarning baxtini yo'q qiladi.

Insoniyatning johilligi tufayli dunyoda yuz berayotgan fojialarga qanchalik ko'p guvoh bo'lsam, ko'chalar oltin bilan qoplangan bo'lsa ham, baxt uzoqqa cho'zilmasligini shunchalik anglayman.

Baxt boshqalarni baxtli qilishda yotadi va agar hamma shunday qilsa, hamma baxtli bo'lar edi

Va hamma yerning ne'matlaridan o'z ulushini oladi

Biz bu dunyoga o'zimiz bilmagan joydan kelganimiz sababli, hayotning kelib chiqishi va maqsadi haqida o'ylashimiz tabiiydir.

Biz bu dunyoning yaratuvchisi haqida eshitamiz va o'qiymiz, lekin unga qanday erishishni bilmaymiz. Biz biladigan yagona narsa shundaki, butun koinot uning ilohiy ongining mavjudligini e'lon qiladi.

Kichkina soatning kichik va aniq qismlari va moslamalari bizni soatsozga qoyil qoldirishga majbur qilganidek va fabrikaning katta va murakkab mashinalari bizni o'z ixtirochisi haqida hayratda qoldirgani va taassurot qoldirganidek, tabiat mo'jizalarini ko'rganimizda, ularning orqasida yashiringan aql-zakovatdan hayratda qolamiz va shunday deb so'raymiz: "Kim gulga quyoshga qaragan yorqin shakl berdi? Uning xushbo'yligi va go'zalligi qaerdan paydo bo'lgan? Va uning gulbarglari qanday qilib bunday o'ta aniqlik bilan shakllantirilgan va bunday ajoyib, quvonchli ranglar bilan bo'yalgan?"

Kechasi, yulduzlar va oy atrofimizga kumushrang nurlarini sochadi, bizni bu samoviy jismlarni kosmosning cheksizligida boshqaradigan ong haqida o'ylashga ilhomlantiradi. Oyning mayin nuri kundalik faoliyat uchun yetarli emas, shuning uchun dono va muloyim aql tun davomida dam olishni taklif qiladi. Keyin quyosh chiqadi, uning yorqin nuri bizga atrofimizdagi dunyoni aniqlik va xotirjamlik bilan ko'rish imkonini beradi va biz ehtiyojlarimizni qondirishni o'z zimmamizga olamiz.

Ehtiyojlarimizni qondirishning ikki yo'li mavjud: jismoniy va ma'naviy yo'l. Masalan, sog'lig'imiz yomonlashganda, davolanish uchun shifokorga murojaat qilishimiz mumkin. Ammo shunday payt keladiki, na shifokor, na boshqa hech kim yordam bera olmaydi va biz ikkinchi yo'lga, ya'ni tanamizni, ongimizni va ruhimizni yaratgan ma'naviy kuchga murojaat qilamiz.

Moddiy kuch cheklangan va biz muvaffaqiyatsizlikka uchraganimizda, biz Xudoning cheksiz kuchiga murojaat qilamiz. Bu bizning moliyaviy ehtiyojlarimizga ham tegishli. Qo'limizdan

kelganini qilsak ham, baribir yetarlicha narsaga ega bo'lmasak, biz o'sha kuchga murojaat qilamiz.

Hamma o'z muammolarini eng yomon deb o'ylaydi. Ba'zi odamlar boshqalarga qaraganda ko'proq bosim o'tkazadilar, chunki ularning chidamliligi zaif. Odamlarning ruhiy kuchidagi farqlar tufayli ular turli miqdorda energiya sarflaydilar. Agar kimdir katta qiyinchilikka duch kelsa va uning ongi zaif bo'lsa, ular uni yengib o'tolmaydilar. Kuchli aqlga ega bo'lganlar to'siqlarni buzib, poydevorlarini silkitib, qiyinchiliklarini yengib o'tishlari mumkin. Shunga qaramay, hatto eng kuchli odamlar ham ba'zan muvaffaqiyatsizlikka uchraydi. Biz katta jismoniy, intellektual va ma'naviy muammolar va qiyinchiliklarga duch kelganimizda, bu moddiy dunyoda hayot kuchi qanchalik cheklanganligini anglaymiz.

Bizning sa'y-harakatlarimiz nafaqat sog'liq va moddiy xavfsizlikka erishishga, balki hayotning ma'nosini izlashga ham qaratilishi kerak.

Hayotning maqsadi nima? Qiyinchiliklar bizni chulg'ab olganda, biz avval atrofimizga murojaat qilamiz va yengillik beradi deb o'ylagan har qanday moddiy moslashuvga harakat qilamiz. Ammo biz boshi berk nuqtaga yetib, "Barcha urinishlarim muvaffaqiyatsizlikka uchradi, yana nima qila olaman?" deb aytganimizda, muammomizga samarali yechim topish haqida jiddiy o'ylay boshlaymiz. Va fikrlashimiz yetarlicha chuqurlashganda, biz o'zimizdan javob topamiz. Bu javob berilgan ibodatning bir turi.

Jonimning sukunatida

Siz bilan uchrashishga ijozat bering, Rabbim!

Menga egalik qil va menga abadiy huzuringni his qilishimga imkon ber

Ichimda va atrofimda

**Fikrlarimning yolg'izligida, ovozingizni eshitishni
orzu qilaman**

**Baland yer shovqinlarini mendan uzoqroq tuting
Xotiramda yashiringan**

**Sizning xotirjam, taskin beruvchi ovozingizni
tinglashni istayman**

**Va qo'shiqchi har doim qalbimning xotirjamligida
Xudoyim, Sen hamma narsada mavjudsan**

Siz hozir bo'lishingiz kerak

Mening borligim va vijdonim tubida

Kichik bir qismini ham ko'rsatishga yordam bering

Ma'naviy konimdagi yashirin xazinalardan!

O nurli yorug'lik

Yuragim uyg'oq

Mening ruhiy salomatligim

Ruhiy ma'badimni ulug'vorliging bilan to'ldiring

Ey abadiy Shimoliy Yulduz!

**Qayerga kezib yurgan bo'lsam ham, qanday
burilgan bo'lsam ham**

**Xayolimdagi magnit kompas ignasi sizga ishora
qiladi**

Baxtsizlik shamollari sizni qiynasa ham

Yoki qiyinchilik va falokat yomg'irlari ostida

Biroq, ongim boshqarildi

Har doim sizga murojaat qilish uchun

Mening sevimli qushim, qanotlarini qoqib

Chalkashlik bulutlari orasida

va tartibsizlik bo'ronlari

U, albatta, sizga yo'l topadi

Qadimgi davrlarda

Efir qalbida

Biz ruhlar sifatida paydo bo'lganimizda

Hammamiz uxlab qolgan edik

Ilohiy sevgi niqobi ostida

Va Xudo bizni uyg'otganda

**Biz undan uzoqlashdik
Darbadar o'g'il haqidagi hikoyada bo'lgani kabi
Biz oramizdagi ilohiy qarindoshlik rishtalarini
unutdik**

**Biz bir-birimizga begona bo'lib qoldik
Va biz samoviy uyimizni tark etganimizdan beri
Biz bu dunyoda paydo bo'ldik
Yerning burchaklarini kezib yurgan sayohatchilar
Biz taqdir yo'llaridan yuramiz
Biz juda uzoqqa ketdik
Biz asl uyimizdan ancha uzoqqa ko'chib o'tdik
Biroq, vaqti-vaqti bilan
Ba'zi joylar, tajribalar va yuzlar bizni uyg'otadi
Dafn etilgan xotiralar va chuqur ichki tuyg'ular
U bizga pichirlaydi**

**Biz hamma narsani yangidan boshdan
kechirayotgandek his qilyapmiz
Biz allaqachon bilgan narsalar
Biz yaqinlarimiz bilan uchrashamiz va aloqa
qilamiz**

**Biz ularga yaqin edik
Uzoq o'tmishda
Ey olamlarning Yaratuvchisi
Sizning nuringiz buyuklarda porlaydi
Ularning ilohiy bilimlari bizning tushunchamizga
ilhom bersin**

**Keling, siz asosiy maqsad ekanligingizni anglab
yetaylik**

**Biz nimaga erishishga intilamiz
Eng buyuk ambitsiya
Biz erishmoqchi bo'lgan narsa
Bizni huzuringizning xushbo'y shabadalari bilan
tetiklashtiring**

Bizni ulug'vor huzuringga intilish bilan to'ldir

**Bizning borlig'imiz Sizning ilohiy donoligingiz
bilan oziqlansin**

**Bizga muqaddas nuringizni his qilaylik
U hayotimizning har bir jabhasiga singib ketgan
Va bu bizning qat'iyatimizni mustahkamlaydi
Va bizning zulmatimizni yo'q qiladi
Va bizni tinchlik o'rab tursin
va nekbinlik**

**Va yaxshi ishlar qilish istagi
Shahzoda va Ma'rifatli Zohid o'rtasida**

**Bir safar zolim shahzoda to'liq qurollangan va
xizmatkorlari bilan ovga chiqdi. Ular o'rmonning
tubiga kirib, karnay chalib, nog'ora chalishdi.**

**Bir nechta qushlar, kiyiklar va vahshiy
yo'lbarzlarni ovlagandan so'ng, shahzoda va uning
atrofidagilar yo'ldan adashganliklarini angladilar.**

**Ularda oziq-ovqat yetarli edi, lekin suv yo'q edi.
O'rmonda tinimsiz suv qidirishlariga qaramay, ular
hech narsa topa olmadilar. Zulmat tez yaqinlashib
kelayotgan bir paytda, ularning tungi vahshiy
hayvonlarning hujumlaridan boshpanalari yo'q edi.**

**Quyosh ko'zdan g'oyib bo'ldi va karvonni
boshqarayotgan shahzoda eski, vayron bo'lgan
kulbaga keldi. Otdan tushgandan so'ng, qulflanmagan
eshikni itarib ochdi va kulbaga kirdi. Ichkaridagi
hamma narsa qorong'i edi, faqat uning bir burchagida
yorug'lik chaqnab turardi va u umidsizlik bilan: "Hatto
kulba ham kimsasiz", deb o'yladi.**

**Lekin umid bilan harakatlanib, u: "Tinchlikmi?"
deb baqirdi.**

**U hayratda qoldirib, xotirjam ovozni eshitdi va
unga xotirjamlik bilan javob berdi: "Ha, men shu
yerdaman, suv qidirayapsizmi?"**

**Shahzoda bir zum qorong'ulikka tikilib qoldi, toki
odamning arvohiga ko'zi tushguncha va odam uning**

fikrlarini u bilan uchrashishdan yoki uni tanimasdan oldin ham bilganidan hayratda qoldi.

Shahzoda mezbondan: "Siz kimsiz?" deb so'radi. Mezbon: "Xudoga bag'ishlangan bechora zohid", deb javob berdi.

Zohid chiroq yoqdi va shahzoda o'z atrofida gilarni chaqirdi va ular o'sha chekka o'rmonida suv va meva topib, juda xursand bo'lishdi.

Shahzoda zohiddan: "Yo'lbars va ilonlardan qo'rqmaysanmi?" deb so'radi.

Zohid shayx javob berdi: "Albatta, yo'q, yo'lbarslar mening uy mushuklarim, ilonlar esa menga tinchlik baxsh etadi. Biz bu mavjudotdagi hamma narsaga nur sochadigan Xudoning sevgisi quyoshida doimo cho'miladigan do'stlarmiz".

Shahzoda zohidga diqqat bilan qaraganida, zohidning bo'ynidan osilib turgan bir juft kobrani ko'rib, dahshatga tushdi. U ko'rganlarini tasdiqlash uchun yaqinlashganda, ilonlar hushtak chalib, qimirlab, boshlarini chayqashdi, chunki ular qo'rquv titroqlarini va shahzodaning yuragida yashiringan qasoskorlikni sezishdi.

Bundan tashqari, o'sha paytda o'rmon yo'lbarslaridan biri kulbaga kirib, zohidning oyoqlari ostida jimgina yotdi. Xudoning odami uni yupatib, boshini silab qo'ygandan so'ng, yo'lbars jimgina chiqib, o'rmonning yuragiga qarab yo'l oldi.

Mag'rur shahzoda o'ziga o'yladi: "Bu chol solih va mehribon bo'lsa kerak, chunki u bizni yovvoyi hayvonlardan va o'limga olib keladigan chanqoqlikdan himoya qildi. Qilgan ishlari uchun mukofot sifatida men uni boy qilaman". Keyin u zohidga murojaat qilib dedi:

"Ey Shayx, yuzingiz mehr va samimiyluk bilan porlaydi va men va atrofimdagilar uchun qilgan

barcha ishlaringizni qadrlayman. Shuning uchun sizga boy va badavlat bo'lishingiz uchun bir sirni ishonib topshirmoqchiman. Bu sirni men birinchi marta va faqat sizga oshkor qilyapman."

U bu so'zlarni aytishi bilanoq, shahzoda plashi ostidan tosh oldi va gapini davom ettirdi:

"Men sizga bu oilaviy xazinani ishonib topshirmoqchiman. Bu faylasuf toshi, va ehtimol siz undan foydalanib boyib ketasiz. Bu tosh oltin yasaydi va uni otamga buyuk alkimyogarlardan biri sovg'a qilgan. U tegib turgan hamma narsani sof oltinga aylantirish qobiliyatiga ega. Siz bu toshdan bir yil davomida foydalanishingiz va toshlarni oltinga aylantirishingiz, keyin ularni o'zingizga oltin saroy sotib olish uchun sotishingiz mumkin. Men bir yildan keyin sizni ziyorat qilish va jonimdan ham qadrliroq deb biladigan toshimni olish uchun sizning oldingizga qaytib kelaman."

Zohid bu mas'uliyatni o'z zimmasiga olishni istamadi, lekin shahzodaning qat'iy talabiga javoban u faylasuf toshini o'zida saqlashga rozi bo'ldi. Shahzoda zohidning beparvolik bilan toshni kamarining ostiga qo'yganini ko'rdi (odamlar cho'ntak o'g'rilaridan qo'rqib pullarini qo'yishardi!) va keyin shahzoda o'z yo'lga ketdi.

Bir yil o'tgach, shahzoda o'z atrofida gilar bilan qaytib keldi, ular eskirgan kulba o'rniga ulug'vor saroyni ko'rishni umid qilishdi. Lekin kulba hali ham turganini va avvalgidan ham battar ahvolda ekanligini ko'rib, hafsalasi pir bo'ldi. Shuning uchun u otidan tushib, eshikni itarib ochdi va ovozini baland qilib baqirdi: "Hali ham tirikmisan, zohid?"

Zohid kuchli va chuqur ovozda javob berdi: "Ha, Xudoga hamdlar bo'lsin, ey shahzoda, mening kamtarona uyimga xush kelibsiz".

Shahzoda darhol va muqaddimasiz baqirdi: "Senga nima bo'ldi, do'stim? Men senga qoldirgan faylasuf toshini nima qilding? Nega undan boyib ketish uchun foydalanmading?"

Zohid bir oz o'ylanib qoldi va keyin javob berdi: "Siz bu faylasuf toshi haqida gapiryapsizmi va men boyib ketishim kerak deganda nimani nazarda tutyapsiz? Rostini aytsam, men bundan boyroq bo'lishni xohlamayman".

Shahzoda vahima ichida qoldi, u chol zohid toshiga befarqligi tufayli uni yo'qotib qo'ygan deb o'yladi va yolvorib so'radi: "Men bir yil oldin kamaringizga solib qo'ygan bebaho faylasuf toshini nazarda tutyapmanmi? [Eddi, kamaringiz bilan], ayting-chi, u bilan nima qildingiz?"

Zohid javob berdi: "To'g'ri, hozir ham shunday. Men sizning qimmatbaho toshingizni eslayman. Bir kuni daryoda cho'milishga borganimda Xudo haqida chuqur o'ylanib yotgan edim va tosh kiyimlarimdan sirg'alib tushib, suvga yutib yuborilganga o'xshaydi. Omon bo'ling."

Shahzoda bor ovozi bilan qichqirdi: "Voy, mening o'rnini bosa olmaydigan yo'qotishim! Men hamma narsani yo'qotdim!" va hayratdan hushidan ketib qoldi. Zohid uning yuziga sovuq suv sepib, uni tiriltirdi, shahzodaning qo'l ostidagilar esa shayxga yaqinlashib, ko'zlari yovuzlikdan chaqnab, unga zarar yetkazishga harakat qilishdi. Ammo zohid kulib dedi: "Voy, janobi oliylari, bunday yuksak mavqega ega bo'lganingiz uchun, tosh uchun bunchalik shov-shuv ko'tarishingizni bilmagan edim. Men bilan daryoga boring, men sizning toshingizni qidirib topaman va uni topishga harakat qilaman".

Shahzoda javob berdi: "Aqldan ozdingmi? Bir yil oldin oqim sizdan tushib ketgan toshni qidirmoqchimisan?"

Lekin zohid uning so'zlariga quloq solmadi va unga baqirdi: "Kichkina shahzoda, bunchalik shov-shuvga hojat yo'q, daryodan toshni qidirguncha kuting. Hammangiz men bilan yuringlar".

Go'yo sehr ostida bo'lgandek, shahzoda va uning atrofidagilar zohidning shaffof magnitlanishiga javob berishdi va jimgina uni daryoga kuzatib borishdi. U yerda zohid shahzodadan cho'ntagidan ro'molchasini olib, uni to'rt burchagidan ushlab, daryoga botirishni va shunday ibodat qilishni so'radi:

"Ey shahzodalar shahzodasi, shohlar shohi va barcha faylasuflar toshlarining yaratuvchisi, toshimni menga qaytarib ber."

Shahzoda shunday qilib, ro'molchasini suvdan ko'tarishi bilanoq, o'zining ishonmagan ko'zlari bilan yo'qotgan asl toshiga o'xshash xususiyatlarga ega yigirmadan ortiq faylasuf toshlarini ko'rib hayron bo'ldi. Har birini sinab ko'rganda, u har biri oddiy plyaj toshlarini oltinga aylantirishi mumkinligini aniqladi. Keyin shahzoda toshlarni ro'molchaga bog'lab, bog'lamni daryoga tashladi.

Zohid va uning atrofidagilar unga baqirishdi: "Nega bunday qilding?" Lekin shahzoda Xudoning odamiga qarab, hurmat bilan ta'zim qildi va dedi:

"Janob, men sizdagi narsaga ega bo'lishni istayman, oltinni arzimas tosh deb hisoblaydigan odam."

Shunday qilib, shahzoda dono choldan makon bilan chegaralanmagan va yo'q qilinmaydigan ruh shohligiga qanday erishishni o'rganish uchun yerdagi shohligini tark etdi.

Hikoyaning axloqiy jihati shundaki, yer yuzidagi boylik, qanchalik qimmatli ko'rinmasin, o'tkinchi va tana sovuq, jonsiz jasadga aylanganda, bu pastkash dunyoda qoldirilishi kerak.

Bu yerda faqat o'tkinchi boylik to'plash qobiliyatini ramziy ma'noda ifodalovchi faylasuf toshidan foydalanish o'rniga, biz o'z vaqtini va qobiliyatini cheksiz va abadiy ilohiy boylikka ega bo'lishga bag'ishlagan zohidga o'xshab qolishimiz kerak.

Kim Xudoni bilsa, orzulardan ham oshib ketadigan boylikka ega bo'ladi va agar kerak bo'lsa, ma'naviy boylikka ega bo'lish va haqiqiy boylikdan bahramand bo'lish umidida moddiy narsalardan tosh kabi voz kechadi.

**Boshqalar bilan munosabatlarimizda
Tan olish va qadrlash juda muhimdir
O'ziga xos xususiyatlar va olijanob fazilatlar
Ular o'z tajribalaridan kelib chiqqan holda xulosa qilishdi**

Va ular buni o'zlarining mavjudotlaridan shakllantirdilar

**Agar biz ochiq fikrli odamlarni o'rgansak
Biz ularni tushuna olamiz va ular bilan bermalol muomala qila olamiz**

**Biz darhol ham qila olamiz
Biz muomala qilayotgan odamning tabiatini bilish
Ot poygasi haqida faylasuf bilan gaplashmang
Uyni tashkil qilish borasida olim bilan bahslashmang**

Men odamni nima qiziqtirayotganini va uning e'tiborini nima tortayotganini bilaman

**Va u unga bu mavzu haqida gapirib berdi
Sizni qiziqtirgan narsalar haqida emas
Agar biz boshqalarni tushunishni istasak**

**Biz ularni tanqid qilishdan va qoralashdan
qochishimiz kerak**

**Buning o'rniga, biz o'z aql-idrokimiz oynasiga
qarashimiz kerak**

**Nimani tuzatish va yaxshilash kerakligini bilish
uchun?**

**Bu psixologik oyna juda boshqacha
Har tongda biz qaraydigan tanish oyna haqida
Har kuni men o'zimning ko'zguimga qarayman
Agar menga yoqmagan narsani topsam
Men o'zimni ayblayman va uni tuzatish uchun ko'p
harakat qilaman**

**Shu tarzda, inson o'z qiyofasini ko'radi
Uning qalbining ko'zgusida asl shaklida aks etgan
Va u kundan-kunga rivojlanib bormoqda
Baxt va xotirjamlik yo'lida
Xudo sizga baraka bersin
Sizga tinchlik bo'lsin**

**Sog'inchlar tarmog'i
Mana men sog'inchlarim to'rini tashlayapman
Fikrlarimning keng dengizida
Sen mendan ko'p marta qochib qutulgansan, ey
bebaho ilohiy o'lja!**

**Biroq, men tinchlik tubiga chuqurroq kirib
borishda davom etaman**

**Va to'xtovsiz, men birin-ketin senga muhabbat
to'rlarimni tashlayman**

**Bir kuni seni cheksiz sog'inchimning to'riga
ilintirishim kerak**

**Men bu sevgim to'rini hamma joyga tashlayman
Hayotning notinch to'lqinlari ustida
Va miltillovchi yulduzlar haqida
Va yaxshi qalblarning tubida
Men bilganim shuki, men ovchiman**

Va men sizni ushlashga harakat qilishda davom etaman

Ey eng aziz orzu va mavjudotdagi eng buyuk xazina!

Men Undan johillik pardalarini yirtib tashlashini va illyuziya zulmatini yo'q qilishini, hayotingizdagi eng buyuk orzu va orzularingiz taxtidagi eng kuchli orzu bo'lishini va letargiya va kechikishni quvonch, yangilanish va g'ayrat bilan to'ladigan ruhiy faoliyatga aylantirishingizga yordam berishini so'rayman. Men Undan sizga mast bo'lguningizcha ilohiy sevgi sharobidan ichishingizni va sizni taskin topadigan muqaddas tashrif bilan ziyorat qilishini, qalbingizni sevgi va minnatdorchilik suvlari bilan yuvishini, borlig'ingizda aniqlik chiroqlarini yoqishini va orzularingizni Uning muborak dengizining haqiqatida eritishini va Unda mamnunlik va qoniqish topishingizni so'rayman, toki qalbingizda xotirjamlik hukm sursin va osmon ne'matlari sizga yog'ilsin.

Jimjitlik fikrlarni tinchlantirishni anglatadi

Tanani tinchlantirish va uning ehtiyojlarini nazorat qilish

Kim buni qila olsa, tetiklantiruvchi xotirjamlikni his qiladi

U nafis olamlardan ulug'vor to'lqinlar va taassurotlarni his qiladi

Va kimki jimjitlikka chuqurroq kirsa, unda

U o'zida Xudoning shohligini kashf etadi

Biror kishi yo'lda yurganday ekan

Uning har bir lahzasi juda qadrli

Biz bu yerda (o'tish joyida) qisqa vaqtga turibmiz

Hamma narsa o'tkinchi, lekin Xudoning tuyg'usi abadiydir

Hech narsa uni qalbdan va ruhdan o'chira olmaydi

**Bu dunyoning vasvasalari bizni aldashiga yo'l
qo'ymasligimiz kerak**

**Bizni eng buyuk maqsadimiz va eng oliy
maqsadimizdan, ya'ni Xudodan uzoqlashtirish orqali
Xudoni bilish mumkin**

**Biz olamlarning xo'jayinini topishimiz kerak
Yulduzlar kimning nuridan porlaydi
Va Uning kuchi bilan yuraklar urdi
Biz uni Jimlik Ma'badidan izlashimiz kerak
Biz Xudoga sog'inch va intizorlik bilan murojaat
qilganimizda**

**Va biz uni yonayotgan sog'inch bilan
o'ylaganimizda**

**Biz uni topamiz
Men noma'lum xudo haqida gapirmayapman
Aksincha, bu men bilgan Rabbimiz haqida
Va bu men uchun haqiqat
Bu barcha jismoniy narsalardan ko'ra
haqiqiyroqdir**

**Bu bizning insoniy hayotimiz to'lqinlarini qo'llab-
quvvatlaydigan va qo'llab-quvvatlaydigan ilohiy
dengizdir.**

**Biz hamma narsasiz ham qila olamiz
Xudodan tashqari
{Haqiqiy hukmdor va hukmdor bo'lgan Alloh
yuksakdir}**

**(Pokdillar baxtlidir, chunki ular Xudoni ko'radilar)
Insonning sevish va sevilishga ehtiyoj sezishi
tabiiy hol. Lekin qalbning bu intilishi oxir-oqibat o'sha
sevgining manbai, ya'ni Xudoga qaratilgan.**

**Inson sevgisi ko'plab umidlar, hisob-kitoblar va
sub'ektiv mulohazalarga asoslangan, shuning uchun
uning abadiyligiga kafolat yo'q, chunki u shartlar
bilan bog'liq.**

Biroq, ilohiy sevgi shartsiz, doimiy va abadiydir. Agar u qalbingizga ta'sir qilsa, uni doimo o'zingiz bilan topasiz.

Har qanday holatda ham, hatto qiyinchilik va baxtsizlik paytida ham, siz buni himoya va ishonch manbai sifatida his qilasiz.

Azob-uqubatlar va mashaqqatli sinovlar orasida Hamma sizni tashlab ketishi mumkin, ammo bu muqaddas sevgi sizni tark etmaydi, tushkunlikka tushirmaydi va sizni tashvishlar va xayollarga berilib ketmaydi, chunki u hayotning burilishlari orasida osmondan himoya qiluvchi kuch va yo'l ko'rsatuvchi nurdir.

Insoniy sevgi ilohiy sevgi bilan to'ldirilganda, u sof va tiniq bo'ladi. Lekin agar siz insoniy sevgi bo'lgan oqimni ilohiy sevgi bo'lgan buloqdan ajratsangiz, u oqishni to'xtatadi va dunyo qumlarida yo'qoladi.

Insoniy sevgi ilohiy sevgi bilan bog'liq ekan, u qalbni yumshatadi, vijdonni tetiklashtiradi va qalb bog'larini hayot suvi bilan sug'oradi.

**Sevgi: irodani rag'batlantiruvchi vosita
Men nima qilsam ham, yuragimdagi barcha sevgi bilan qilaman**

Agar sinab ko'rsangiz, umuman charchaganingizni sezmaysiz

Chunki sevgi irodaning eng katta rag'batlantiruvchisidir va sevgi ta'siri ostidagi iroda ba'zilar uchun imkonsiz bo'lib tuyulishi mumkin bo'lgan ishlarni qilish uchun favqulodda kuchga ega.

**Ma'naviy ong yo'llarida
Jozibadorlik va qarama-qarshi jins
Shaxsiy ko'rinish toza, ozoda va ozoda bo'lishi kerak**

Insonning jozibali ko'rinishi yomon emas

**Bu jozibadorlik yaxshi didga bog'liq ekan
Lekin insonning jinsiy tortishishdan ataylab
foydalanishi noto'g'ri**

**Qarama-qarshi jinsni jalb qilish uchun
Erkak va ayol o'rtasidagi joziba qalbdan kelib
chiqishi kerak**

**O'zini tuta biladiganlar
Ular jinsiy ramz bo'lish bilan maqtanishmaydi
Ular to'g'ri hayot sherigini jalb qilish uchun
ko'proq imkoniyatga ega**

**Muvaffaqiyatli oilaviy munosabatlarda
Sevgi birinchi o'rinda turadi, jinsiy aloqa emas
Bu ideal va standart bo'lishi kerak
Ba'zi mamlakatlarda o'pish yoki yaqin aloqa sodir
bo'lmaydi**

**Nikohdan oldin yigit va qizlar o'rtasida
Ikki kishi shartsiz jozibadorlikni his qilganda
bir-biriga qarab
Ular bir-birlarini qurbon qilishga tayyor bo'lishadi
Haqiqiy sevgi samimiydir
Shundagina ular nikohda yaqin munosabatlarga
ega bo'lish huquqiga ega bo'ladilar**

**Egalik qilish foydasiz
Turmush o'rtoqlardan biri ikkinchisini
boshqarishga harakat qilganda**

**Bu sevgi yo'qligining dalilidir
Lekin ular sevgilarini izhor qilganda
Samimiy va do'stona qiziqish bilan
Va his-tuyg'ularni diqqat bilan ko'rib chiqish
Va boshqalarni xursand qilish uchun samimiy
istak**

**Sevgi ulug'vor fazilatga ega bo'ladi
Va bunday munosabatda
Biz ilohiy sevgining bir lahzasini ko'ramiz**

Tushunishsiz hayot ma'naviy va moddiy o'z joniga qasd qilishdir

Aqli bo'lganlar baxtlidir

Bu ma'naviy yo'ldagi eng katta ehtiyojdir

Va hayot yo'llarida

Tushunish - bu chiroq

Bu insonning yo'lini yoritadi va unga muvaffaqiyat keltiradi

Inson hayotning asosiy maqsadiga erishishdan oldin

U bu muhim va muhim qobiliyatga ega bo'lishi kerak

Shuning uchun, tushunmovchilik uni ko'r qilib qo'yishiga yo'l qo'ymaslik kerak

Chunki bu ma'naviy va jismoniy o'z joniga qasd qilishdir

Tushunish har qanday vaziyatda yo'naltiruvchi kuch bo'lishi kerak

Qanchalik qiyin kechinmalarni boshdan kechirsak ham

Biz to'g'ri tushunchaga ega bo'lishimiz kerak

Xudo bizga zarar yoki azob bermaydi

Biz o'zimizga yordam beradigan yoki zarar yetkazadigan odamlarmiz

Bizning tushunishimiz va tushunishimiz orqali

Yoki bizning noto'g'ri tushunishimiz va tushunmasligimiz

Biz tushunish uchun Xudoga ibodat qilishimiz kerak

Bizga taqdim etilgan tajribalardan qat'i nazar

Yoki biz boshdan kechirayotgan vaziyatlar

Faqat tushunish insoniyatni himoya qiladi

Mening tajribalarim yanada kuchliroq va jiddiyroq bo'lganda

Mening birinchi urinishim - o'zimni tushunishni topish

Men na vaziyatlarni ayblayman, na boshqalarni tuzatishga harakat qilaman

Lekin avval ichkariga kiraman

**Men ruhiy qal'amni tozalashga harakat qilyapman
Va ichki yorug'likni to'sib qo'yishi mumkin bo'lgan har qanday narsani olib tashlash**

Yoki bu ruh kuchlarining namoyon bo'lishiga to'sqinlik qiladi

**Yoki bu uning o'zini ifoda etishiga to'sqinlik qiladi
Muvaffaqiyatli yashashning yo'li shu
Muammolardan qochish eng oson yechimdek tuyulishi mumkin**

Lekin inson kuchli raqib bilan jang qilganda kuchga ega bo'ladi.

Qiyinchiliklarga duch kelmaganlar o'smaydi va ularning qat'iyati mustahkamlanmaydi

**Tushunganimizda qo'rquv yo'qoladi
Tushunish xavfsizlik va himoyani ta'minlaydi
Hayotda juda ko'p tajribalarga duch kelganman
Va bu tajribalarning eng qiyini odamlar bilan bo'lgan.**

**Ular meni noto'g'ri baholadilar
Men sevgan insonlarimni ko'rdim
Yuragimni bergan insonlarim
Ular meni noto'g'ri tushunishadi va menga qarshi chiqishadi**

Lekin bu menda achchiqlanishni keltirib chiqarmadi

**Chunki achchiqlik tushunishni bulutlaydi
Men o'zimga zarar yetkazishga yo'l qo'ymayman
Boshqalar meni noto'g'ri tushunishgani uchun
Buning o'rniga, men harakat qilaman**

**Agar ular qabul qiluvchi bo'lsa, ularga yordam
bering**

**Ularga yaxshi niyatlarni yuboring
Va yaxshi tilaklar
Jimgina o'tirganingizda
Sizning ongingiz har qanday bosimdan xoli bo'ladi
Fikrlaringiz bilan yolg'iz qoling va dunyodan va
uning talablaridan uzoqlashing**

**Har lahzada ongingizdan konstruktiv foydalaning
Buyuk narsalar avvalo ongda hosil bo'ladi
Shuning uchun men ongimni doim faol saqlayman
Imkoniyat paydo bo'lishi bilanoq
Men darhol uning ijodiy kuchlarini faollashtiraman
va natijalar keladi**

**Har kuni ijodiy ish qilishga harakat qiling
Vaziyatingizni yaxshilash va taqdiringizni
boshqarish uchun**

**Unga sizni boshqarishiga yo'l qo'yish o'rniga
Sog'liqni saqlashni yaxshilash mumkin
Yoki yaxshi odatlarni shakllantirish
Yoki moddiy va ma'naviy muvaffaqiyatga erishish
Har biriga diqqat bilan e'tibor qaratish orqali
Bir vaqtlar
Bu hayotda erishmoqchi bo'lgan hamma narsam
Men bunga erishdim
Materiya ongning mahsulidir
Shuning uchun aql uchun hech qanday psixologik
cheklovlar yo'q**

**Agar ongingizni boshqara olsangiz
Butun dunyo sizga jalb qilinadi
Men xohlagan hamma narsani oldim
Bu mening eng katta orzuim edi va hozir ham
shunday
Ma'naviy baxt Xudoda**

**Mening tilagim amalga oshdi va men o'zimni so'z
bilan ifodalab bo'lmaydigan darajada baxtli his
qilyapman**

**Inson o'zini muvaffaqiyatsiz, umidsiz, baxtsiz his
qilmasligi kerak**

**U o'z fikrlarini boshqarish orqali taqdirini
boshqara oladi**

**Qilmoqchi bo'lgan foydali va xayrli ishlarni qiling
U ijobiy o'zgarishlarni ilgari surishda hal qiluvchi
bo'lgan ichki dizaynga ega edi**

**Siz taqdiringizni o'zgartira olasiz
Va hayotdagi sharoitlaringizni yaxshilang
Uning yordami bilan U yuksalsin
Men jannatdan esayotgan shabada kabi kelaman
Shogird har kuni o'zini tahlil qilishi kerak
U intilayotgan yutuqlarga erishayotganini bilish
uchun**

**O'zimizni xolis tahlil qilishni o'rganganimizda
Biz o'zimizni va boshqalarni bilib olamiz
Bu dunyoda aql bilan yashab, undan xabardorlik
bilan chiqib ketadigan kishi**

**U o'lmaslikni topadi
Men shogirdlarimning hayotini qurishga intilaman
Va ularning fikrlarini baxt manbai va yorug'lik
manbaiga yo'naltiring**

**Shuning uchun men avvalo ma'naviy jihatga
e'tibor qarataman**

**Hayotning moddiy tomonini e'tiborsiz
qoldirmasdan**

**Va men Xudoni qalbi va ruhi bilan bilishni
istaganlarni istayman**

**Chunki Xudoni intellektual munozaralar orqali
bilib bo'lmaydi**

**Yoki baland ovozda, ta'sirli va'zlarni tinglash
orqali**

**Bu qalbda ichki hayajonni keltirib chiqaradi
Qalbimda olib yurgan narsalarim men uchun
nihoyatda muqaddasdir
Men tasodifiy gapira olmayman
Men faqat sinovdan o'tgan va tasdiqlagan
narsalarim haqida gapiryapman
O'z-o'zini bilish va hayot tajribasi orqali
Shu sababli, bu ta'limotlar men uchun to'g'ri
Men va'z qilishga emas, balki shu faktlarni taqdim
etishga harakat qilyapman
Men shaxsiy tajribam bog'idan to'plaganman
Men jannatdan esayotgan shabada kabi kelaman
Haqiqat hidini ko'tarib
Abadiylik bog'laridan
Men o'zim uchun hech narsa so'ramayman
Mening yagona tilagim sizga berishdir
Bu samoviy hid
Va shundan keyin men yer qirg'oqlarini tark
etaman
Kosmik qalbgga yana bir bor qaytish uchun
Va men sizga bergan narsani o'zingiz boshdan
kechirishingizni istayman
Xudo bilan o'zingizning uyg'unligingiz orqali
Bu mening yagona tilagim
Mo'l-ko'lchilik kalitlari
Kimki o'z fikrlarini ilohiy mo'l-ko'lchilik bilan
uyg'unlashtirmoqchi bo'lsa
U ongining tuprog'idan barcha muhtojlik va
qashshoqlik begona o'tlarini yulib tashlashi kerak
Umumjahon aqli mukammaldir va na ehtiyojni, na
ziqnalikni biladi.
Va kim o'sha kosmik ombor bilan uyg'unlashishni
istasa
U mo'l-ko'lchilik va farovonlik haqida
xabardorlikni yaratishi kerak**

**Keyingi ovqat qayerdan kelishini bilmasa ham
Biz ilohiy mo'l-ko'lchilikni tetiklantiruvchi va mo'l-
ko'l yomg'ir deb o'ylashimiz kerak**

Bu hammaga teng tushadi

**Agar kimdir biror stakanni ko'tarsa, uning stakani
to'ladi**

**Va agar siz yomg'ir ostiga katta idish (yoki idish)
qo'ysangiz**

**U o'zining to'liqligini sof va muborak yomg'ir kabi
qabul qiladi**

**Osmon mo'l-ko'lchiligini olish uchun qanday
idishdan foydalanamiz?**

**Siz to'ldirmoqchi bo'lgan idishda nuqsonlar va
teshiklar bo'lishi mumkin**

**Shuning uchun, u muborak oqimni qabul qilish
uchun tayyorlanishi va moslashtirilishi kerak**

Bu odamlarga ham tegishli

**Agar uni osmon xazinasiga ko'taradigan aql idishi
iflosliklardan aziyat cheksa**

**Uni ta'mirlash va qabul qiluvchi qilish kerak, toki
u mo'l-ko'l ne'matlarni o'zlashtira olsin**

Bu xabardorlikni tiklash va tuzatish kerak

**Uni barcha qo'rquv va shubhalardan xalos qilish
orqali**

Hasad va nafratni tozalovchi suv bilan tozalang

**Tinchlik, xotirjamlik, samimiylik va ilohiy sevgi
suvlari**

**Butun dunyo yo'l ochish uchun chetga chiqmoqda
Manzilini biladigan odam uchun**

U izlovchining qat'iyati bilan unga qarab yo'l oladi

Mo'l-ko'lchilik kalitlari

Sharq-G'arb ichki madaniyati

Agar sizda kuchli aql bo'lsa

Va u unga qat'iy qaror singdirdi

Siz taqdiringizni boshqarishingiz mumkin

**Avval kichik narsalarda aqliy kuchingizni sinab
ko'ring**

**Uni mustahkamlash ustida ishlang, shunda u siz
uchun ko'plab ajoyib ishlarni amalga oshirishi mumkin**

**Men buni hayotimda boshdan kechirganman va
ishonch bilan gapiraman**

**Muvaffaqiyatga erishish kuchi ongda yotadi
Agar e'tiqodingizga sodiq qolsangiz, bu haqiqatni
anglab yetasiz**

**Dunyoning shubhalari va umidsizlikka
tushganlarning tushkunligiga qaramay**

**Boshqalar o'ylamaydigan ma'lum bir sevimli
mashg'ulot yoki loyihani tanlang**

**Buni muvaffaqiyatli bajarishingiz mumkinligi
Bunga erishmaguningizcha unda davom eting
Kamtarona maqsadlar bilan boshlang
Sizning aqliy kuchlaringiz asta-sekin o'sib boradi
Maqsadingizga erisha olmaguningizcha
Dunyo va oilangiz sizni ma'lum bir tarzda
tasniflaydi**

**Lekin intellektual va qat'iyatli ishlang
Samarali o'zgarish haqida
Aql kuchining chegarasi yo'q
Ushbu fikrga e'tibor qarating
Ongingizni maqsadga erishish uchun g'ayrat bilan
to'ldiring**

**Va ijobiy ish qilish qat'iyati
Maqsadlaringizga erishish yo'lida
Fikringizni yuqori yutuqlarga yo'naltirishda
davom eting**

**Ma'naviy boylikka erishildi
Va hamma narsa boylik va farovonlik bo'ladi
Sizning buyrug'ingiz bilan va xizmatigingizda
Hayotim bunga guvohlik beradi
Haqiqiy baxtli insonlar kimlar?**

**Insonlar altruizmni o'rganishlari kerak
Boshqalarni baxtli qilish orqali baxt topish
Bu Xudoni sevuvchilar uchun haqiqiy va olijanob
maqsaddir**

**Boshqalarga baxt berish shaxsiy baxtimiz uchun
juda muhimdir**

**Bu o'zini qoniqtirishga to'la sinov
Ba'zi odamlar faqat oilasi haqida o'ylashadi va
boshqalarga ahamiyat berishmaydi**

**Boshqalar faqat o'zlari haqida o'ylashadi va
boshqa hech kim haqida o'ylamaydilar**

**Lekin bular baxtni tatib ko'rmaydiganlardir
Shaxsiy baxtni izlash to'g'ri emas
Va boshqalarning baxtiga e'tibor bermang
Vijdon azobisiz boshqa odamlarning pulini o'zi
uchun oladigan odam**

**U boyib ketishi mumkin, lekin u, albatta,
hayotidan mamnun bo'lmaydi**

**Chunki ularning g'azab va norozilik haqidagi
fikrlari uni o'rab oladi va xotirjamligini yo'qotadi.**

**Biror kishi boshqalar hisobidan o'zini baxtli
qilishga harakat qilganda**

**Hamma uni baxtsiz qilishga harakat qiladi
Lekin agar u boshqalarni xursand qilishga harakat
qilsa**

**Hatto o'z qulayligi evaziga ham
Hamma uni mehr bilan eslaydi va unga
muvaffaqiyat tilaydi**

**O'z ehtiyojlarimiz haqida o'ylaganimizda
Biz boshqalarning ehtiyojlarini ham hisobga
olishimiz kerak**

**Ularning ishlari haqida qayg'urغانimizda, ularga
yordam berishni va ularni xursand qilishni xohlaymiz**

**Altruistik inson o'zi bilan uyg'unlikda va qanoatda
yashaydi**

**Oilasi va atrofidagi dunyo bilan
Xudbin odam har doim muammoga duch keladi
U xotirjamligini yo'qotadi
Ma'naviy o'zgarishni boshidan kechirgan yaramas
bola haqidagi hikoya**

**Hindistonning Ranchi shahridagi maktabimga
rahbarlik qilganimda, o'quvchilarning o'rtacha
yoshidan kattaroq bir bolani oldimga olib kelishdi. Uni
olib kelgan ota-onasiga o'n ikki yoshgacha bo'lgan
o'g'il bolalarni qabul qilishimni, lekin agar u yaxshi
bo'lsa, qabul qilishimni aytdim.**

**Men bola bilan chin dildan gaplashdim va unga
dedim:**

**"Siz chekasiz, lekin ota-onangiz sizning
chekishingizni xohlamaydi. Siz ota-onangizning
irodasini buzishga muvaffaq bo'ldingiz, ammo
baxtsizligingizdan xalos bo'la olmadingiz va agar siz
bu zararli odatni davom ettirsangiz, baxtsizligingiz
yanada kuchayadi."**

**So'zlarim o'z ta'sirini ko'rsatdi va u yig'lay
boshladi: "Ular meni doim urishadi", dedi.**

**Shuning uchun men unga: "O'zingga nima
qilganingni o'ylab ko'r! Shunga qaramay, men seni
bitta shart bilan shogird sifatida qabul qilaman: senga
qarshi xabarchi emas, balki do'sting bo'laman.
Xatolaringni tuzatishda halol bo'lsang, men senga
yordam beraman, lekin agar menga yolg'on
gapirsang, men sen uchun hech narsa qilmayman,
chunki yolg'on do'stlikni buzadi. Sen haqiqatni
yashirishing mumkin, lekin yolg'ondan ehtiyot bo'l"**
dedim.

**Men uni talaba sifatida qabul qildim va unga: "Har
safar chekishni xohlasang, senga sigaret olib
kelaman", dedim.**

U bir marta yonimga kelib: “Men chekishga kuchli ishtiyoqmandman (o'lim darajasiga yetguncha ishtiyoqmandman)”, dedi.

Men unga pulni uzatdim, u ko'zlariga ishonmadi. U: "Pulni o'zingda saqla", dedi va haqiqatan ham fikrini o'zgartirdi.

Men uni muloyimlik bilan borib tamaki sotib olishga undadim, lekin u bunday qilmadi. Buning o'rniga u dedi:

"Ishonmasligingiz mumkin, lekin men chekish istagini butunlay yo'qotdim."

Natijada, keyingi ta'lim va nafislik bilan u yaxshi tabiatga ega bo'ldi va uning ma'naviyati juda aniq bo'ldi.

Nihoyat, men uning ma'naviy ongini uyg'otishga muvaffaq bo'ldim

Ma'naviy ong belgilarini haqiqiy va uzoq muddatli baxtga erishish uchun eski, noto'g'ri odatlar oqimiga qarshi borishning o'z-o'zini boshqarish harakati orqali ko'rish va his qilish mumkin.

Siz biror narsaga intilib, oxirigacha harakat qiladigan odam haqida o'qishingiz yoki eshitishingiz mumkin, ammo bunday doimiy harakat qiladiganlar kam.

Biroq, inson vaziyati yaxshi tomonga o'zgarguncha harakat qilishi mumkin, hatto uning xatolari dengiz kabi chuqur bo'lsa ham.

**Yolg'iz men okean qirg'og'ini kesib o'tdim
Va men to'lqinlarning baland shovqin bilan gumburlayotganini ko'rdim**

**Bo'ronli hayotingizni shiddatli oqimda ifodalash
Dahshatli, zo'ravon kengayish
Bu meni titratdi va tabiatning dahshatli g'azabidan uzoqlashdim**

**Atrofga qarasam, menga do'stona qo'llarini
silkitayotgan soyali daraxtni ko'rdim**

**Mehribon va ulug'vor ko'rinish bilan taskin
beruvchi**

**Barglari shabada ritmiga qarab tebranib turardi
Menga sizdan ekanligini bilgan muloyim bir xabar
yetkazildi**

**Men nigohimni cheksiz osmonga qaratdim
Va uning qorong'u qalbida, men xuddi bola kabi
sizga bir qarashni o'g'irlashga harakat qildim
Bulutlar uyumlari ortida yashiringan tanangizni
behuda qidirdim**

**Va ko'pik va yashil barglarning purkagichi, chunki
u ko'zlarim ko'rishi uchun juda mayin.**

**Ovozingiz quloqlarim eshita olmaydigan darajada
sof**

**Biroq, men sizning juda yaqin ekanligingizni
bilardim**

**Lekin sen, aziz jonim, qochib ketayotgan eding -
go'yo yashirinma-qidiruv o'yinidagidek -**

**Har safar senga yaqinlashganimda, seni
ushlashga harakat qilaman**

**Men seni qidirdim va senga yo'l izladim
Jaholatni zamonning o'zi kabi qadimgi holda
yashirish orqali**

**Nihoyat, umidsizlik va umidsizlik ichida seni
izlashni to'xtatdim**

**Ey ta'qibchilardan qochishga mohir bo'lganlar!
Men o'zimni kosmos labirintlarida yo'qotib
qo'ydim**

**Sizni ushlash yoki yuzingizga tikilib qarash
umidsiz joyda**

**Men shoshilib sendan yuz o'girdim, bo'ronli
dengizdan javob bo'lmadi!**

Yaxshi daraxtdan pichirlaydi

**Va cheksiz kosmosdan sukunat
Chuqur vodiylar va tog' cho'qqilaridan
Bularning barchasi meni borligimning eng tubiga
qadar azobladi**

**Hissiyotlari og'rigan bola kabi, men g'oyib bo'ldim
va seni izlashni to'xtatdim**

**Lekin to'satdan va kutilmaganda
Ko'rinmas qo'l uzatib, qalin pardani olib tashladi
Seni mendan asrlar davomida kim yashirdi
Eng katta mamnuniyat bilan
Men o'girilib qarasam, g'azablangan shovqin
emas, balki kulayotgan dengizni ko'rdim**

**Va baxtli dunyo
Va orzular tumanidan o'tadigan efir eshiklari
ochiladi**

**Va yonimda aziz, ko'rinmas mavjudot turardi
U menga nihoyatda shirin va pok bir pichirladi:
"Xush kelibsiz, xush kelibsiz! Siz mening
kelishimni xohlagan edingiz, shuning uchun men shu
yerdaman!"**

**Abadiyatdan pichirlashlar
Chunki Xudoga shukur qilish Uni sevishni
anglatadi**

**Biz unga yaqinroq bo'lishga va uni yaxshiroq
bilishga harakat qilamiz**

**Chunki U barcha in'omlar va sovg'alarning eng
saxovatli ilohiy beruvchisidir**

**Bu mehribon global oila sifatida uyg'unlik va
hamjihatlikda yashashni anglatadi**

**Bizni o'zaro xizmat ko'rsatish va boshqalarga
do'stona g'amxo'rlik qilish g'oyalari rag'batlantiradi**

**Va Xudo bu dunyoning oliy hukmdori ekanligini
anglash**

**Va biz xabardorlikni zichlikdan noziklikka
ko'tarish ustida ishlaymiz**

**Va fikrni cheklashdan tortib, tor, xudbin
manfaatlargacha**

**Insoniy mehr-shafqat doirasini kengaytirish uchun
Va yaxshilikka muhabbat va altruizm ruhi
hukmronlik qiladigan dunyoni qurish ustida ishlash**

**Shu tarzda biz Xudoga bo'lgan
minnatdorchiligimizni bildirishimiz mumkin**

**U bizga bergan bu hayot uchun
Va u bizga bergan imkoniyatdan foydalanib
Haqiqiy go'zallikni sinab ko'rish uchun
Va haqiqiy tinchlik
ma'naviy sevgi
Va sof quvonch**

**Agar biz Xudoni qalbimiz, ongimiz va jonimiz bilan
sevsak**

**Shunday qilib, biz o'zimiz uchun so'nmas ma'naviy
xazina to'plamoqdamiz**

**Biz bu hayotda bizga kerak bo'lgan hamma
narsaga ega ekanligimizga kafolat beramiz**

**Ko'pchilik Xudo haqida gapirdi
Uning durdona asarlaridan ko'pchilik hayratda
qoldi**

**Ko'pchilik u haqida o'qigan
Lekin uning borligini boshdan kechirganlar
Va uning shirinligini tatib ko'rganlar kam.
Uni taniganlar shular
Xudoni bilsak, hayot shirin bo'ladi
Hayot quvonch va yorqin umidlarga to'la
Qalblar Xudoga shukrona bilan to'lsin
Uning cheksiz ne'matlariga qaramay
Va Uning son-sanoqsiz ne'matlari
Har bir inson vositachi bo'lishi mumkin
U orqali ruhiy magnetizm oqadi
Lekin xudbin istaklar
Va qasos sevgisi**

**va nafrat
Kamchilik birikmalari
Bularning barchasi magnitlanish yoki kuch oqimini
cheklaydi**

**Uning oqimiga to'sqinlik qilish yoki to'sqinlik
qilish xatodir**

**Psixologik muvozanat magnetizmni ochib
berishga yordam beradi**

**Inson yumshoq va mehribon bo'lganda
U magnitlanishni namoyon qiladi
Meditatsiya - bu laboratoriya
Biz ichimizdagi muborak kuchlarni kashf eta
olamiz**

**Qalb Xudoning sevgisi bilan to'lganda
Va ko'zlar uning nuri bilan to'lgan
Magnetizm ma'naviy tabiatga aylanadi
Ma'naviy magnetizm o'rtasida katta farq bor
Ajoyib ta'sirga ega
Hayvonlar magnitlanishi
Ehtiros va instinktlar tomonidan boshqariladi
Bu ikki turdagi magnitlanishni farqlash muhimdir
Ma'naviy magnetizm altruizmga va boshqalarga
foйда keltirishga asoslangan**

**Hayvonlarning magnetizmi xudbinlik va
boshqalarni ekspluatatsiya qilish bilan bog'liq
Inson qo'rqmasligi kerak
Qo'rquvning o'zidan tashqari
Chunki bu muvaffaqiyat va sog'liqning eng katta
dushmani**

**Bu ongni zaharlaydi
Va bu qo'rqadigan narsalarni olib keladi
Og'riqni kuchaytiradi
Va bu qalbni vayron qiladi
Bu asab tizimi va miyaga zarar yetkazadi
Shuning uchun uni yo'q qilish kerak**

**Xudoga ishonish orqali
Ijobiy va ijodiy fikrlash
Nekbinlik va umid
Ilohiy himoyaga ishonib
Va kimki Xudoni sevsa
Va u Uning nurida yuradi
Qo'rquv zulmati uni yengib o'tolmaydi
Chunki Xudo u bilan birga
Kimning yonida Xudo bo'lsa, u yaxshi qo'llarda
muvozanatli hayot
Bu donolikka asoslangan
va ichki kuchlarni rivojlantirish
Diqqatni jamlash qobiliyatini rivojlantirish orqali
Va intellektual erkinlikka ega bo'lish
Va salbiy ta'sirlarni qaytarish qobiliyati
Va uning ong qatlamlariga kirishiga yo'l
qo'ymaslik
Shunday qilib, qalb osmoni va aql nuri
yashirinmaydi
Axloqiy va axloqiy tamoyillarga muvofiq yashash
Sabab va oqibat qonunini to'g'ri tushunish
Va yomon ishlarning urug'larini yoqing
Chuqur mulohaza va iltijo olovi bilan
Va baxtli ma'naviy kelajak uchun poydevor qo'yish
Yaxshi niyatlar bilan
Yaxshi ishlar
Sog'lom va toza mantiqiy fikrlash
Shogirdlar uchun ibodat
Yetmish yil oldin, o'qituvchi Paramahansa ushbu
ibodatni yozib qoldirgan edi
Unda u barcha izlovchilar uchun ilohiy inoyat,
yordam va yo'l-yo'riq so'raydi
Ma'naviy uyg'onish yo'llarida
Ey Rabbim, o'zimni eslaganimdan ko'ra Seni
ko'proq eslashimga yordam ber**

**Va sen mening qalbimda taxtga o'tirgan eng
buyuk shoh bo'lgin**

**Menga kelganlarning barchasiga baraka bering
Ular uchun yagona tilagim shuki, ular sizning
marhamatingizni his qilishlari va sevgingizni his
qilishlari**

**Sen mening hayotimsan
Va sen mening sevgimsan
Sen mening xazinamsan va borliqdagi
panohimsan**

**Va men sizga cheksiz sadoqatimni qasam ichaman
Sevging nuri mening sog'inchlarim qurbongohida
porlasin**

**Va barcha qabul qiluvchi qalblarda sizga bo'lgan
muhabbatni uyg'otish uchun**

**Siz menga iroda, qat'iyat va kuch berdingiz
Sizni orzu qilgan qalblarni olib kelishim uchun
Turli kelib chiqishiga qaramay, aka-ukalarim va
opa-singillarimning ruhlari**

**Meni shaffof vositachi qiling
Bilimingiz nuri ularning qalbiga oqib kirsin
Va bu undan qayg'u, qo'rquv va tashvishlar
soyalarini yo'q qiladi**

**Sizga chin qalbimdan chuqur minnatdorchilik va
minnatdorchilik bildiraman**

**Chunki siz mening hayotimni to'liq huzuringiz
bilan barakaladingiz**

**Xabaringizni tarqatishda yordam bering
Sevgi, tinchlik va yaxshilik xabari
Men o'zimni emas, balki sizni ulug'lashni
xohlayman**

**So'zlarim va yozuvlarim ortida ilhom bo'lsin
Toki ovozim va so'zlarimning tebranishlari sizning
ilhomingizni yetkazishi uchun**

Va shunda sizning kuchingiz mening irodam va qat'iyatimdan oqib chiqishi mumkin

Mening eng katta orzuim - sizning marhamatingizga sazovor bo'lish va irodangiz amalga oshishi

**Menga kelgan barcha tadqiqotchilar
Men ularni sizga yaxshi qalblar guldastasi sifatida taqdim etaman**

**Ularni O'z inoyating bilan sug'or
Va ularni tinchligingiz bilan to'ldiring
Va hayotimning bu so'nggi bobida
Qadamlarim uchun yagona yo'lboshchi
bo'lishingizni so'rayman**

**Va fikrlarim uchun eng muqaddas ilhom
Mening eng yuqori maqsadim bo'lsin
Odamlarning ongi va qalbini sizga yo'naltirish
Sizdan shogirdlarni barcha zararlardan himoya
qilishingizni so'rayman**

Va ularga Sening tirik suvlaring buloqlaridan ichirgin.

Va u ularga g'amxo'rlik qiladi va ularni himoya qiladi

**Uyg'oqlikda, uyquda va tushlarda
Va qayerda bo'lmasin, sizning g'amxo'rligingiz
ularga hamroh bo'lsin**

**hozir
Har bir zamon va joyda
Paramhansa Yogananda donishmandining so'zlaridan
Odamlar hayotdagi ba'zi narsalardan voz kechish
g'oyasidan shikoyat qiladilar**

**Garchi ular aslida ko'plab qimmatli narsalardan
voz kechishsa ham**

**Ularning tashvishlari orasida xotirjamlik ham bor;
ba'zan ular hatto o'zlarini qurbon qilishadi**

Tez buziladigan va vaqtinchalik pul uchun

**Boyluk odamdan tortib olinishi yoki dunyoni tark
etish orqali tortib olinishi mumkin**

U buni o'zi bilan olib keta olmaydi

**Pulning yagona haqiqiy qiymati uni foydali
narsalarga sarflashdadir**

**Va o'ziga va boshqalarga Xudoga va vijdonga
ma'qul keladigan tarzda baxt keltirishda**

**Faqat o'z xavfsizligi va qulayligi haqida
o'ylaydiganlar**

**Boshqalarning ehtiyojlarini unutish yoki e'tiborsiz
qoldirish**

**Aslida ular qashshoqlik bilan noz-karashma
qilmoqdalar**

Qaysi biri bir kun ularniki bo'ladi

**Boyluklarini yaxshi ishlar uchun ishlatish o'rniga,
ularga yopishib olganlar**

**Ular keyingi hayotlarida o'zlariga farovonlik
keltirmaydilar**

**Aksincha, ular kambag'al bo'lib tug'iladilar,
boylarning istaklari va ishtiyoqlari bilan.**

**Boyligi va farovonligini boshqalar bilan baham
ko'radiganlarga kelsak**

**Ular qayerga borsalar ham omad va mo'l-
ko'lchilikni jalb qiladilar**

**Bunga loyiq bo'lganlarga ixtiyoriy ravishda
berganingizda**

Xudo har doim siz bilan ekanligini bilib olasiz

U sizni hech qachon tark etmaydi

**Uning yordami va g'amxo'rliqi bilan sizga hech
narsa kerak bo'lmaydi**

**Xudoga ishoning, shunda Uning yordami sizga
keladi va Uning g'amxo'rliqi sizni qamrab oladi**

**Hayotimiz to'g'ridan-to'g'ri Xudodan kelishini
unutmasligimiz kerak**

Biz ongimiz, irodamiz va faoliyatimiz ekanligini anglaganimizda

Ularning barchasi Xudoga tayanadi va kuchlarini Undan oladi

Keyin biz undan to'g'ridan-to'g'ri ko'rsatmalar olamiz

Biz hayotimiz Uning cheksiz hayoti bilan bir ekanligini anglab yetamiz

Dunyo tabiiy va sun'iy bo'ronlarga to'la, Xudo esa bu dunyoning bo'ronlari, dovullari va yovuzliklaridan himoya qiluvchi yengilmas qalqon va xavfsiz boshpanadir.

Xudo qayerda bo'lsa ham, qo'rquv va qayg'u yo'q. Haqiqiy mo'min hayot janglarida va voqealar sinovlarida qat'iyatli va qat'iyatli bo'lib, Xudo u bilan ekanligiga, uni zarardan himoya qilishiga va uni bir lahza ham tark etmasligiga amin. Shunday qilib, qo'rquv uning qalbidan yo'qoladi va himoyaga bo'lgan so'zsiz ishonch ildiz otadi.

Qo'rqmas bo'lish Xudoga va Uning himoyasiga ishonishni, Uning adolati, donoligi, rahm-shafqati, sevgisi va hamma joyda mavjudligiga ishonishni anglatadi.

Qo'rquv insonni ruhiy kuchidan mahrum qiladi, ongni xiralashtiradi va yurakning tabiiy ritmlarini buzadi. Bundan tashqari, qo'rquv jismoniy buzilishlarni keltirib chiqaradi va psixologik kasalliklarga olib kelishi mumkin.

Inson xavotir va ruhiy qamoqqa berilish o'rniga, o'zini hamma narsani ko'ruvchi, hamma narsani eshituvchi Xudoning himoyasi ostida xavfsiz ekanligiga, Uning mustahkam qal'asida xavfsiz ekanligiga va Uning rahmati va g'amxo'rliqi bilan o'ralganligiga ishonch hosil qilishi kerak.

Inson Afrika o'rmonlarida bo'ladimi, jang maydonida bo'ladimi, kasallikdan yoki qashshoqlikdan aziyat chekadimi, u o'zini Xudoning qo'li xavfdan kuchliroq va Undan panoh izlaganlarni himoya qilishga qodir ekanligiga ishontirishi kerak.

O'zini himoya qilishning bundan samaraliroq usuli yo'q. Albatta, voqealar bilan ishlashda mantiqdan foydalanish kerak, shu bilan birga ilohiy yordamga to'liq ishonish kerak. Iymon hech qachon vaziyatga qaramay ehtiyotsizlik qilish yoki aqlsiz harakat qilish degani emas. Aksincha, nima bo'lishidan qat'i nazar, agar butun qalbimiz, joni va his-tuyg'ularimiz bilan Unga murojaat qilsak, faqat Xudo qiyin va sinovli paytlarda yordam berishga qodir ekanligiga o'zini ishontirishi kerak.

Hayot zulmatga burkangan va ba'zan oyoqlar qotib qoladi va oldinga siljishdan ikkilanadi. Hayotning qorong'u yo'llarida yurganda, Xudoning nuri bizga yo'l ko'rsatuvchi chiroq bo'lishiga yo'l qo'yishimiz kerak. U johillik va zulmat tunlarida to'lin oy, uyg'onish soatlarida nur quyoshi, yo'l-yo'riq mayoqi va yer yuzidagi, o'tkinchi zulmat dengizlarida yurganlar uchun Shimoliy Yulduzdir.

Dunyoda muammolar saqlanib qoladi, shuning uchun yo'l-yo'riq va yo'l-yo'riq uchun qayerga murojaat qilish mumkin? Odatlar, noto'g'ri qarashlar, oldindan o'ylangan tushunchalar va tarafkashliklar ta'sirida bo'lgan o'z fikrlari hech qanday foyda bermaydi va atrof-muhit, oila, mamlakat yoki dunyoning ta'siri to'g'ri yo'l-yo'riq ko'rsatishga qodir emas.

Shuning uchun, inson Xudoga murojaat qilishi va qalb tubidan haqiqat bilan uyg'unlikda chiqayotgan xotirjam, osoyishta ovozni tinglashi kerak.

**Aqliy mulohaza va ma'naviy introspeksiya
o'rtasidagi farq**

**Agar inson o'zini nazariy bilimlar bilan
dasturlashtirsa**

**Bu ko'chma yozib olish qurilmasiga aylanadi
U maqollarni takrorlaydi va balandparvoz
iboralarni aytadi**

**Boshqalar uni bilimdon olim deb hisoblashadi
Lekin bunday bilim
Bu haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri idrok etish bilan
mustahkamlanmaydi**

**Va hech qanday ma'naviy yutuqlar bunga teng
kela olmaydi**

**Bu turdagi ta'lim yoki intellektualizatsiya
"Ego" hissiy ong bilan bog'liq bo'lib qoladi
Bu o'zi jismoniy sezgilar bilan cheklangan
Nazariy bilim ilohiy bilimga ega bo'la olmaydi
Qimmatli vaqtingizni behuda sarflamaslik tavsiya
etiladi**

**Haqiqatda qo'llanilmaydigan nazariyalarga
asoslangan**

**Aks holda, u o'zini zich intellektual o'rmon
o'rtasida topadi.**

**Nazariyalar doirasidan chiqib keta olmayapman
Bu jarayon haqiqatni bilishga olib kelmaydi
Chunki haqiqat fikrlar va nazariyalardan
tashqarida**

**Ushbu yondashuvni qo'llaydigan ko'pchilik
Ular o'zlarining sub'ektiv xulosalariga bog'lanib
qolishadi**

**Agar inson o'zining aqliy kuchlaridan foydalansa
Pul va moddiy narsalar topish uchun, boshqa hech
narsa yo'q**

**Uning ongi jismoniy dunyoga jalb qilinadi
U cheksiz asoratlarga aralashib qoladi**

**Shuning uchun, donolar aytadilar
Inson barcha aqliy qobiliyatlarini ... ga
bag'ishlamasligi kerak**

**Xudo unga o'tkinchi narsalarni izlash uchun
bergan narsa**

**Aks holda, u o'zini materiya labirintida yo'qotib
qo'yadi.**

**U o'zi uchun kerak bo'lmagan cheklovlar va
cheklovlarni yaratadi**

**Shuning uchun u buning o'rniga aqliy
qobiliyatlaridan foydalanishi kerak**

**Hayotiy ehtiyojlarni qondirishda
Va uning axloqiy fazilatlarini rivojlantirishga
intilish**

**To'g'ri va noto'g'ri, zararli va foydalini farqlash
uchun**

**Va u o'zining ma'naviy tushunchasini
rivojlantirganda**

**U o'zida Xudoni his qila oladi
Va ma'naviy haqiqatlarning aniqligi
Zich materiya pardalari ortida yashiringan
Bu holat ruhiy introspeksiya deb ataladi
Ma'naviy o'sishning eng muhim elementlaridan
biri**

**Bu Xudoga fikrlarni pichirlash odati
Siz shaxsan ajoyib ijobiy o'zgarishlarga guvoh
bo'lasiz**

**Siz buni albatta yaxshi ko'rasiz
Bizning xavotirlarimiz nima bo'lishidan qat'iy
nazar**

**Xudo hayotimizda birinchi o'rinda turishi kerak
Biror kishi shouni ko'rishni xohlasa
Yoki yangi kiyim yoki yangi mashina sotib olish
Uning xayoli doim band ekanligi rost emasmi?**

Bu masalalarga kelsak va ularga qanday erishish yoki erishish mumkin?

**U istaklari amalga oshmaguncha tinchlanmaydi
Aksincha, u bu istaklarini ro'yobga chiqarish
uchun tinimsiz ishlashda davom etmoqda**

**Shunday qilib, inson ongi Xudo haqida o'ylash
bilan band bo'lishi kerak.**

**Va keyin barcha kichikroq, kichikroq istaklar
o'zgaradi**

**Xudoni his qilish va U bilan muloqot qilish istagi
kuchli.**

**Aql Xudoga samimiy, g'ayratli pichirlaganda
Sog'inchli qalb tubidan kelib chiqadi
Ruhning chaqirig'i kosmik qalbgga ta'sir qiladi
Va javob keladi va u bilan birga katta quvonch
keladi**

**Intellektual pichirlash iroda kuchini rivojlantiradi
Istalgan maqsadga erishish uchun yetarli kuchga
ega bo'lmaguningizcha**

**Insonning ongi va irodasi Xudo bilan uyg'un
bo'lganda**

**Ular cheksiz kuch bilan zaryadlangan
Shunday qilib, biror narsa haqida shunchaki
o'ylash unga erishish uchun yetarli bo'ladi**

**Chunki ilohiy qonun oliy iroda bilan uyg'un
bo'lganlar foydasiga ishlaydi.**

**Hayotimdagi barcha ajoyib yutuqlarim
Xudo bilan uyg'unlikda ong kuchi orqali erishiladi
Ilohiy generator ishlayotganida
Men orzu qilgan hamma narsa, istisnosiz, amalga
oshadi**

**Avvaliga u efirga uzatiladigan, ko'rinmas dizayn
sifatida paydo bo'ladi**

**Keyin u yerda qarshilik ko'rsatib bo'lmaydigan
kuch bilan namoyon bo'ladi**

O'sish siri

Biz boshdan kechirgan har bir tajriba orqali o'sib boramiz, agar ulardan qimmatli saboqlar olishimiz mumkinligini anglasak. Biz boshdan kechirayotgan barcha og'riq va azoblarning ma'nosi va maqsadi bor.

Sinovlarning qattiqligiga qaramay, ular temir rudasini eritib, uni chiroyli, bardoshli va ko'p qirrali po'latga aylantiradigan olovga o'xshaydi.

Va sinovlarning yonayotgan olovi bilan ajratib oladigan donolik po'lati ajoyib narsadir. Chunki hayot bizni asosiy metallarimizni qimmatbaho elementlarga aylantirish orqali poklaydi, toki biz bu hayotda gavhar kabi sof, po'lat kabi qattiq va shu bilan birga egiluvchan va egiluvchan bo'lib, qiyinchiliklar va qiyin sinovlar bosimi ostida sinishga duchor bo'lmay yashay olamiz.

G'azabdan buzilgan, shafqatsizlikdan yaralangan yuzlarni ko'rganimizda, ularning nigohi bizni o'z qalbimizdagi xunuklikni — yomon niyatlardan va ichimizdagi muborak ilohiy tasvirni yashiradigan chuqur g'azablardan boshqa hech narsa bilan tegmagan qalbni — xuddi kuy oynani buzganidek, yovuz niyatlardan va chuqur g'azablardan boshqa hech narsa bilan tegmagan qalbni yo'q qilishga undaydi. Boshqalarning og'riqli harakatlari bizda o'z xatti-harakatlarimizni yaxshilash va o'zimizni nazorat qilish istagini uyg'otishi kerak, toki biz o'zimizning itoatsiz ehtiroslarimizning xo'jayini bo'laylik, ularga qul bo'lmaylik.

Yaxshi so'zlar ko'plab kasalliklar uchun ajoyib davodir, ular kuchli, deyarli sehrli, magnit kuchga ega bo'lib, so'zlovchiga mo'l-ko'l baraka va farovonlik keltiradi. Yumshatuvchi, muloyim so'zlarni ishlatadiganlar ular orqali uzluksiz oqayotgan nozik oqimni his qilishadi, ular mo'l-ko'l xotirjamlikka

to'ladilar. Buning sababi, bu oqim uning yuqori manbasiga bog'liq, doimo oqadi va u bilan uyg'unlikda qalblarga yetib boradi. Shunda ular bu baxt oqimini tinchlikka intilayotgan qalblarga yetkaza oladilar.

Har kuni inson boshqalarga eng yaxshi ko'rinishni istab, o'z yuzini ko'rish uchun oynaga qaraydi. Unda ular uchun har kuni o'zlari bilan birga bo'lish va yaltiroq yuzaki ko'rinishlar ortida nima yashiringanini aniqlash uchun ichki tahlil oynasiga qarash qanchalik muhimroq? Chunki tashqi jozibali har bir narsa o'zining jozibasini ichki "men"dan oladi va hech narsa qalb oynasini bulg'ay olmaydi. Poklik g'azab, xafagarchilik, hasad va nafrat kabi psixologik buzilishlarga o'xshaydi. Kimki o'zini ruh tabiatiga begona bo'lgan bu birikmalardan xalos qilishga harakat qilsa, ichki go'zallik nurini ichkaridan sochadi va xotirjam qalbgaga ega odam nimani his qilayotganini tatib ko'radi.

Tahlil orqali biz inson muammolari uch xil ekanligini aniqlaymiz: inson tanasiga hujum qiladigan muammolar va kasalliklar, ongga hujum qiladigan boshqalar va ruh yo'llarini to'sadigan uchinchi toifa mavjud.

Kasallik, qarilik va o'lim tana duch keladigan qiyinchiliklar va to'siqlardir. Biroq, ruhiy kasalliklar ongga qayg'u, qo'rquv, g'azab, bostirilgan istaklar, nafrat, nafrat, hissiy obsessiyalar, qizg'in asabiy qo'zg'alish va aqliy qobiliyatlarni falaj qiladigan psixologik saraton orqali kirib boradi. Biroq, eng xavfli kasallik - bu johillikda namoyon bo'ladigan ruh kasalligi bo'lib, undan boshqa barcha kasalliklar kelib chiqadi va tarqaladi.

**Umumjahon inson
Ustoz Paramhansaning ta'limotlaridan
ilhomlangan**

**Ajratuvchi dengizlar bo'ylab
Borliqning chekka burchagida
Kosmik inson menga ko'rindi
Hashamatli nur bilan
U quyoshning chiqishi va yorqinligini taqlid qiladi
Uning uyi toza o'rmonlarning qoq markazida edi
Men uni donolikning oltin o'tloqlarida sayr
qilayotganini ko'rdim
Yoshlikning hayotiyligi bilan
Va bolalarning quvonchi
U yangi oyning sehrli nurini orzu qiladi
U son-sanoqsiz uylar orasida harakatlanadi
U yengillik va chaqqonlik bilan paydo bo'ladi
Asrlar va asrlar darvozalaridan
Bir zum g'alati shakl paydo bo'ldi
Keyin u g'oyib bo'ldi
Keyin yana paydo bo'ldi
So'nish va yo'qolishga qarshi turish
Cheksiz osmonning efiri kabi gavharlangan
Va uning yuzidan ko'plab mash'alalar porladi
Yonayotgan sog'inch haqida hikoyalar aytiladi
Va yonayotgan his-tuyg'ular
Va yoshlik go'zalligi
Va sof yoshlik sevgisi
Uning ko'zlaridan nurli iymon uchqunlari otilib
chiqdi
Va ishonchli umidning pushti nuri
Va ko'zlarni qamashtiradigan chaqmoq
Qattqlik va qobiliyat uchun
U koinotning burchaklarini yoritadi
Uning diapazoni eng uzoq yulduzlarga yetib
boradi
Qanday cheksiz shon-sharaf!
Okean qalbingdan chiqayotgan, ey kosmik inson**

**Men sizning ulug'vor, nurli qiyofangizga uzoq vaqt
tikilib qoldim**

**Men cheksiz kengaytmalar va sirlarni ko'rdim
Go'yo men inson ruhining namoyon bo'lishiga
guvoh bo'lgandek edim**

**Barcha ulug'vorligi va ulug'vorligida
Sharq-G'arb jurnali**

Dunyoda yaxshilik yomonlikdan ko'ra ko'proq

**Shubhalar paydo bo'lganda, biz buyuk
insonlarning hayotini eslashimiz kerak. Biz inson
ekanligimiz rost, lekin Xudo bizga kamdan-kam
foydalanadigan favqulodda kuchlarni ato etgan,
shuning uchun nega qarilik, kasallik va qayg'udan
qo'rqib titraymiz?**

**Biz tanaga g'amxo'rlik qilish uchun qo'limizdan
kelganini qilishimiz kerak, lekin qo'rquvga
berilmasligimiz yoki o'zimizni johillik uyumlari ostiga
ko'mmasligimiz kerak. Tana butun inson emas.**

**Bu dunyoda yaxshilik yomonlikdan ustun turadi,
chunki Xudo eng oliy kuchdir. Lekin bizga yomonlik
tushganda, biz uni nazorat qilishga yoki uning
ta'siridan qochishga kuchimiz yo'q deb o'ylaymiz.**

**Yovuzlik bo'ronlari esishi aniq, ammo biz ularning
oqibatlarini yengib, ular ustidan ko'tarila olamiz**

**Bizga hayot yo'q qilish uchun emas, balki bizga
abadiyat ongini singdirish uchun berilgan va biz bu
haqiqatni yodda tutishimiz kerak.**

**Fikr erkinligisiz inson o'zini sof, o'z-o'zidan va
tabiiy tarzda ifoda eta olmaydi. Esingizda bo'lsin, siz
tubdan erkinsiz. Iroda kuchi har doim erkindir.**

Agar siz irodangizdan to'g'ri foydalansangiz, bu siz uchun yangi karma yaratadi, ammo ko'pchilik odamlar o'zgarishni yoki harakat qilishni xohlamaydilar, shuning uchun ular qiyinchiliklar oldida yiqilib, qiyinchiliklarga dosh berolmaydilar.

Inson xohlagan narsani qilishi erkinlik emas, chunki u o'z xohish-istaklari bilan bog'langan va shuning uchun uning harakatlarini umuman erkinlik deb atash mumkin emas.

Haqiqiy erkinlik hamma narsani donolik bilan boshqariladigan iroda bilan bajarish demakdir. Inson o'z irodasini faollashtirib, uni yaxshi va foydali ishlar uchun ishlatsa, o'tmishdagi harakatlarining oqibatlarini nazorat qila oladi va bu oqibatlar muqarrar ravishda ularga ergashadi.

Agar ishlaringizni aql va iroda bilan boshqarsangiz, o'tmishdagi gunohlaringiz kuchsizlanadi va yaxshi odatlaringiz mustahkamlanadi.

Chuqur singib ketgan odatlar bizni ma'lum ma'noda qul qiladi va shuning uchun biz haqiqiy erkinlikda yashamaymiz.

Biz doimo o'zimizga yetishmaydigan narsani xohlaymiz va keraksiz narsalarga bog'lanib qolamiz. Biror narsa bizni egallab olgandan so'ng, biz vaqtincha iroda erkinligimizni yo'qotamiz. Xuddi sharqliklar qadimgi urf-odatlar qulligida bo'lgani kabi, g'arbliklar ham zamonaviy urf-odatlar qulligida. Biz o'z taqdirimizni yaratamiz va uning quliga aylanamiz.

Nima uchun bir bola yovuz oilada tug'iladi, boshqasi esa yaxshi oilada tug'iladi? Ularning har biri

o'z erkinligidan foydalanib, o'tmishda (avvalgi hayotda) ma'lum bir tarzda yashashgan va shu tariqa bu hayotda o'zlariga shunday holatlarni keltirib chiqarishgan.

Xudosiz haqiqiy erkinlik yo'q Biz Uni doimo o'ylashimiz kerak Bizning tashvishlarimiz va fikrlarimiz qanday bo'lishidan qat'i nazar, Xudo qalbimizda birinchi o'rinni egallashi kerak

Va biz chinakamiga U bilan birlashganimizda, bizga Uning ilohiy yordami bilan istalgan vaqtda bajarishimiz kerak bo'lgan narsani amalga oshirish qobiliyati beriladi.

Shogird uchun maslahat

Talabalardan biri o'qituvchi Paramhansadan so'radi

Unga o'zini rivojlantirish bo'yicha ba'zi maslahatlar berish uchun u shunday dedi:

Agar sevilishni istasangiz

Sizning mehringizga muhtoj bo'lgan boshqalarni sevishdan boshlang

Va agar siz boshqalardan kutsangiz

Sizga sodiq va sodiq bo'lish uchun

Ularga sodiq va samimiy bo'ling

Va agar siz boshqalarning yomon va ayyorona harakat qilmasligini istasangiz

Fikrlaringizga yolg'on singib ketishiga yo'l qo'ymang

Boshqalarga zarar yetkazadigan tarzda harakat qilmang

Agar boshqalar sizga hamdard bo'lishlarini istasangiz

Ularga mehr-shafqat ko'rsatishdan boshlang

Ayniqsa, atrofingizdagilarga nisbatan

Agar boshqalar sizni hurmat qilishini istasangiz

Siz ular orasidagi yoshlarga ham, keksalarga ham hurmat ko'rsatishingiz kerak

Agar siz boshqalardan tinchlik istasangiz

Siz uyg'un hayot kechirishingiz kerak

Agar odamlar dindor bo'lishini istasangiz

Ruhiy bo'ling va boshqalarga o'zingizni his qilishiga imkon bering

Siz yaxshi o'rnaksiz va ular sizga ishonishlari va ishonishlari mumkin

Qisqasi, boshqalarga ko'rsatishni istagan hamma narsa

Yaxshilikning afzalliklaridan biri

Avvalo buni hayotingizda ko'rsating

Odamlar sizga ham xuddi shunday munosabatda bo'lishlarini ko'rasiz

Agar siz kerakli sohalarni aniqlay olsangiz

Hayotingizni rivojlantirish va yaxshilash uchun

Tushkunlikka tushmasdan yoki o'zini past his qilish kompleksini rivojlantirmasdan

Va agar siz shaxsingizni yaxshilash uchun doimiy ravishda ishlasangiz

Shunda sarflagan vaqtingiz yanada foydali va mazmunli bo'ladi

Agar uni tilaklarga sarflasangiz-chi?

Odamlar o'zlarini takomillashtirishlari

Sizning yaxshi namunangiz va oqilona yondashuvingiz

Boshqalarni o'zgartirish qobiliyatining yuqoriligi

Sizning shunchaki istaklaringizdan, g'azabingizdan va so'zlaringizdan

Kashmus son-sanoqsiz

Siz barcha yaxshiliklarning manbaisiz

Va barcha kuch manbai

Bizga baraka ber, ey Rabbim

Toki biz Sening marhamatingni bizga ko'rsatishimiz uchun

Bizning sog'lig'imizda

va bizning intellektual intilishlarimiz

Bizning ruhiy ifodalarimizda

Siz yulduzlardagi yorug'liksiz

Atomlardagi energiya

Va qalblarda mehr-oqibat

Go'zallik halollikda

Buyuklik halollikda

O'zimizni qayta zaryadlashga yordam bering

Sizning oliy kuchingiz bilan

Sizning cheksiz donoligingiz bilan

Va sizning cheksiz haqiqiyligingiz bilan

**Keling, sizning sog'liq manbai ekanligingizni tan
olaylik**

va hayot muhiti

Va barcha tushuncha va bilim manbai

Bizni jaholat va uning oqibatlaridan xalos qiling

Qo'rquv va xavotirlardan

Donoligingiz toshqini oqib ketsin

Hayotimizning barcha vayronalari va xarobasi

**Yuzingizni bizdan yashiradigan pardalarni yirtib
tashlang**

Sizni juda yorqin nur bilan ko'rishaylik

Hayotimiz ufqida son-sanoqsiz quyoshlar

**Sizni doimo yangilanib turuvchi kuch sifatida his
qilaylik**

Bizning g'oyalarimiz ilhomlantiradi

Va ruhimizni oziqlantiring

Bizning tanamiz oziqlanadi

Va bizning orzularimiz amalga oshadi

Omin

Ko'pchilik nima uchunligini bilmaydi

Ularning bu yer yuzidagi mavjudligidan

Ular hayotning maqsadi deb hisoblashadi

Bu istaklarning amalga oshishi

Hayotiy ehtiyojlarni qondirish

Lazzatlanish va insoniy sevgini izlash

Va oxirida oxirgi chaqiruvchiga taslim bo'ling

Odamlar hayotlarini boshlaydilar

Muayyan moyillikka ega dasturchilar

Va o'tmishda amalga oshmagan istaklar

Va ular harakat qilishadi - qolgan ozgina irodalari bilan -

Boshqalarning istaklari va harakatlariga taqlid qilish

Agar ular biznesmenlar bilan aralashsalar

Ular ular kabi bo'lishni xohlashadi

Va agar ular rassomlar bilan aloqa qilsalar

San'at ular uchun hamma narsaga aylanadi

Xudo bizning bu dunyoda amaliy bo'lishimizni xohlaydi

U bizga uni qondirish uchun mehnat qilishimizni talab qiladigan ochlikni berdi

Lekin oziq-ovqat va boshpana qidirish

Pul va mulk, boshqa hech narsa emas

**Bu shuni anglatadiki, inson o'z baxtining
manbasini unutadi**

Biz ishlashimiz kerakligi rost

Bizning ehtiyojlarimizni qondirish uchun

**Va biz qonuniy maqsadlarimizga erishishga
intilamiz**

Lekin birinchi navbatda

Qalbimizni Xudoga ochish uchun

**Biz qilayotgan barcha ishlarimizda Uning yo'l-
yo'riqini va roziligini so'raymiz**

**Unda biz hayot maktabida muvaffaqiyat
qozonishimiz kerak**

Chunki biz ko'rsatmalarimizni olamiz

Buyuk Menejer va Tasarrufchidan

Bizga nima kerakligini biladigan odam

Biz uchun eng yaxshisi nima?

Shuning uchun biz Unga ishonishimiz kerak

Biz Uning dono irodasiga bo'ysunamiz

Ustoz Paramahansaga shogirdlaridan xatlar

Sizga tashrifim xotirasi hali ham yodda

"Inner Culture" jurnalining XIV jildida

**Mualliflari tomonidan turli mamlakatlardan
yuborilgan xatlar**

Undan quyidagilarni iqtibos keltiramiz:

**Sizning ta'limotlaringizni diqqat bilan o'qib
chiqish orqali sizga shuni ma'lum qilmoqchimanki,**

Men ruhiy ma'rifat oldim

Men doim izlaganim

**Sizning ta'limotlaringiz men uchun baxt
eshiklarini ochdi**

*** * ***

**Men sizning ruhiy tasdiqlaringizni har kuni mashq
qilaman**

**Men salbiy fikrlar asta-sekin kamayib
borayotganini payqadim**

Qo'rquvlar yo'qoldi

Men hayotimning har bir lahzasidan zavqlanaman

Yordamingiz uchun rahmat

*** * ***

Men ko'p barakalarni olaman

Sizning ma'naviy ta'limotlaringizdan

Fikrlaringizni o'qishni intiqlik bilan kutaman

**Men buni hayotimga tatbiq etish uchun qo'limdan
kelganini qilaman**

Sizning ta'limotlaringiz go'zal va foydali

*** * ***

Men sizning ajoyib falsafangizda topaman

Hayrat va ilhomga nima ilhom bag'ishlaydi

**Menga bergan barcha narsalaringiz uchun eng
chuqur minnatdorchiligimni bildiraman**

Yordam va psixologik qulaylikdan

*** * ***

Men buni haftalik olishni juda xohlayman

Sizning ta'limotlaringizdan yangi dars haqida

Men har bir darsdan zavq va ma'rifat topaman

*** * ***

Chin qalbimdan rahmat

**Ichki dunyomni tushunishimga yordam berish
uchun**

**Va menga ichimdagi yashirin kuchlar haqida
xabar berish uchun**

**Va mening tushunchamga Xudoning nurini
ko'rsatish uchun**

Sizdan olgan ta'limotlarim orqali

*** * ***

Sizga tashrifimni hali ham eslayman

**U to'rt yildan beri mening fikrlarimda yashab
kelmoqda**

**Men hali ham Xudoga bo'lgan to'liq ishonchingizni
eslayman**

Va insoniyatga bo'lgan muhabbatingiz

Bu menga o'zimni anglashga yordam berdi

Men yolg'izman deb o'ylaganimda

**Mening do'stlarim yo'q va menga hamdard
bo'lgan hech kim yo'q.**

**Bu menga o'zimga ishonch bag'ishladi va
kayfiyatimni ko'tardi**

**Bu meni hayot sharoitlariga qarshi turishda
jasoratli bo'lishga ilhomlantirdi**

*** * ***

Qirq yil davomida

**Men fan va bilimning turli sohalarini
o'rganganman**

Lekin men shuncha o'qishdan hech narsa olmadim

**Sizning ta'limotlaringizdan o'rganganlarimga
o'xshash narsa haqida**

*** * ***

**Sizning ta'limotlaringizni o'qib juda ko'p foyda
olaman**

Agar odamlar soni ko'proq bo'lsa

**Ular sizning g'oyalaringizni o'rganadilar va
amalga oshiradilar**

Biz yashayotgan dunyo shunday bo'lar edi

Undan ham yaxshiroq

*** * ***

**Sizga chin qalbidan minnatdorchilik
bildirmoqchiman**

Hayotimga kelgan ne'matlar uchun

**Men sizning ta'limotlaringizni diqqat va diqqat
bilan o'qiy boshlaganimdan beri**

**Rahmat, va Xudo sizning ajoyib harakatlaringizni
barakalasin**

**Va sizning ishingiz insoniyatga xizmat qilishga
bag'ishlangan**

*** * ***

**Muvaffaqiyatim uchun ibodat qilishingizni
so'raganimdan beri**

Mening ahvolim sezilarli darajada yaxshilandi

**Sizga chuqur minnatdorchiligimni bildiraman va
ibodat qilishda davom etishingizga umid qilaman.**

*** * ***

Oxirgi xabaringizni olganimda

**Men hali ham shubhalarning qorong'u o'rmonida
kezib yurgan edim**

**Va u o'sha o'rmondan chiqadigan yo'lni ko'ra
olmadi**

**Lekin Xudoga shukur va sizning maxsus
ibodatlaringiz tufayli**

**Yo'lim aniqlashdi va Xudoga bo'lgan imonim
mustahkamlandi**

Mening ahvolim har jihatdan yaxshilandi

**Va iltimos, javob berilgan ibodatlaringizda meni
doim eslab turing**

*** * ***

Sizning ta'limotlaringiz menga juda yordam berdi

Va men undan juda katta foyda oldim

Va bu menga aniq dalillar bilan isbotlandi

Ma'naviy tasdiqlaringiz va ijobiy fikrlashingizning samaradorligi

Men minnatdorchilikdan to'lib-toshganman

Men his qilayotgan sog'liq, quvonch va xotirjamlik tufayli

Men meditatsiyada kundan-kunga taraqqiyotga erishayotganimni his qilyapman

*** * ***

Agar sizning ajoyib va ilhomlantiruvchi ta'limotlaringiz bo'lmaganida edi

Bu yer yuzidagi hayotim nihoyatda cheklangan bo'lar edi

Sizning alohida e'tiboringiz uchun sizga minnatdorchilik bildirmoqchiman

U menga so'nggi uch yil ichida bergan

*** * ***

"Ma'naviy madaniyat" jurnali uchun rahmat

Unda men har kuni ruh uchun baraka va ozuqa topaman

Meni siz va ta'limotlaringiz bilan tanishtirgan Xudoga shukur

*** * ***

**Oylik xatlaringiz uchun sizga rahmat
aytmoqchiman**

Oxirgi xabar ilhomga to'la ekanligini topdim

**Shunday qilib, men uni adabiyot darsidagi
o'quvchilarimga o'qib berdim**

**Ular uning mazmuniga ijobiy munosabatda
bo'lishdi**

Bu barchamiz uchun quvonchli voqea edi

**Xatda keltirilgan fikrlaringiz meni juda hayratda
qoldirdi**

**Shunchalik ko'p ediki, men buni o'quvchilarim
bilan baham ko'rmoqchi edim**

**Bu xabar chuqur mulohaza holatini keltirib
chiqardi**

Va ruh sirlariga introspeksiya

**Menimcha, bu menga muammolarni hal qilishga
yordam beradi**

**Va hayot tajribalariga oqilona va ijobiy
munosabatda bo'lish**

*** * ***

Sizning ta'limotlaringiz bebahodir

**Darslaringizning birortasini ham o'tkazib
yuborishni istamayman**

**O'qituvchi Paramahansaning ma'ruzalaridan
Ruhning baxti ko'tarilganda**

**O'zining tubida yashiringan
Tez o'tuvchi hissiy zavqlarning qalin qatlami
Ruhning oltin nuri so'nadi
Va shaffof qalbning qobiliyatlari yashiringan
Materialning zichligi ortida
Insonning ongiga jalb qilinganida
Rashk va hasadga
Va uni qo'rquv va xavotirlar bulutlari o'rab olgan
U baxtsiz va baxtsiz bo'lib qoladi
Va u kuchsiz edi
Lekin u xuddi shu e'tiborni qaratganda
Sevgi, tinchlik va hamjihatlik sari
U o'zini juda baxtli his qiladi
Ruh o'zini baxtli his qiladi
Jismoniy istaklardan yuz o'girganingizda
Azob-uqubat va baxtsizlik bilan aralashgan
Shaffof qalbning afzalliklariga
Nafis zavqlarga to'la
Agar ruh butunlay cho'mdirilgan bo'lsa
Bu dunyoning qo'pol zavqlari bilan
U tadqiqotga qiziqmaydi
Eng yuqori zavqlar haqida
Va qalb quvonchini tatib ko'ra olmaslik
Ko'pchilik bahslashishi mumkin
moddiy zavqlardan voz kechish
Bu dunyoda deyarli imkonsiz
Yoki odamlar bilan yashayotganda
Ularning g'oyalari faqat moddiy narsalar atrofida
aylanadi
Lekin bu oddiy odamdan talab qilinmaydi
Dunyoni tark etib, tog'lar va o'rmonlarga borish
Tinchlik va osoyishtalikni topish uchun
Aksincha, u bu dunyoda bo'lishi kerak
Kuchli oqimlari uni olib ketishiga yo'l qo'ymasdan**

**Dunyoning notinch to'liqlari uni bosib ketmasligi
uchun**

**U atrofdagilarga salbiy munosabatda bo'lmasligi
kerak**

Xuddi o'sha payt

**U materializm uni ko'r qilib qo'yishiga yo'l
qo'ymasligi kerak**

**Shunday qilib, u o'zining ma'naviy tabiati bilan
aloqani yo'qotmaydi**

U baxtning quvonchini tatib ko'ra olmaydi

Va ilohiy nurlarga guvoh bo'lish

Ruh xazinalari

Paramhansa Yogananda donishmandining ta'limotidan

Bu dunyo shunchaki orzu

Xuddi kinematografik taqdimotda tub farq yo'qligi kabi

Dengiz va osmon o'rtasida, ikki xil darajadagi yorug'lik

tebranishi mavjud

Bu dunyoda shunday

Qayg'u, quvonch, og'riq, zavq, issiqlik va sovuq bu

.dunyoning orzularidir

Biz bugun shu yerdamiz va ertaga kosmik tushdagi

bulutlar kabi shunchaki soyalar kabi pastga tushamiz

Lekin bu o'tkinchi, vaqtinchalik tasvir ortida abadiy ruh

.yashiringan

Bizning ruhimiz uning ajralmas qismidir

Xudo yagona haqiqatdir. Biz doimo vasvasalar

.yengilmasligi uchun ibodat qilishimiz kerak

Hayot - bu uni eslab qolish qobiliyatimizga to'sqinlik

qiladigan nogironlikdir

Shu tarzda ibodat qilganimda, boshqa har qachongidan

ko'ra ko'proq natijaga erishaman

Keyin, hatto jiddiy bir narsa yuz bersa ham, bu meni

to'xtata olmaydi

U haqida o'ylash menga Uning muqaddas huzurida

o'zimni xavfsiz va xotirjam his qilishimga yordam beradi

Xavfsizlik qirg'og'iga yetgunimizcha bu yerdagi hayot
bepusht va tartibsiz ko'rinadi
Shuning uchun men har doim oliy haqiqatning ahamiyati
va shon-shuhratiga guvohlik berish uchun shu yerda
.ekanligimni aytaman
Biz umidlarimizni o'tkinchi dunyoviy maqsadlar va nozik
moddiy narsalarga bog'lamasligimiz kerak
Bunday nozik bog'liqliklar bizni ongsiz ravishda asosiy
maqsadimizdan uzoqlashtiradi
Xuddi bu bizni asl o'zligimizdan uzoqlashtirgani kabi
Atrof-muhit odamlarda xayollarni keltirib chiqaradi va
ularni o'zlarini buyuk deb bilishga majbur qiladi
Chinakam shuhratparast inson o'tkinchi va vaqtinchalik
ekologik ongdan ustun turishi kerak
U o'zidagi haqiqatni tan oladi, shunda bu haqiqat uning
muhitiga aylanadi
Tabiat va uning hayotidagi yagona ta'sir
Biz Xudodan bizni hidoyat bilan ilhomlantirishini va Unga
yo'naltirishini so'raymiz
Va bu dunyoni tark etishdan oldin uni topish uchun
Biz boshdan kechirgan tajribalar va boshdan
kechirayotgan azob-uqubatlarning tabiati qanday bo'lishidan
qat'iy nazar
Xudoning yordami yaqinligiga umidimizni
yo'qotmasligimiz kerak
Va U yurakdan chiqadigan, sog'inch bilan to'la har bir
ibodatga javob beradi
U yaqinlarini tashlab ketmaydi yoki ularni taqdirning
rahm-shafqatiga qoldirmaydi
Oltindan ham qimmatliroq
Bir kuni, tog'lar orasida kezib yurgan bir zohid kichik bir
soydan suv ichish uchun to'xtadi va ko'zlari soyning tiniq
suvlari ostida yarqirab turgan sof tabiiy oltin bo'lagiga
tushdi. U kosasini suv bilan to'ldirdi, oltin tangani sumkasiga
.soldi va dam olish uchun yo'l chetiga o'tirdi

Shu payt yo'lda charchoqdan nafasi chiqib turgan bir yigit paydo bo'ldi. U zohidga yaqinlashib, unga: "Men bugun ovqat yemadim va oldinda uzoq yo'lim bor. Safarda hamrohingizni boqish uchun bir bo'lak noningiz bormi?" dedi

Zohid javob berdi: "Xursandchilik va sharaf bilan, men siz bilan bor nonlarni baham ko'rishdan xursandman." Keyin u xaltaga ishora qilib: "Iltimos, borini oling", dedi

Yigit xaltadan nonni chiqarayotganda, oltin tosh tushib ketdi, shunda zohid uni ushlab chetga qo'ydi

Ular ovqatlanayotganlarida, yigit oltinga tikilib, u haqida hayrat bilan gapiraverdi va zohidni omad bilan hamda sariq toshi unga bergan xavfsizlik, osoyishtalik va xotirjamlik bilan tabrikladi

Yigit yo'lida davom etish uchun o'rnidan turganda, zohid jilmayib, toshni qo'lga tutqazdi

Yigit qo'lga to'satdan tushgan bu boylikdan juda hayratda qoldi va hech narsaga deyarli e'tibor bermay, cheksiz quvonch bilan yo'lga tushdi

Lekin shunga qaramay, g'alati fikrlar uni qiynab, bezovta qilaverdi va u jim bo'la olmadi yoki ulardan qutula olmadi.

To'satdan u yo'lini o'zgartirib, zohidning oldiga qaytib, xazinasini homiysi oldiga qo'ydi va unga minnatdorchilik va :hurmat bilan ta'zim qilib salom bergandan so'ng, dedi

Menga bergan bu toshning naqadar qadrli ekanligini"

juda yaxshi bilaman, lekin men sizda bu oltindan ham qadrliroq narsa borligini his qilyapman va Xudo haqi, menga bu oltinni berishga imkon bergan boy qalbingizda olib yurgan

"!narsangiz bilan menga saxovatli bo'lishingizni so'rayman

Farovonlik davrida odamlar Xudoga shukur qilishadi

Uning mo'l-ko'l va ko'p sonli ne'matlari uchun

Lekin atmosfera g'amgin bo'lganda

Yomon omad keladi

Shikoyat va xafagarchilik keladi

Va ko'pchiligimiz tirik imonimizni yo'qotmoqdamiz

Ko'zi hech qachon uxlamaydigan Zotga qasamki

Biz falokatlar va qiyin vaziyatlarni yaratamiz
Bizning diqqatimiz va e'tiborimiz markazida
Agar biz ijobiy yo'lni qidirsak
Biz umid uchqunlarini ko'rgan bo'lar edik
Biz ilohiy yordamga ishonishimiz kerak
Va bizni yaratgan Zot bizni tark etmaydi
Qiyin sharoitlarga qaramay
Hayot kurashi
Va sahna g'amgin
Agar biz to'liq ishonch bilan ilohiy yo'l-yo'riqni izlasak,
biz uni qabul qilamiz
Kim bolalarning imoni va ishonchiga ega bo'lsa, yordam
oladi
Borliqning barcha elementlari birlashadi
Unga kerak bo'lgan narsaga erishish uchun
Bizni ko'rishayotganini ich-ichimizdan his qilishimiz
kerak
Va bu ilohiy yordam uzoq emas
Biz nekbinlik omadni magnit kabi o'ziga jalb qilishini
tushunamiz
Hayotning yorqin tomonini ta'kidlash
Bu bizga yaxshilik borligiga va yaqinligiga ishonch
beradi
Va bu g'alaba zulmat va tasodifiylikka emas, balki
yorug'likka tegishli
Xudo ilohiy hamrohdir
Unga suyanganlarni xafa qilmaydigan Zot
Va biz Uning bizga yaqinligi, himoyasi va bizga yordami
haqida o'ylaganimizda
Hayot yaxshi tomonga o'zgaradi
Yurak minnatdorchilik va minnatdorchilikka to'ladi
Ne'matlar xazinalari qo'lida bo'lgan Zotga
Va Jannat kalitlari
Biz o'zimizni mantiqsiz harakatlarimiz orqali jazolaymiz

Biz o'zimizni to'g'ri xatti-harakatlarimiz uchun

mukofotlaymiz

Xudo insonga bergan aqldan noto'g'ri foydalanish

Bu og'riq va azob-uqubatlarning sababi bo'lgan gunohga

olib keladi

Aqldan to'g'ri foydalanishga kelsak

Bu fazilatga olib keladi, bu esa o'z navbatida baxtga olib

keladi

Xudo insonga aql bergan

va vijdon

iroda erkinligi

Samoviy amrlar

Agar u to'g'ri yo'lni tanlasa, mukofotlanadi; aks holda, u

.o'z harakatlarining oqibatlarini o'z zimmasiga oladi

U vaqtinchalik yashash vaqtidagi xatti-harakatlari

haqida hisobot berishi kerak

Xudoning bu yerida

Inson Xudo unga bergan bu mustaqillikni suiiste'mol

qildi

Natijada, u o'ziga johillik, jismoniy va intellektual azob

keltirdi

Erta o'lim va boshqa kasalliklar

U ekanini o'radi va sabab va oqibat qonuni hammaga

.tegishli

Insonning hozirgi kuni o'tgan kunlariga bog'liq

Uning kelajagi ham qanday yashashiga bog'liq

Va u hozirgi kunlarini shu bilan o'tkazadi

Va u o'z ongi tuprog'iga ekan urug'larning sifati haqida

Shunday qilib, inson, garchi Xudo suratida yaratilgan

bo'lsa ham

U o'z qalbida yashirin ilohiy kuchlarga ega

U xatolari tufayli bu vakolatlardan foydalanish huquqini

yo'qotadi

Va u o'ziga qo'yadigan cheklovlar

Aql qonunlarini buzish

Ruhning chirishga moyil bo'lgan vaqtinchalik tana bilan
aloqasi

Va atrof-muhit, genetik yoki global ta'sirlarga berilish

Bu insonning umidsizlik, umidsizlik, baxtsizlik va

.muvaffaqiyatsizliklarining sabablaridan biridir

Shuning uchun u o'z yo'nalishini to'g'rilashi kerak

U ongining kompasini qayta sozlaydi

Agar u o'zini bilishni istasa

Va u o'zining asosiy manbai bilan qayta bog'lanadi

U o'z hayotining idishini yaxshilik, yorug'lik va bilim bilan

to'ldiradi

Okeanni bitta portlash bilan sig'dirib bo'lmaydi

Xuddi shunday, cheklangan inson ongi kosmik ongni o'z

ichiga ololmaydi

Lekin bu cheklovlardan xalos bo'lishni istagan va

.ishlayotganlar uchun mumkin

Va cheksiz to'liq ong ostonasiga yetib borish

Va U zot ularga O'z fazlidan ziyoda qiladi. Va Alloh

.xohlagan kishilariga behisob rizq beradi

So'rang, shunda u sizga beriladi

Taqillating, shunda u sizga ochiladi

Agar shukr qilsangizlar, albatta, sizlarga (ne'matimni)

.ziyoda qilaman

So'zlarni noto'g'ri ishlatish eng halokatli va halokatli

qurollardan biridir

Asabiylashishning asosiy sababi qo'pol va xafa qiluvchi

nutqdir

G'iybat qilishdan yoki behuda suhbatlardan qochish

kerak

Janjal va tortishuvlardan qoching va tajovuzkor

moyilliklardan xalos bo'ling

Agar er yoki xotin g'azablansa va ulardan biri ikkinchisini

g'azablantirsa

Eng yaxshi yo'l - boshqa odamning yurishi

Va bo'ron tinchlanmaguncha javob bermaslik

Va agar ulardan biri xafa qiluvchi so'zlarni aytsa
Boshqa odam ham shunga o'xshash so'zlar bilan javob
bermasligi yaxshiroqdir
Aksincha, fikrlar tinchlanib, kayfiyatingiz soviguncha
xotirjam bo'ling
Agar xotin eriga baqirib, er esa baland ovozda qichqirib
:javob bersa, er ikki marta azob chekadi
Birinchi marta uning achchiq so'zlaridan, ikkinchi marta
esa uning qat'iy so'zlaridan edi
Shuning uchun u birinchi navbatda o'ziga zarar
yetkazadi
Bu ajralish yoki boshqa noxush oqibatlarga olib kelishi
mumkin
O'jarlik yoki boshqalarga nisbatan pastkash
munosabatda bo'lishdan ham qochish kerak
.Shu bilan birga, janjal va janjalga aralashmaslik kerak
Aksincha, xotirjamlik va ruhiy xotirjamlik tiklanishini
.kutish kerak
Hech kim sizning tinchligingizni o'g'irlashiga yo'l
qo'ymang
Og'zaki (yoki yozma) haqoratlar bilan boshqalarning
tinchligini buzang
So'zlarni noto'g'ri ishlatish eng halokatli va halokatli
qurollardan biridir
Inson bunday gaplarni jahl bilan yoki his-tuyg'ulari avj
olgan paytda aytishi mumkin
U aslida aytishni istamaydigan noo'rin tildan foydalanadi
va keyin buning uchun afsuslanadi
Boshqa odam bu so'zlarni yigirma yil eslab qoladi
(Qayg'u osonlikcha unutilmaydi)
Shu nuqtai nazardan qaraganda, xotira yomon narsa
Xotiraning kuchi to'g'ri ishlatilsa, bu ne'matdir
Lekin yomon narsalar uchun ombor sifatida ishlatilsa,
zararli
Bizga qarshi sodir etilganlar

Donolik jannatiga kirishga tayyorgarlik ko'rishda
Inson evolyutsiyasining butun jarayoni johillik
.bo'ronlarini tinchlantirishga qaratilgan
To'lqin dengizga qaytib, u bilan yana birlashishi uchun
Ya'ni, inson hayot kuchi buyuk ma'naviy olam bilan
.birlashishi uchun
Olimlar, ishbilarmonlar va ijtimoiy islohotchilar doimo
bilvosita global birlikni qurish yo'lini ochishga harakat
.qilmoqdalar
Barcha ilmiy, falsafiy va axloqiy maktablar donolik
bog'laridan haqiqat guldastasini to'plashga va inson
qalblarini abadiy donolik jannatiga kirishga tayyorgarlik
ko'rish uchun barcha nafis, ajoyib va foydali narsalar bilan
.bezashga astoydil intiladilar
Oltin kashfiyotlar orqali fan insonga zaruriy narsalar va
moddiy ehtiyojlarni ta'minlash orqali bevosita yordam beradi
va bilvosita ko'plab "mo''jizalar" va sirli hodisalar haqidagi
.ba'zi qarashlarini tuzatishga yordam beradi
Ilm-fan bizga suv sovuq tufayli tebranish tartibini
o'zgartirganda, u boshqa qattiq moddalar singari suv bilan
aralashish yoki tubida cho'kish o'rniga, suv yuzasida suzib
.yuruvchi muzga aylanishini aytadi
Bu hodisa olimlarga Iso Masih suv yuzasida yurganida,
avliyolar, payg'ambarlar va donishmandlarga ma'lum bo'lgan
psixologik usullardan foydalanib, tanasining tebranishlarini
.o'zgartirgan bo'lishi kerakligini ko'rsatadi
Insoniyatni umuminsoniy birlik va baxt uyiga olib kelish
uchun barcha moddiy, axloqiy, diniy, sanoat, ijtimoiy-siyosiy
va metafizik faoliyatlar kuchlarini birlashtirishi va shu
.maqsadda sa'y-harakatlarini birlashtirishi kerak
Sog'liqni saqlash, tinchlik, farovonlik, ta'lim va yaxshi
axloqqa oid global qonunlar uchun qat'iy standartlar,
shuningdek, Yer sayyorasidagi milliardlab odamlarga
madaniyatli insonga mos keladigan yaxlit va muvozanatli
o'sishni ta'minlaydigan va unga baxt va xotirjamlik baxsh

etadigan ma'naviy, psixologik va amaliy qonunlar uchun
.standartlar bo'yicha kelishib olish mumkin
Dunyo fuqarosi kichik bir hayot va kichik bir tana bilan
.cheklanib qolmasligi kerak

Aksincha, u o'zini kosmik hayot tomonidan
boshqariladigan buyuk inson oilasining a'zosi deb biladi va
"siz hayot okeanining ajralmas qismisiz" degan haqiqat
.ustida mulohaza yuritadi

Xabardorlik cheksiz va cheksizdir
U hatto eng uzoq yulduzlargacha ham cho'ziladi
U koinotdagi har bir atomga singib ketadi
Hatto eng kichik elektronlar ham
Inson o'zini kosmik ong okeani bilan bir butun deb his
.qilishi kerak

Va oila va millatdan oshib ketish
U o'zini katta inson oilasining a'zosi ekanligini tan oladi
Monotonlik va xilma-xillik o'rtasidagi quvonch
Sizga juda o'xshash va xilma-xillikdan mahrum bo'lgan
zavq yoqmaydi

Aksincha, u dinamik va jonli quvonchni xohlaydi
O'ziga xosligi tufayli e'tiborni tortadi
U o'zining ulug'vorligi bilan ongni o'ziga tortadi
Va u qalbni o'zining shirinligi bilan to'ldiradi
Bu sizni o'zining nihoyatda yoqimli tabiati bilan
qoniqtiradi va hayratda qoldiradi
Vaqti-vaqti bilan keladigan baxt
Bu ongni hayajonga soladi, lekin istaklarni bajarmaydi
Va monotonlik bilan ifloslangan zavqlar zerikishni keltirib
chiqaradi

Va qisqa vaqt davom etadigan quvonch
Keyin u yo'qoladi, ortida istalmagan quvonch bo'lgan
pushaymonlikni qoldiradi

Va chaqnab, yo'qolib ketadigan quvonch
Sizni chalkashlik va befarqlik holatida qoldirish - bu
o'tkinchi va og'riqli quvonchdir

Doim ritmik ravishda o'zgarib turadigan quvonchga
kelsak

Biroq, uning mohiyati o'zgarishsiz qolmoqda
Turli rollar va harakatlar bilan tomoshabinlarini xushnud
etadigan mohir aktyor kabi

Bu siz izlayotgan va egalik qilishni istagan narsadir
Bu quvonchga Xudoning mo'jizalari haqida o'ylash orqali
erishish mumkin

Va muntazam va chuqur meditatsiya bilan
Doimiy va yangilangan quvonchning ichki manbai
Faqat U sizning baxtga bo'lgan chanqog'ingizni
qondirishga qodir

Ma'naviy baxt - bu yagona haqiqiy zavq
Bu sizni zeriktirmaydi yoki boshqa hech narsaga moyil
qilmaydi

- Insonning barcha ishlari - yaxshi yoki yomon
Bu baxtni izlashda doimiy, tinimsiz harakatdir
Yomonlik baxtni va'da qiladi, lekin baxtsizlik va
baxtsizlik keltiradi

Yaxshilikka kelsak, u melanxoliyani bag'ishlaydiganga
o'xshaydi

Intizom talabi va iroda kuchini faollashtirish tufayli
Lekin bu, albatta, oxirida abadiy quvonch keltiradi
Xudo abadiyat davomida doimiy va yangilanadigan
quvonchdir

Va uni topganingizda, siz mavjud bo'lgan eng qimmatli
.narsani topgandek his qilasiz

Siz endi "boshqa narsa" sarobini ta'qib qilishingiz shart
.bo'lmaydi

Sizga yetib borolmasdan yoki qo'lga kirita olmasdan
ko'rinadigan narsa

"Ma'naviy quvonch - bu "boshqa narsa

Va uni o'zingizda topganingizda
Endi baxt izlashingiz shart bo'lmaydi

Va o'sha yangilangan quvonchda sizning istaklaringiz
amalga oshadi

U orzu qilgan hamma narsaga ega
Va bilingki, do'stlarim, moddiy narsalar
Bu o'ylashdan tashqarida qoladigan zavq bag'ishlaydi
Va bu narsalar, ular taqdim etadigan zavqlar bilan birga
U ongga aqliy tasvirlar orqali kiradi
Biroq, ma'naviy quvonch - bu qalbning xabardorligidir
Kimning tabiati eng yuqori baxtdir
U fikrga juda yaqin joylashgan
Bu hatto meditatsiya paytida fikr ichkariga
.yo'naltirilganda ham fikrdan tug'iladi
Tashqi narsalar shikastlanganda
Qaysi fikr zavq uchun bog'liq
Bu narsalar keltiradigan baxt ham yo'q qilinadi
Lekin ma'naviy quvonch doimo yangilanadi
.U qalb ichida mavjud va halokatga chidamli
Va quvonchni yo'q qilib bo'lmasligini ifodalash
Agar kimdir o'zining ruhiy holatini ataylab o'zgartirishni
tanlamasa
U tushkun kayfiyatni oziqlantirish orqali depressiyaga
berilib ketadi
Boshqa narsa
Siz hech qachon o'sha "boshqa narsani" tushunishga
?harakat qilganmisiz
Sizga ko'rinadigan va his-tuyg'ularingiz fonida raqsga
tushadigan sarob kabi
Va barcha bajarilgan orzularingizning oxiri haqida nima
?deyish mumkin
:Masalani tahlil qiling
Siz biror narsaga erisha olmaguningizcha uni orzu qilasiz
Lekin u siz uchun mavjud bo'lgandan so'ng, siz ertami-
kechmi undan zerikasiz
?Va siz boshqa narsani xohlaysiz, shunday emasmi

Hayot sizga birdaniga xohlagan narsangizni bergan
:bo'lsa ham
Biroz vaqt o'tgach, boylik, hokimiyat va do'stlaringizdan
.norozi bo'lasiz
Va siz boshqa narsani xohlaysiz Lekin bir narsa hech
qachon o'zining yangiligini yo'qotmaydi
Uning yorqinligi siz uchun hech qachon so'nmaydi, bu
quvonchning o'zi
Siz izlayotgan barcha narsalarda
Va u bunga erishishga va uni qo'lga kiritishga intiladi
To'g'ridan-to'g'ri yoki bilvosita
Siz aslida baxt izlayapsiz
Istaklaringizni amalga oshirish orqali
Sizga qayg'u keltiradigan narsalarni xohlamaysiz
Va dastlab sizga ozgina zavq bag'ishlaydigan narsalarni
xohlamaysiz
Lekin oxir-oqibat, bu sizni pushaymonlik va
pushaymonlik tubiga cho'mdiradi
Nimani qidirsangiz ham
Siz uni chin dildan sog'inchi, intizorlik, ishtiyoq va g'ayrat
bilan izlaysiz
Uni qo'lga kiritgandan keyin qoniqish hosil qilishga umid
qilish
Bu haqiqatan ham sizniki bo'lganda xursand bo'lishingiz
kerak
Xo'sh, nega quvonchni to'g'ridan-to'g'ri izlamaslik va uni
?uning manbalaridan olmaslik kerak
Nima uchun uni imkonsiz jismoniy vositalar orqali izlash
?kerak
Uni sizga sof, beg'ubor va hech qanday kamchiliksiz
!?berish uchunmi
Biror kishi qisqa muddatli moddiy narsalarning rahm-
shafqatini so'raganda
Uning baxti qisqa muddatli zavqlarga bog'liq

Moddiy narsalar va moddiy istaklarni qondirishdan kelib
chiqadigan qoniqish
Bu vaqtinchalik va shuning uchun u orqali erishilgan
.baxt o'tkinchi

Bu ham vaqtinchalik
Ovqatlanish, atirlarni hidlash va musiqa tinglash
Go'zal narsalarni ko'rish va yoqimli narsalarga teginish
Barcha o'tkinchi zavqlar
Uning davomiyligi ta'm va hid bilish davomiyligi bilan
bog'liq

Eshitish, ko'rish va teginish
Yoki ong undan charchaguncha
U boshqa stimulyatorlarga jalb qilinadi
U o'tkinchi quvonchni xohlamaydi
U yo'q qilinganda, u orqasida qayg'u hissi qoldiradi
Aksincha, u bir lahza ham chaqnab, keyin yo'q bo'lib
ketmaydigan quvonchni orzu qiladi
Va men hech qachon so'nmaydigan quvonchni orzu
qilaman

Sof, doimiy radioaktiv radium
Bu quvonch faqat Xudoda bor
Barcha quvonch va zavq manbai
Quyosh har kuni bir marta chiqadi
Lekin Uning borligi doimo yorqin
Koinot parchalanishga moyil, ammo
Bu abadiy hayotdir
Hayotingizda quvonch doimo yangilanib tursin
Xudo bizga bergan bu muborak yurt
U bizning uning go'zalligidan bahramand bo'lishimizni
xohlaydi

Va biz uni saqlaymiz
Biz buni isrof qilinmasligi yoki suiiste'mol qilinmasligi
kerak bo'lgan ne'mat deb bilamiz
!Unda juda ko'p ajoyibotlar va mo''jizalar mavjud
Cho'qqilar ustidan cho'qqilar

Va qatlamlar ustiga qatlamlar
tekisliklar va dashtlar
Dengizlar va daryolar
o'rmonlar va o'rmonzorlar
Va har tomonga cheksiz cho'zilgan cho'llar
Bu kosmik teatr
Tepaliklar uxlab yotgan joyda
Va qor bilan qoplangan qoyalar yotadi
Baland daraxtlar bo'yinlarini cho'zadilar
Quruq tog'lar o'zining ko'kalamzorligi va serhosilligini
qaytarib olmoqda
Vaqt izlari ulkan qoyalarga bosilgan
?Hayajonli manzaralarni kim taqdim eta oladi
Xo'sh, bu Xudoning diyorining ko'zni qamashtiruvchi
manzaralari haqida nima deyish mumkin, ular tasvirlashga
!?!oyiqmi
Bu qalbni quvonch bilan to'ldiradi
Va minglab tasavvurlar bilan ongni yoqadi
!Ta'riflashga erisha olmaydigan narsani ifodalash uchun
Yerning go'zalliklari haqida o'ylash tafakkur qiluvchining
imonini mustahkamlaydi
U tabiat qonunlaridan yuqori ong ostonasigacha o'tadi
Ijodkorlik hech qachon tugamaydigan joyda
Va u chegarada to'xtamaydi
Bu cheksizdir
:Bir safar bir bola shunday dedi
Inson o'zini hech narsaga muhtoj his qilishi nimani"
"anglatishini bilmayman
Xudoning mo'jizalari haqida o'ylagan odam buni his
qiladi
Bu dunyoning turli burchaklarida mislsizdir
Shunga qaramay, inson o'zini hamma narsa deb o'ylaydi
Alif va Ya
Boshlanishi va oxiri
Va undan yuqori cho'qqisi bo'lmagan qaddi-qomat

Ajoyib balandliklar bor
Va qallda hayrat uyg'otadigan chuqurliklar
Va mavjudot eriydigan kenglik
Va kunduzgi kun kabi mo'l-ko'l
Va yuqoriga qarashga undaydigan chiroqlar
Qani endi insoniyat keng qamrovli tasavvurga ega bo'lsa
edi

Siz har tomonda ko'rasiz
Uni o'rab turgan ijodkorlik mo'jizalarini anglash uchun
Tarqalgan marvaridlar kabi yoyilib keting
Xudoning keng yerida tafakkur qiladigan odamlar bor
Darhaqiqat, Yaratganning yaratgan har bir narsasi
hayratga soladi

Bu ilhomlantiruvchi
Sharq xazinalari - Sharq-G'arb jurnali
Biz Undan, Eng Oliy Zotdan so'raymiz
Bilim uchqunlari bilan yo'q qilish uchun
illyuziyalar zulmati
Va qalblar va onglarni to'ldirish uchun
Mo'l-ko'l ne'matlar va tushunchalar bilan
Va Uning eng ulug'vor mavjudligi qalblarda namoyon
bo'lishi uchun
Va U unga ishonch bag'ishlaydi
Bu xavfsiz boshpana
Va bu ruh osmonidan chalkashlik bulutlarini yo'q qiladi
Va bu bizni umidsizlik tuyg'ularidan uzoqlashtiradi
Va bu bizni baxt tongining otishiga ishonch bilan
ilhomlantiradi

Va ruhlar xursand bo'ladi
Va tinchlik va quvonch qushlari
U hayot bog'larida qo'shiq aytadi
Sevgi nafratni yengadi
Va yorqin umid umidsizlikning zulmatini yo'q qiladi
Va yaxshilik safari davom etadi
Haqiqat bayrog'i doimo baland hilpirab turadi

Do'stona tushunish yodgorliklari ustida
Va olijanob insoniy tuyg'ular
Ey qalblar shifokori, shifo Sendan keladi
Ruhlar kasalliklarga chalingan edi
Sizdan bir teginish zahar va kasallikni yo'q qiladi
O'lim va falokatdan saqlanish mumkin bo'lsin
Sizning ismingiz yovuzlik va zararga qarshi jozibadir
Va osmon tinglaydigan ibodat
Tayyorgarlik va
To'g'ri tarbiya: amaliy usullar va amaliyotlar
To'g'ri ota-onalik usullari tushunchani rivojlantirishni o'z
ichiga oladi
Va intuitiv bilimlar omboriga kirishga harakat qilish
Ruh ichidagi yashirin narsa va inson ongining unga
aloqasi
Bir hayot yetarli emas
Barcha ma'naviy va moddiy narsalarni bilish
An'anaviy bilim usullaridan foydalanish
Faqat sezgilarga tayanish
Aql-idrok va meditatsiya bilan shug'ullanish
Ular intuitiv qobiliyatni rivojlantirish va kuchaytirishga
yordam beradi
To'g'ridan-to'g'ri, ma'lum bir idrok orqali
Iloji bo'lsa, aql-idrokni rivojlantirish erta bolalikdan
boshlanishi kerak
Agar buning iloji bo'lmasa, uni istalgan vaqtda boshlash
mumkin
Bunga qo'chimcha
Bolalar va o'smirlarga iloji boricha yordam berish kerak
,Ularga ota-onalikning to'g'ri usullarini o'rgatish orqali
Fikrlarini ideallarga yo'naltirish
Va ularning his-tuyg'ularini olijanob tuyg'ular bilan
oziqlantirish
Va ularga burchni hurmat qilishni o'rgatish

Va o'zlari va boshqalar bilan halol, qadr-qimmat va
halollik bilan muomala qilish
O'z-o'zini tarbiyalashning muhim jihatlari orasida
:quyidagilar mavjud
Umurtqa pog'onasini to'g'ri tutib yurish va o'tirish
Tanadagi hayotiy faoliyatning to'siqsiz oqimini
osonlashtirish uchun
O'z-o'zini anglash qobiliyatini rivojlantirish uchun aqliy
diqqatni jamlashni o'rganing va undan foydalaning
Ijodiy fikrlashni mashq qilish
Vazifalarni chin dildan istak bilan bajarish
Ratsional va irratsional o'rtasidagi farqni aniqlash
Haqiqat va illyuziya
Va sevgi doirasini kengaytirish
O'zini sevishdan oilaviy sevgigacha
Oila sevgisidan jamiyat sevgisiga
Jamiyatga muhabbatdan vatanga muhabbatgacha
Vatanga muhabbatdan dunyoga muhabbatgacha
Dunyo sevgisidan Xudo sevgisiga
Va ularning ma'naviy o'sishi bilan
Ular hamma joyda yaxshilik va haqiqatni yoyishlari
mumkin bo'ladi
.Va ular ichida porlayotgan yaxshilik nuri yo'qoladi
Yovuzlik zulmati ularni o'rab oladi
Uning yordami bilan U yuksalsin
Bu dunyoni tark etgan yaqinlaringiz bilan ma'naviy
aloqa
Agar siz bu dunyoni tark etgan yaqinlaringizga o'z
fikrlaringizni yubormoqchi bo'lsangiz
Xonangizda jimgina o'tiring va Xudo haqida mulohaza
qiling
Va qalbingizda xotirjamlikni his qilganingizda
Old tomondagi ma'naviy ong markaziga chuqur e'tibor
qarating
?Qoshlar orasidagi nuqtada iroda markazi qaysi

O'tgan azizlarga sevgingizni yuboring
O'sha markazda siz muloqot qilmoqchi bo'lgan odamni
tasavvur qiling

Va uning qalbiga sevgi, ezgu tilaklar va dalda
tebranishlarini yuboring

Agar buni muntazam ravishda qilsangiz
Va siz o'sha aziz insonga bo'lgan qiziqishingizni
yo'qotmadingiz

U, albatta, sizning fikrlaringizdan tebranishlarni oladi
Bu dunyoda yaqinlaridan ayrilganlar ularni unutmaydilar
Xuddi yaqinlari ularni hech qachon unutmaganidek
Va ularning ongi saqlanib qoladi, yaqinlarining xotirasini
saqlab qoladi

Ularni bu dunyoda qoldirganlar
Va o'sha yaqinlaringizdan javob olmoqchi bo'lganingizda
Yurakka e'tibor qarating va diqqatingiz yetarlicha
chuqurlikka yetganda

Ular sizga birinchi marta tushingizda ko'rinishi mumkin
.va bu ular uchun mumkin

Ba'zan siz bir xil tushni qayta-qayta ko'rishingiz mumkin
Hamma tushlar ham ma'nosiz emas
Agar fikrlaringiz xotirjam va uyg'un bo'lsa
Siz kimdir tush orqali siz bilan aloqa qilishga harakat
qilayotganini bilib olasiz

Ma'naviy taraqqiyot bilan, yaqinlaringiz meditatsiya
.paytida sizga vahiyalarda ko'rinishi mumkin
Inson ma'naviy yuksalishning yuqori darajasiga
yetganda

U o'zidan oldin o'tgan ruhlarni ko'ra oladi
Bunday holatlarga ko'plab misollar mavjud
Lekin haqiqiy ma'naviy taraqqiyot avvalo sodir bo'lishi
kerak

Xudoni chuqur o'ylaydigan kishi
Xudo unga bularning barchasini ko'rsatadi

Yaqinlaringizning o'limidan keyin qayg'urish, yig'lash va
yo'qotish hissini his qilish o'rniga
Biz ularga his qiladigan sevgini yuborishimiz kerak
Ular bir xil tuyg'uga javob berishadi
Lekin biz marhumlarning ruhini o'zimizga sudrab
bormasligimiz kerak
Bizning asossiz his-tuyg'ularimiz orqali
Xudbinlik va chuqur qayg'u
.Ketayotgan odamga "Men seni sevaman" deyish kifoya
Ajralganlarga mehrlilik fikrlar va ezgu tilaklarni yuboring
Qachonki buni qilgim kelsa
Lekin yiliga kamida bir marta - ma'lum bir yubileyda
:Ularga aql bilan ayting
Xudo bizni yana birlashtiradi
Biz sevgimizni rivojlantirishda va oramizdagi mehr-
oqibat rishtalarini mustahkamlashda davom etamiz
Agar siz ularga hozir do'stona fikrlaringizni yuborsangiz,
shunday qilishda davom eting
Xudo xohlasa, albatta bir kun ular bilan uchrashasiz
Siz bu yer yuzidagi hayot mavjud bo'lgan hamma narsa
emasligini tushunasiz
Bu sizning abadiy munosabatlaringiz zanjiridagi bitta
halqa
O'tgan yaqinlaringiz bilan
Alloh ularga rahm qilsin va ularni O'z nuri va roziligi
bilan yog'dirsin
Izoh: Bu usulning seanslarga mutlaqo aloqasi yo'q, biz
ularni tavsiya qilmaymiz, shuning uchun ushbu aniqlik
.kiritildi

Charchoqdan xalos bo'lish
Izoh: Ushbu ma'lumot va maslahat tibbiy maslahatning
o'rnini bosmaydi, shuning uchun ushbu tushuntirish
Ratsionga sariyog 'va sut mahsulotlari kiritilishi kerak
Sutni ovqatdan alohida iste'mol qilish kerak
Uni ovqat bilan ichmaslik yaxshiroqdir

Sut foydali laksatif xususiyatlarga ega
Ammo sut shilimshiq ishlab chiqarishga olib keladi
Sinus muammolaridan aziyat chekadiganlar uchun mos
emas

Yoki burun oqishi va shamollashdan
Bu apelsin sharbatiga ham tegishli
Ushbu holatlardan aziyat chekayotganlar uchun
Bundan aziyat chekkanlarning ko'pchiligi mening
- maslahatimga javoban yengillik topdilar
Ratsiondan apelsin sharbatini chiqarib tashlash orqali
sezilarli yaxshilanish

(Ular o'sha holatdan aziyat chekayotgan paytda)
Limon sharbati ajoyib dezinfektsiyalovchi xususiyatlarga
ega bo'lsa-da

Ammo bu sinusitni ham kuchaytiradi
Nondan tayyorlangan nondan ko'ra ko'proq
qoniqtiruvchi (ochlikni qondiruvchi) narsa yo'q
Yangi maydalangan bug'doy unidan tayyorlangan
Biroq, balg'amli odamlar kraxmaldan saqlanishlari kerak
Bug'doy nonini yaxshilab qovurilgandan keyin iste'mol
qilish mumkin

Qabziyat charchoqning yana bir sababidir va u
.organizmda toksinlarning to'planishi bilan bog'liq
Bu oziq-ovqatdan energiya olishiga ta'sir qiladi
Agar siz ich qotishi bilan og'rigan bo'lsangiz, iloji bo'lsa,
tabiiy laksatifdan foydalaning
Agar tanangizni toksinlardan (chiqindilardan) xoli
tutsangiz, charchoq his qilmaysiz

Odamni charchagan qiladigan narsa tanada
to'planadigan toksinlardir
Giyohvand moddalar va giyohvand moddalar ham zaiflik
hissiyotini keltirib chiqaradi
Masalan, afyun o'z foydalanuvchilarining tashabbusini
tortib oladi

Ular shunchaki g'uvullash, uxlash va orzu qilishdan
boshqa hech narsa qilishni xohlamaydilar
Charchoq tuyg'usidan xalos bo'lishning eng samarali
usullaridan biri

.Bu jinsiy hayotni iloji boricha saqlab qolish uchun kerak
Chunki buni haddan tashqari mashq qilish ijodiy
energiyani behuda sarflashdir

Bu ularning ham jismoniy, ham ruhiy darajada sezilarli
darajada yo'qolishiga olib keladi

:Shogird yo'l boshchisidan so'radi
Janob, ruhiy mavjudot va uni bilishni qanday talqin
?qilasiz

:Qo'llanma javob berdi
Ma'naviy mavjudot - bu ma'naviy idrok va kuchlarning
ongli bilimidir

Xuddi dengiz jonzoatlari suvga cho'mganlarida o'zlarini
qanday his qilsalar, shunday

Va osmon qushlari kosmos bilan o'ralgan
Bu ruh efiridan hayotiy energiyani ajratib olishdir
Va tanadan oqib o'tadigan farovonlik va hayotiylik hissi
U hujayralarni hayot iksiri bilan jonlantiradi va ularni
butunlay yangilaydi

:Shunda shogird so'radi
?Va bu testni olishning yo'li qanday
:Qo'llanma javob berdi
O'zingizni ruhiy tabiatga ega ekanligingizni tasdiqlash
orqali

Va jismoniy mavjudot, nisbiy haqiqatiga qaramay
Biroq, bu ruh mohiyatining tashqi qobig'idir
Va bu hayot suvi, ya'ni baxt bulog'i
Bu sizning nervlaringiz orqali oqib o'tadi, bu sizga
eyforiya, energiya va hushyorlikni his qilishingizga sabab
bo'ladi

:Shogird davom etib, shunday dedi
?Bu holatga erishishda qanday to'siqlar mavjud

:Qo'llanma quyidagicha tushuntiradi
Bu to'siqlar nomuvofiq fikrlar va achchiq his-tuyg'ularda
yotadi
Va zararli parazit begona o'tlar sifatida ishlaydigan
salbiy ta'sirlar
Spirtli o'simlik haqida
Shuning uchun ong maydoni barcha iflosliklardan
.tozalanishi va poklanishi kerak
Va uning tuprog'idan shubha tikanlarini sug'urib
tashlash va uni tirik imon bilan o'g'itlash
Chuqur sog'inch, niyat pokligi va yaxshi niyat
Yo'q qilinishi kerak bo'lgan zaharli jismoniy bo'lmagan
o'simliklar mavjud
Nafrat, yovuzlik, hasad, rashk, qo'rquv va boshqa his-
tuyg'ular kabi
Vayron qiluvchi va uning o'rniga sevgi, ishonch,
tushunish, olijanoblik va halollik urug'larini ekish
:Shunda shogird so'raydi
Hayotdagi muammolarni hal qilishning eng yaxshi yo'li
?qanday
:Qo'llanma javob beradi
Har bir qulfning kaliti bor va har bir muammoning
yechimi bor
,Va kimda aql, idrok, jasorat va sabr-toqat bo'lsa
Ilohiy yordamga ishonish har qanday muammoga
yechim topishga olib keladi
Va duch keladigan har bir qiyin muammo sizning
kuchingiz sinovi ekanligini unutmang
Va kayfiyatingizni ko'tarish uchun va har bir muammoni
yengib o'tish bilan siz oldinga bir qadam tashlaysiz
Hayot zinapoyasida sizni ulkan yutuqlar kutmoqda
U shu asosda qiyin vaziyatlarni hal qildi
Siz tushunish, kuch va quvonchga ega bo'lishingizni
topasiz

Yo'l davomida to'siqlarni yengib o'tish va yangi
bosqichlarni yakunlash orqali
Va bilingki, Xudo bilimingizni oshirsin, sizga kerak
bo'lgan hamma narsa sizning ichingizda
Agar siz kamtarlik va samimiyat bilan ilohiy yordam
so'rasangiz, uni olasiz
Sizga yaxshilik eshiklari va nur xazinalari ochiladi
Sharq xazinalari – mulohazalar va yo'l-yo'riqlar
Sharq-G'arb ichki madaniyati
Tinchlik va yorug'lik manbai
O'qituvchi ilohiy mavjudlik hissi haqida gapirar ekan,
:shunday dedi
Agar inson Xudodan bexabar holda yashasa
Uning borligiga tegmasdan
Uning hayoti xavf ostida bo'ladi
Va hal qilib bo'lmaydigan muammolar va inqirozlarga
moyil
Og'riq istak va qat'iyatni tug'dirmaguncha
Sirlar sirini va xotirjamlik va yorug'lik manbasini kashf
etish
Eng buyuk sirni kashf etish orqali
U ozodlik, baxt va go'zallikning ma'nosini biladi
Inson hayotining diqqat markazini va ongining markazini
o'zgartirishi kerak
Materiyadan ruhgacha
"Va cheklovlari bilan "o'zidan
Cheksiz hissiy o'lchamga
Shunda u o'zining avvalgidek va hozir ham shunday
.ekanligini anglaydi
Abadiyatning iliq, mehrli quchog'ida
U shuningdek, tushunishni tezlashtirish ustida ishlashi
kerak
Fikrga chuqurroq kirib borish orqali
Va harakatni ikki baravar oshiring
Va ilohiy mavjudlik tegganda

U barcha to'siqlar va qiyinchiliklarni yengib o'tadi
Bu uning yo'lini to'sib qo'yadi va uning rivojlanishiga
to'sqinlik qiladi

O'limdan keyin odam bo'lmaydi
Hozirgidan ko'ra Xudoga yaqinroq
O'limdan keyin uning bu haqda xabardorlik darajasi
Bu uning hozir bu haqda qanchalik bilishiga bog'liq
!Kechiktirish yoki kechiktirishning hojati yo'q
Xudo haqida o'ylash barcha baxt, sevgi va yaxshilik
manbaidir

Bu bizni o'sha muborak elementlar bilan bevosita
aloqaga olib keladi
Va U bizga eng rahmli zotning ne'matlarini yog'diradi
Biz ishimizga ma'naviy unurni kiritishimiz kerak
Va boshqalarga eng yaxshi xizmat ko'rsatadigan ishni
bajarish uchun
Pul topishni emas, balki xizmat qilishni o'zining maqsadi
qilgan odam

U butun hayoti yaxshi tomonga o'zgarganini anglaydi
U yolg'iz qolmaydi, balki unga yordam u kutmagan
.joydan keladi

Ko'pchilik kerakli muvozanatga erisha olmaydi
Ularning amaliy va ma'naviy hayotlari o'rtasida
Ruhoniyga pul kerak
Dunyoviy odam Xudosiz baxtli yashay olmaydi
Spiritualist ishlaydi va uning harakatlari juda ko'p
:narsani anglatadi

"Xudo menga kuch beradi va menga qat'iyat beradi"
U kuchayib boradi va Xudo uning harakatlariga baraka
beradi

:Dunyoviy odam ham ishlaydi, lekin u shunday deydi
Bularning hammasini men o'zim qilaman va hech kim"
".menga hech qanday ishonch bildirmaydi
Bu unga kutilmagan oqibatlarga olib keladi
U Mahadhirda joylashgan

Barcha amaliy mashg'ulotlar
Moddiy yoki ma'naviy maqsadlar uchun bo'lsin
Bu ishonchli tamoyillarga asoslangan bo'lishi kerak
Bu vijdon nazorati va aql muvozanatiga bo'ysunadi
Biz qilayotgan har bir ishda muvozanat talab qilinadi
Chunki uning yo'qligi baxtsizlik, yurak og'rig'i va bosh
og'rig'ini anglatadi

Agar kimdir bir guruh kambag'allarga taklifnoma
yuborsa
Bayram uchun zarur narsalarni sotib olishga pulingiz
yetmasdan
Bu kamsitishning yo'qligini anglatadi
Va to'g'ri rejalashtira olmaslik
Biz harakatlarimizni boshqaradigan umumiy tizimning
mohiyatini tushunishimiz kerak
Shaxsiy manfaatlarni ilgari surish uchun ma'naviyatdan
foydalanish noto'g'ri

Ilmiy usullardan foydalanish tavsiya etilsa-da
Sog'lom ma'naviy ta'limotlarni tarqatish va targ'ib qilish
Baxtga erishishning universal qonuni mavjud
Bu qonun doimiy va o'zgarmasdir
Bu har doim ishlaydi va kafolatlangan natijalarni beradi
va ushbu qonunga rioya qilish yoki unga rioya qilish
Bu, albatta, baxtga ega bo'lishni anglatadi
Baxt haqidagi ta'rifida usta Paramahansa shunday
:degan

Haqiqiy baxt asosan insonning psixologik holatiga
bog'liq
Qanoat, qoniqish, tinchlik va osoyishtalik baxtning
belgilaridir
Inson sog'lig'i yaxshi bo'lishiga harakat qilishi kerak
Faol ong
va hayotning zaruriy ehtiyojlari
Tegishli ish
Va aqlli hukm

Va to'g'ri tushunish
U o'ziga yo'l qo'ymasligi kerak
Noto'g'ri muhit yoki sharoitlarga berilish orqali
Odamlar ko'pincha ularni bog'laydigan pilla to'qishadi
Va u seni uni bog'laydigan arqonlar bilan sevadi
U bu cheklovlarning sabablarini tushunishi kerak
Ehtimol, bu sekin yuqadigan infeksiyani yo'q qiladi
Uning ongidan va tanasidan
Bu psixologik yangilanishga olib keladi
Bu uning hayoti ufqida baxt va ma'naviy ongning paydo
bo'lishiga yo'l ochadi
Va uning ichidagi hayotiy kuchlarni uyg'otish uchun
Xabardorlik johillik tubidan ko'tarilishi kerak
Tushunish va bilim cho'qqilariga
Odamning ruhiy kuchlariga ishonishiga qaramay
Lekin yovuz muhit shaffof ta'sirga ega
O'zining himoyasini buzishga qodir
Va uni izlayotgan baxtidan mahrum qilish
Shuning uchun u barcha sa'y-harakatlarini qilishi kerak
Baxt uchun sog'lom va mos muhit yaratish
Va abadiy ruhiy quvonchni izlash uchun
Vaqtinchalik shahvoniy zavqlar o'rniga
Agar u uni baxtidan mahrum qiladigan salbiy odatdan
xalos bo'lishni istasa
U mumkin bo'lgan hamma narsadan qochishi kerak
Bu odatni ogohlantirish yoki uyg'otish uchun
Keyin u uning o'rniga yaxshi odatni rivojlantiradi
U buni jiddiy psixologik kuch bilan amalga oshiradi
Bu uning hayotining ajralmas qismiga aylanmaguncha
U o'rnatilib, mustahkamlangandan so'ng
Yomon odat zaiflashadi
Va u qo'lini bo'shatadi
U ilgari hech qachon bilmagan baxtni his qiladi
Yoritishlar va aniqliklar

Ustoz Paramhansa Yoganandaning ta'limotlari

Hayot o'zining mohiyati, tarkibiy qismlari va maqsadlarida

Bu tushunish qiyin jumboq, lekin uni yechish imkonsiz emas

Bizning progressiv fikrlashimiz bilan biz har kuni uning ba'zi sirlarini hal qilamiz

Bu davrda aniq ilmiy tamoyillarga asoslangan qurilmalar

Bu, albatta, hayratga sabab bo'ladi

Ilm-fan olib kelgan kashfiyotlar bizga aniqroq tasavvur beradi

Turmush sharoitlarini yaxshilash yo'llari haqida

Lekin bizda mavjud bo'lgan barcha uskunalar, ixtirolar va strategiyalarga qaramay

Aftidan, biz hali ham taqdir qo'lidagi qo'g'irchoqlarga o'xshaymiz

Va oldinda yo'l hali uzoq

Tabiat nazoratidan ozod bo'lishimizdan oldin

Tabiatning rahm-shafqatida yashash, albatta, erkinlik emas

Bizning g'ayratli ongimiz ojizlik hissi bilan chalkashib ketgan va kishanlangan

O'zimizni suv toshqini, dovul yoki zilzila qurbonlaridek his qilganimizda

Yoki voqealar bizni tortib olganda - hech qanday mantiqiy sababsiz

Qalbimizga yaqin bo'lgan yaqinlarimiz

Keyin biz ko'p g'alabalarga erisha olmaganimizni anglaymiz

Biz noqulay vaziyatlarni yengib o'ta olmadik

Hayotni biz xohlagan tarzda qilish uchun barcha harakatlarimizga qaramay

Bu yer yuzidagi bosqichda har doim ma'lum shartlar paydo bo'ladi

Va biz juda kam biladigan kuchli ong tomonidan boshqariladigan voqealar

U bizning fikrlarimiz va irodamizdan butunlay mustaqil ravishda ishlaydi

Biz qila oladigan eng yaxshi narsa - bu ishlash va ba'zi yaxshilanishlarni amalga oshirish

Biz bug'doy yetishtiramiz va un tayyorlaymiz

Lekin birinchi urug'ni kim yaratdi?

Biz undan tayyorlangan non yoki guruch yeymiz

Lekin tanamizga ovqat hazm qilish qobiliyatini kim bergan?

Va ovqatni qanday qilib ozuqaviy moddalarga aylantirish mumkin?

Hayotning har bir burchagida

Ajralmas ilohiy qo'l borgan o'xshaydi

Busiz biz ishlarimizni boshqara olmaymiz

Bizda mavjud bo'lgan barcha aniqliklar bilan

Yurak qachon ishlashni to'xtatishini bilmaymiz

Shuning uchun jasorat bilan ishonish zarurati

Oliy ilohiy kuch haqida

Va bizning yuksak "men"imizga tayanib

Bu umumiy kuchdan kelib chiqadi

Bizga modellashtirilgan narsa

Biz mag'rurlikdan xoli iymonga ega bo'lishimiz kerak

Va hayot yo'llarida ishonch bilan yurish uchun

Vahima yoki titroqsiz

Qattqlik va cheklovsiz

Allergiya bilan kurashish

Ta'sirchanlikni yengish nozik san'atdir va muvozanatli va har tomonlama rivojlangan shaxsni rivojlantirish uchun reaksiya tezligini nazorat qilish muhimdir.

Ta'sirchanlik noto'g'ri tushunish, pastlik kompleksi, bo'rttirilgan mag'rurlik va bo'rttirilgan egodan kelib chiqadi.

Biror kishi his-tuyg'ulari xafa bo'lgan deb o'ylasa, bu fikr uning ongida ildiz otadi, asablarini qo'zg'atadi, keyin esa asablar taranglashadi va isyonkor bo'ladi. Yaralangan his-tuyg'ular tufayli qalbida g'azab alangalanadi. Biroq, ba'zi odamlar his-tuyg'ularini nazorat qilish qobiliyatiga ega, shuning uchun ularning tashqi belgilari ichidagi kuchli g'azabga qaramay ko'rinmaydi. Boshqalar esa o'z g'azablarini darhol reaksiyalar, ko'z mushaklari va yuz ifodalarida namoyon bo'ladigan va o'tkir, kodlangan og'zaki javoblar orqali ifoda etadilar.

Haddan tashqari hissiyotlilik jiddiy oqibatlariga olib keladi; bu vaziyatni murakkablashtiradi va boshqalarga salbiy ta'sir ko'rsatadigan kiruvchi beqarorlikni keltirib chiqaradi.

O'zini tuta bilish va xotirjamlikni namoyon etishga, keskinlik o'rniga tinchlikni targ'ib qiluvchi va stress tutunlarini yo'qotadigan o'zaro tushunish va uyg'unlik muhitini yaratishga harakat qilish kerak. Buni qilganlar o'z taqdirLARining xo'jayini bo'ladilar va atrofdagilar tomonidan qadrlanadi va hurmatga sazovor bo'ladilar.

Haddan tashqari sezgirlik ko'pchilik odamlarga xos xususiyatdir va bu mantiqsiz tuyg'u avj olganda, u aql-idrokni ko'r qiladi va donolik ko'zlarini xiralashtiradi. Bundan ham yomoni, haddan tashqari sezgir odam o'zini mukammal o'ylayotganiga, his qilayotganiga va harakat qilayotganiga ishonadi, aslida esa ularning xatti-harakatlari butunlay noto'g'ri bo'lishi mumkin!

Ko'p odamlar tanqid qilinganda o'zlariga achinishlari kerak deb o'ylashadi va o'ziga achinish

ularga biroz yengillik beradi. Ammo giyohvandlar singari, ular qancha ko'p qabul qilsalar, giyohvandlik shunchalik kuchli bo'ladi.

Ta'sirchan odam ko'pincha keraksiz azob chekadi. Ko'pincha hech kim o'z azobining sababini yoki shikoyatining mohiyatini bilmaydi, bu esa o'zini o'zi yakkalab qo'yganida iztirobni kuchaytiradi. O'zi haqorat yoki tanqid deb bilgan narsalar haqida jimgina o'ylab, hech narsaga erishib bo'lmaydi.

Bunday yuqori sezuvchanlikning sabablarini ob'ektiv tahlil qilish va o'zini o'zi nazorat qilishni faollashtirish orqali yo'q qilish eng yaxshisidir.

Bu turdagi nosog'lom allergiya jiddiy oqibatlariga olib keladi; u yurakni olov kabi yoqib yuboradi va tinchlik to'qimalarini yo'q qiladi. Shuning uchun, bunga oqilona, mantiqiy va qat'iy iroda bilan yondashish kerak.

Zaiflikdan ozodlik

Zaiflikdan xalos bo'lishning eng yaxshi usuli

Bu haqda o'ylamaydi

Aks holda, zaiflik g'oyasi ongini qamrab oladi va ruh qobiliyatlarini egallaydi.

Biz ichimizga yorug'likni olib kelganimizda

Zulmat go'yo hech qachon bo'lmagandek yo'qoladi

Bu fikr menga ajoyib ilhom bag'ishlaydi

Yorug'lik kiritilganda

Ming yillar davomida zulmatda yashagan g'orga

Zulmat darhol yo'qoladi

**Xuddi shunday, zaifliklar ham yo'qoladi va ular
bilan birga xatolar ham yo'qoladi**

**Xudoning nuri ongimizga kirishiga yo'l
qo'yganimizda**

Jaholat zulmati qololmaydi

Bu biz yashashimiz kerak bo'lgan falsafa

Kechiktirish foydasiz

Hayot g'ildiragi hech qachon to'xtamaydi

Va hayot kunlari tez o'tadi

**Biz har bir daqiqani aniq o'ylab va oqilona harakat
qilib o'tkazamiz**

**Bu bizning baxtimiz sohasidagi muvaffaqiyatli va
foydali investitsiyadir**

Ko'pchilik butun umrini o'tkazadi

Pul, jinsiy aloqa va shuhrat haqida o'ylash

**Ular kamdan-kam hollarda muhim narsalarga
e'tibor berishadi**

Bu ularga xotirjamlik keltiradi

**Va ularning xabardorligini yuqori darajaga
ko'taring**

Inson qanchalik kamtarona rol o'ynamasin

**U Xudoning nazarida muvaffaqiyatli deb
hisoblanadi**

Agar u vaqtini oqilona sarflashni bilsa edi

U o'z fikrlarini to'g'ri yo'nalishga yo'naltiradi

Xudoning nuri insonga porlaganda

U hech narsaga muhtoj emasligini his qiladi

Uni qamrab olgan quvonch tufayli

U barcha orzulariga erishadi

Va bu uni chuqur his qiladi

U boylarning eng boyi va baxtlilarning eng baxtlisidir

Bu hayotda

Yorug'lik tunneli

Ma'naviy ongni uyg'otadigan kishi

Ma'rifatli g'oyalar bilan

Xayriya ishlari

Yaxshi his-tuyg'ular

Chuqur mulohaza

U uning tanadan chiqib ketayotganini sezishi mumkin

Yakuniy jo'nash vaqti

Ma'naviy ko'z orqali

Yogi yer yuzidagi hayoti davomida mashq qiladi

Ruhiy ko'z tunneli ko'rish

Ajratish chizig'ida

Materiya va ruh o'rtasida

U bir zumda Yerni tark etishi mumkin

**Bu yorug' tunnelga kirish
Va bu dunyodan o'tish
Xudoning cheksiz makoniga
Yorug'lik qayerda
Va quvonch
Tinchlik
mutlaq erkinlik
Tananing chirog'i (ruhiy) ko'zdir
Agar ko'zingiz bitta bo'lsa
Shunda butun tanangiz nurga to'ladi
{ Va yorug'lik zulmatda porlaydi, va zulmat buni
bilmas edi }**

**altruizm
Altruizm - bu boshqalarning qayg'usini his qilish
Va ularga yaqinlashish va ular bilan muloqot
qilish**

**Biz ularni chin dildan qayg'uda yupatishga
harakat qilamiz**

**Va biz ularning quvonchidan quvonamiz
Biz qo'limizdan kelganicha ishlayapmiz
Ulardan qo'rquv, ehtiyoj va xavotir arvohini yo'q
qilish uchun**

**Boshqalarni xursand qilish uchun ishlaydiganlar
Xudo unga ichki ruhiy xotirjamlik tuyg'usini bersin
Va agar u yordam bermoqchi bo'lganlarni ta'qib
qilishda biror narsani yo'qotsa**

**U buni yo'qotish deb hisoblamaydi, chunki buning
evaziga biror narsaga ega bo'ladi
Xudoning roziligi va xotirjamligi**

**U sevish, ishlash va berish uchun yashaydi
U insoniyat dalalariga yaxshilik va tinchlik
urug'larini sepadi**

**Uning fikrlari va his-tuyg'ulari shaxsiy dunyosidan
tashqarida**

**Uning xabardorligi kengayadi va hamdardligi
kuchayadi**

**U dunyo uning uyi, insoniyat esa uning oilasi deb
hisoblaydi.**

**U bu yer yuzida yashashining maqsadini
tushunadi**

**U boshqalarni isloh qilishdan oldin o'zini isloh
qilishi kerak**

**Chunki o'zini takomillashtirganlar boshqalarga
yordam beradi**

**Uning hayoti misolida o'zlarini isloh qilish
Harakatlar chuqurroq ta'sirga va chuqurroq
ta'sirga ega**

**Boshqalarning ongida, so'zlardan
Kim altruizm ruhiga ega?**

**U cheklangan hisob-kitoblar va taxminlarga
muvofig ishlamaydi**

**Aksincha, u o'zining aql-idroki va to'g'ri
mulohazasidan foydalanadi**

**U o'ziga va boshqalarga yordam berishda davom
etmoqda**

**Erishgan muvaffaqiyati uchun Xudoga shukur
Va agar u bir yoki bir necha marta
muvaffaqiyatsizlikka uchrasa**

**U tushkunlikka tushmaydi, aksincha, yanada
qat'iyatli bo'ladi**

**U harakatlarini ikki baravar oshiradi va yana
urinib ko'radi**

**Yangi g'oyalar va kanallarni o'rganish
Aql nuri bilan boshqariladi**

**Xudoning yordami bilan
U maqsadiga erishguncha
U o'zining ezgu maqsadiga erishadi
Sharqiy-g'arbiy yoritish
Paramhansa Yogananda donishmandining
ta'limotidan
Tayyorgarlik va
Fikr elektr kabi kuchdir
psixologik holatlar
Bu fikrlash va fikrlash tarziga qaytadi
Elektr ham foydali, ham zararli
Xo'sh, buni qanday hal qilishni kim biladi?
U buni o'z xizmatiga qo'yadi
Aks holda, uni elektr toki urishi mumkin
Va shunday deb o'ylagandim
Agar u to'g'ri yo'llarga yo'naltirilgan bo'lsa
Bu o'z egasiga baxt keltiradi
Aks holda, bu unga muammo tug'diradi
Fikr yovvoyi otga o'xshaydi
Biroq, uni bo'ysundirish imkonsiz emas
Ijobiy fikrlash - bu fikrlaringizni boshqarishning
bir usuli
Sog'lom fikrlash yaqin do'stdir
Va kasal aql doimiy dushmandir
Sog'lom fikrlash tinchlik va xavfsizlikni jalb qiladi
Va kasal aql halokatli o'qlarni otadi
U egasiga ikki baravar zarba beradi
Shuning uchun ham, mukofot amal bilan bir xil,
degan gap bor.
Inson yaxshi niyatlarni yuborgan ekan
Uning g'oyalari mash'alaga aylanadi
Ruh xonalarini yoritib bering
Va zulmat uyumlarini haydab chiqaring
Shunda u chuqur yengillik his qiladi**

**Uning ko'zlari mamnuniyat tabassumi bilan
porladi!**

**Hayot tegirmonga o'xshaydi
Sinov tabletkalari va samarali tajribalar
Undan non tayyorlash uchun
Bu egri-bugri yo'lga o'xshaydi
Uning yon tomonlarida yam-yashil gullar bor
yorqin kapalaklar
Va shoxlarida mazali mevalar bilan qoplangan
daraxtlar
Biroq, biz kamdan-kam hollarda to'xtaymiz
Keling, uning manzarasidan bahramand bo'laylik
va shirinligini his qilaylik
Darhaqiqat, biz ko'pincha qiyinchiliklarga duch
kelamiz**

**Kengroq hududlarga kirish uchun
Biz ko'rganimizdan ko'ra ko'proq yoqimli
manzaralarga ega deb o'ylaymiz
Lekin biz asta-sekin uzoqlashib borar ekanmiz
Gulli, serhosil yo'llar haqida
Biz qorong'ulik hukm suradigan daraxtlarni
topamiz**

**Shunchaki tazelikdan ko'proq narsa
Keyin gullar yo'qoladi
Va u bilan birga, kapalaklar va mevalar ham
Keyin o'zimizni bepoyon cho'lda topamiz
Inson hayoti dengiz suvlariga o'xshaydi
Tozalanadi va shirin bo'ladi
Faqat yuqori atmosferaga ko'tarilganingizda
Bu ertalabki tushga o'xshaydi
Yoshi bilan yorqinroq bo'ladi
Sababi shundaki, narsalar keyin aniqroq va
aniqroq ko'rinadi
Bu xuddi masofalar bosib o'tilgan sari manzara
o'zgarib turadigan sayohatga o'xshaydi**

**Keyin biz unga yaqinlashganimiz sari xuddi shu
manzara o'zgaradi va hokazo**

**Hayot donolarni hafsalasini pir qilmaydi
Chunki ular buni mohirona bajaradilar va
zavqlanadilar**

**Ularni nazorat ostiga olishiga va ozodlikdan
mahrum qilishiga yo'l qo'ymasdan**

**Masalan, ular suvdan zavqlanishadi
Ular uni ichishadi va cho'milishadi, lekin o'zlarini
unda cho'ktirishga yo'l qo'ymaydilar.**

**Ular o'zlariga yoqqan kiyimlardan zavqlanishadi
Yuzaki deb hisoblanadigan rasmiyatchiliklar va
rasmiyatchiliklarga haddan tashqari rioya qilmasdan**

**Ular ochko'zlik ularni yutib yuborishiga yo'l
qo'ymasdan ovqatlanishdan zavqlanishadi**

**Chunki ortiqcha ovqatlanish energiyani
kamaytiradi**

**Va u hislarni yutib yuboradi
Va u uni butunlay vayron qiladi
Shunday qilib, inson hayotdan zavqlanishi kerak
Lekin suvga cho'mish orqali hislarni
charchatmasdan**

**boshqalar bilan til topishish
Ularning kelishuvi hamma narsani anglatmaydi
Yoki ular uchun ideallardan voz kechish
Chunki bu murosaga kelish usuli istalmagan
Bu haqiqatga to'g'ri kelmaydi
Islohotchilar va buyuk odamlar bir fikrga
kelishmadilar**

**Atroflarida ko'p odamlar bilan
Biroq, ular o'zlarining ideallarini saqlab qolishdi
Chunki ular nima qilayotganlarini anglab yetdilar
Bu mutlaqo to'g'ri edi
Printsipga putur yetkazmaslik kerak**

**Va ma'lum bir maqsadga erishish uchun yashirin
niyatlarga murojaat qilmaslik**

**Chunki bu prinsipial odamlarga yarashmaydi
Xudoga ma'qul keladigan tarzda kim yashay
oladi?**

**Boshqalarga zarar yetkazmang, chunki ularda
qo'rqadigan hech narsa yo'q**

**Avvalo, inson Xudo bilan uyg'unlikda bo'lishi
kerak**

**Keyin vijdon bilan, keyin esa odamlar bilan
Lekin agar bu yondashuv boshqalarni
qoniqtirmasa**

**Inson o'zida xotirjam bo'lishi kifoya
U ichki xotirjamlik tuyg'usini his qiladi, bu uni
odamlarning roziligidan mustaqil qiladi
ruhiy magnetizm**

**Ruhning kuchi va Xudoga murojaat qilish istagi
ma'naviy magnetizm deb ataladi va bu magnetizm
bilan ruh o'ziga ne'matlarni, ulug'vor tebranishlarni
va unga yaxshilik va solihlikni eslatuvchi barcha
yaxshi insoniy tajribalarni tortadi.**

**Ma'naviy magnetizm - bu inson o'ziga yaxshi
do'stlarni, zarur va muhim narsalarni va narsalar
haqida intuitiv bilimlarni jalb qiladigan va olib
keladigan kuchdir.**

**Bu kuch Xudoning magnit, jozibador kuchidan
kelib chiqadi**

Tinchlik shami

Aqliy qozon oling

Uni tinchligingiz bilan to'ldiring

Tuyg'ularim shishasini oling

Uni O'zingning rahm-shafqating bilan to'ldir

Bo'sh jon savatimni oling

Uni donoligingiz mevalari bilan to'ldiring

Sevging suvlarini jonimga to'kib tashla

**Men uni chanqagan qalbning kosalariga quyaman
Ego devorlarini yiqiting
Meni to'liq huzuringga cho'mdir
Sevgi tongining nuri
U yuragimning teshiklaridan qarasin
Bu menga sevgingizning quyosh nurini eslatadi
Hayotim osmoniga yoyilib
Sevgingizning yorqin nuri porladi
O'zinga, va u ma'rifatli edi
Sizning nuringiz mening ma'naviy makonimni
to'ldirdi**

**Sen mening tanamni qo'llab-quvvatlaydigan
hayotsan**

**Va fikrlarimni ilhomlantiradigan aql
Va mening johilligimni yo'q qiladigan donolik
Men sevgimning nozik shamini yoqaman
Oltin kitobni o'qish uchun
Qadim zamonlardan beri ichimda saqlanib qolgan
Sizning sevgingiz bor edi va hali ham shunday
Tinchlikning ko'rinmas shami
Bu zulmatni yo'q qiladi va menga xabarlaringizni
ko'rsatadi**

Blog yuraklar sahifalarida

Yangi dunyo: #Paramhansa Yogananda

Tarjimasi: Mahmud Abbos Masud

**Ma'naviy e'tiqodlaringizni sinab ko'rganingizda,
butunlay yangi dunyo ochiladi. Xudoni bilish uchun
o'z-o'zini sinash juda muhimdir. Siz o'zingizni chuqur
dindor his qilishingiz mumkin va ongingiz bunga rozi
bo'lishi mumkin. Ammo agar sizning vujudingiz
ibodatlaringiz to'g'ridan-to'g'ri ijobat bo'lishiga amin
bo'lmasangiz, hech qanday diniy rasmiyatchilik sizni
qutqara olmaydi. Xudoning javobini olish qiyin bo'lishi
mumkin bo'lsa-da, bu mumkin. Siz haqiqatan ham**

Jannatga erishishingizga ishonch hosil qilish uchun ibodatlaringizning kuchini sinab ko'rishingiz kerak, shunda siz ularni faollashtira olasiz. Bolaligimda men Xudoga iltijo qilib murojaat qilganim sayin ibodatlarim ijobat bo'lishiga qaror qildim. Bu qat'iyatlilik - bu yo'l. Keyin har bir sinov sizning qat'iyatingizni susaytiradi va irodangizni falaj qiladi, ammo Xudoning javob berish kuchi cheksizdir. Doimiy harakat va iroda kuchidan doimiy foydalanish Xudoning javobini keltirib chiqaradi.

Aqlni to'g'ri yo'naltirishni o'rganish juda muhim. Yolg'izlik va shaxsiy mulohaza yuritish uchun yetarli vaqtga ega bo'lish ham muhimdir. Boshqalar bilan doimiy muloqot qilish ma'naviy o'sishga to'sqinlik qiladi. Ko'p odamlar gubkalarga o'xshaydi; ular sizdan hamma narsani o'zlashtiradi va siz kamdan-kam hollarda buning evaziga hech narsa olasiz. Albatta, ma'naviy jihatdan samimiy va kuchli bo'lgan boshqalar bilan birga bo'lish foydalidir. Agar har bir kishi bir-birining kuchi, samimiyligi va irodasidan xabardor bo'lsa, ular o'rtasida olijanob ma'naviy fazilatlar bo'lishi mumkin.

Vaqtни arziyas ishlarga sarflamaslik kerak. Ko'p odamlar o'zlarini samarasiz ishlar bilan band qilishadi va agar siz ulardan birortasidan nima qilayotganini so'rasangiz, ular: "Men doim band edim!" deb javob berishadi. Lekin ular bu "ish" haqida deyarli hech narsa eslay olmaydilar! Bundan tashqari, haddan tashqari bo'sh vaqt va o'yin-kulgi ongni zaiflashtiradi. Agar siz har kuni film tomosha qilsangiz, ular jozibadorligini yo'qotadi va siz zerikasiz. Filmlar bir xil, turli rollarda: sevishganlar, sarguzashtlar, qahramonlar, yovuzlar va boshqalar. Biz film syujetini tomosha qilishdan zavqlanishimiz mumkin, ammo

hayot kamdan-kam hollarda bunday bo'ladi. Boshqa tomondan, agar hayot juda real bo'lsa, kim dam olishga borganlarida hayotdagi voqealarni ko'proq ko'rishni xohlaydi?

Hayot nihoyatda aldamchi va biz unga shunday yondashishimiz kerak. Agar biz avval uning aldamchi va illyuziyalarini yengmasak, boshqa hech kimga yordam bera olmaymiz. Diqqatni jamlagan ongning yolg'izligida barcha buyuk yutuqlar fabrikasi yotadi. Buni eslang. Bu ajoyib fabrikada har bir qarama-qarshi to'siqni yengish uchun irodangiz naqshlarini doimiy ravishda to'qing. Irodangizni doimiy ravishda mashq qiling va takomillashtiring. Vaqtingiz va kuchingizni behuda sarflamasangiz, bu fabrikada kechayu kunduz ishlash uchun son-sanoqsiz imkoniyatlaringiz bor.

Kechalari men dunyoviy talablardan chekinaman va o'zim bilan yolg'iz, dunyodan uzoqda, irodam bilan ruhiy yolg'izlikda qolaman. U yerda fikrlarimni xohlagan yo'nalishga yo'naltiraman va o'zimda qarorlar qabul qilaman. Keyin irodamni menga muvaffaqiyat keltiradigan sog'lom va foydali faoliyat bilan shug'ullanishga undayman. Shu tarzda men irodamdan ko'p marta samarali foydalanganman. Ammo bunga faqat irodadan izchil foydalanish orqali erishiladi.

"Umumiy iroda bilan to'yingan Mening irodam, men xohlagan narsaga erishadi!" deb aytish va tasdiqlash qanchalik ajoyib tuyg'u bo'ladi. Agar siz xotirjam bo'lib, Xudo tomonidan sizga berilgan o'z irodangizdan foydalanmasdan hamma narsani ilohiy irodaga ishonib topshirsangiz, kerakli natijaga erisha olmaysiz. Ilohiy kuch sizga o'z xohishi bilan yordam

berishni xohlaydi. Yolvorish yoki yolvorishning hojati yo'q; aksincha, siz o'z irodangizdan foydalanib, so'rashingiz va talab qilishingiz kerak - qonuniy merosxo'r sifatida - va shunga mos ravishda harakat qilishingiz kerak. Siz Xudo O'zining qudrati va ulug'vor kuchi bilan osmonning eng chekkasida uzoq va yashirin ekanligi va siz bu yerning tashvishlari va qiyinchiliklari orasida yolg'iz ekanligingiz haqidagi fikrni ongingizdan chiqarib tashlashingiz kerak. Shuni yodda tutingki, ilohiy iroda sizning insoniy irodangiz ortida yotadi, lekin bu qudratli kuch, cheksiz okean kabi, ongingiz ochiq va qalbingiz qabul qilmaguncha sizga kelmaydi.

Asabiylashish: uning sabablari va davolash

Asabiylashish - bu xotirjamlik deb ataladigan maxsus vosita bilan yengib o'tish mumkin bo'lgan kasallik. Asab buzilishlariga olib keladigan ruhiyatimizdagi nomutanosiblik doimiy qo'zg'alish yoki his-tuyg'ularning haddan tashqari qo'zg'alishi holatlaridan kelib chiqadi. Xavotir, qo'rquv, g'azab, melanxolik his-tuyg'ular, pushaymonlik, hasad, qayg'u, nafrat, xafagarchilik, xavotirga berilish va normal, baxtli hayot uchun zarur bo'lgan narsalarning - masalan, to'g'ri ovqatlanish, to'g'ri jismoniy mashqlar, toza havo, quyosh nuri, mos ish va hayotda aniq maqsadning yo'qligi - bularning barchasi asab buzilishlariga olib keladigan omillardir.

Har qanday kuchli yoki uzoq muddatli aqliy, hissiy yoki jismoniy stimulyatsiya jiddiy stressga olib keladi va beshta sezgi organi va ularning qobiliyatlari orqali hayot kuchining muvozanatli oqimini buzadi. Agar siz 50 vattli lampochkani 2000 voltli quvvat manbaiga ulasangiz, lampochka yonib ketadi. Xuddi shunday,

asab tizimi kuchli his-tuyg'ularning yoki uzoq muddatli salbiy fikrlar va his-tuyg'ularning vayronkor kuchiga bardosh berish uchun yaratilmagan.

Asabiylashish oddiy muammo emas. Bu jiddiy asoratlar va uzoq davom etadigan oqibatlariga olib keladigan dahshatli dushman. Jismoniy jihatdan asabiylashish tufayli kuchaygan har qanday kasallikni davolash qiyin. Ma'naviy jihatdan tanadagi hayotiy energiya nomutanosibligi tinchlik va donolikka erishish uchun diqqatni jamlashni yoki chuqur meditatsiya qilishni juda qiyinlashtiradi.

Yaxshiyamki, asabiylashish davolanadi. Ushbu holatdan aziyat chekayotgan odam o'z holatini tahlil qilishga va uni asta-sekin qamrab oluvchi halokatli his-tuyg'ular va salbiy fikrlarni yo'q qilishga tayyor bo'lishi kerak. O'z muammolarini o'z-o'zini tahlil qilish va har qanday vaziyatda xotirjamlikni saqlash asabiylashishning ko'p holatlarini davolashi mumkin.

Bizga kerak bo'lgan qobiliyatlar - fikrlash, gapirish, his qilish yoki harakat qilish - barchasi Xudodan ekanligini va U doimo biz bilan ekanligini, bizni ilhomlantirishini va yo'naltirishini anglaganimizda, biz psixologik stressdan darhol ozod bo'lamiz. Bu anglash bilan muqaddas quvonch chaqnaydi va ba'zan chuqur ma'rifat bizning borlig'imizni to'ldiradi, qo'rquv haqidagi fikrlarni darhol yo'q qiladi.

Xudoning qudrati okeanga o'xshaydi, u to'lqinlanib, qalbni tozalash jarayonida qamrab oladi, shubha, asabiylashish va qo'rquv kabi barcha xayoliy to'siqlarni yo'q qiladi.

Odamlar ko'pincha o'zlarini shunchaki jismoniy tanalar deb o'ylashadi, ammo bu meditatsiya orqali ularning ruhiy borlig'i bilan bog'lanish orqali yengib o'tilishi mumkin bo'lgan illyuziya. Shunda ular

tananing koinotning ulkan okeanida suzib yurgan faollik pufagidan boshqa narsa emasligini anglaydilar.

Xavotirdan aziyat chekayotgan odam o'z holatini tushunishi va atrofdagi hayot bilan uyg'unlik va moslikning yo'qligi uchun mas'ul bo'lgan doimiy kognitiv xatolarni tahlil qilishi kerak. Xavotirga tushgan odam, hatto bir marta ham, kasalligi sirli emas, balki shaxsiy odatlarining mantiqiy natijasi ekanligini tan olganda, u allaqachon davolanishning yarmiga erishgan bo'ladi!

Hayajonlanish tananing bir qismiga katta miqdorda energiya yuborish va boshqa qismlarini odatiy ulushidan mahrum qilish orqali asab tizimining muvozanatini buzadi.

Energiyaning nervlarga taqsimlanishidagi bu nomutanosiblik asabiylashishning sababi va sababidir. Xotirjam odam hayajondan qochadi, chunki u Xudo hayotni va uning ishlarini boshqarishini va yo'naltirishini biladi va (qo'rquv asablarni kesib tashlaydi) buni bilib, u psixologik jihatdan xotirjam bo'lishga harakat qiladi va shu tariqa u hayot sharoitlari va vaziyatlariga xotirjamlik bilan yondasha oladi, chunki uning asab kuchlari muvozanatlangan.

O'tkir va bezovtalanmagan ongni saqlab, u o'zini hayot illyuziyalaridan xalos qiladi va yoqimli kechinmalar keltirib chiqaradigan hayajondan ustun turadi. Noxush sinovlarga kelsak, u ularning xotirjamligini buzishiga yoki ichki xotirjamligini o'g'irlashiga yo'l qo'ymaslikka harakat qiladi. Bu biz intilishimiz va erishishga intilishimiz kerak bo'lgan maqsad.

Asab tizimi miya, yurak va boshqa barcha organlarga hayotiy energiya beradi. Shuningdek, u energiyani beshta sezgi organiga: ko'rish, eshitish, teginish, ta'm bilish va hidlashga taqsimlaydi. Nervlar

biz atrofimizdagi dunyo bilan aloqa qiladigan vositadir va barcha hissiy reaksiyalarimizning manbai hisoblanadi. Shuning uchun, asab tizimimizda mukammal muvozanatni saqlash, tananing bir qismini haddan tashqari energiya bilan to'ldirishdan va boshqa sohalarni bu muhim ozuqadan mahrum qilishdan qochish juda muhimdir. Hayotdagi muvozanat va qonuniy maqsadlarga erishish xavotir yoki hissiy portlashlar orqali emas, balki xotirjamlik va Xudoga chuqur ishonch orqali amalga oshiriladi.

Yogilar qisman shikastlangan nervlarga hayotiy energiya yuborish orqali kuygan to'qimalarni jonlantirishning maxsus usullariga ega. Asab tizimidagi har bir hujayra va to'qima tirik, aqlli tuzilmadir. Bu hayot kuchi yoki energiyasi, xuddi tugagan batareyani zaryadlash kabi, bu tuzilmani doimiy ravishda yangilab turish kuchiga ega.

Asabiylilikning ikki turi mavjud: psixologik va mexanik, yoki yuzaki va organik

Psixologik asabiylashish eng keng tarqalgan turi bo'lib, u ruhiy qo'zg'alish yoki bezovtalikdan kelib chiqadi. Ushbu holatga doimiy ravishda botib ketish, jumladan, do'stlikdan foyda ko'rmaydigan va ijobiy hissa qo'shmaydigan tartibsiz odamlar bilan muloqot qilish, shuningdek, ovqatlanish va turmush tarziga oid nosog'lom odatlar - bularning barchasi asabiylashishning davolab bo'lmaydigan holatlarini ifodalaydi.

Ovqat oddiy, muvozanatli va ortiqcha iste'mol qilinmasligi kerak. Jismoniy mashqlar muntazam bo'lishi kerak. Juda ko'p uyqu asablarni karaxt qiladi, juda kam uyqu esa zararli. Lekin eng muhimi, do'stlikni ehtiyotkorlik va oqilona tanlashdir. Menga odamning do'stlari haqida gapirib bering, men sizga o'sha odam haqida aytib beraman. Xushomadgo'ylar

va xushomadgo'ylar hech qanday yordam bermaydi. Biz o'zimizni takomillashtirish hamjamiyatini izlashimiz kerak - bizga haqiqatni aytadigan va o'sishimizga yordam beradigan odamlar. Eng yaxshi do'stlar - bu hayotimizni yaxshi tomonga o'zgartirish uchun biz foydalanishimiz mumkin bo'lgan yo'llar va nima qilishimiz kerakligini kamtarlik bilan taklif qiladiganlardir.

Qattiq tanqid, yovuzlik va shafqatsizlik bilan aytilgan bo'lsa, xuddi bolg'a bilan odamning boshiga urishdek gap, sevgi esa ancha kuchli va foydalidir. Sevgi va tushunish bilan berilgan mehribon takliflar mo''jizalar yaratish kuchiga ega, xafa qiluvchi tanqid esa hech qanday foyda keltirmaydi.

Inson o'z tabiatini poklab, johillik zulmatini bilim nuri bilan yo'q qilgandagina boshqalarni hukm qilishga qodir bo'ladi. Ular bu bosqichga yetgunga qadar, boshqalarni tanqid qilish va haqorat qilishdan ko'ra, o'zlarini tahlil qilishlari va o'z qarashlarini to'g'rilashlari yaxshiroqdir.

Xotirjam xarakterga ega dono odamlar bilan muloqot qilish asabiylikdan xalos bo'lish va ma'naviy o'zligimizni kashf etishning eng tezkor va eng samarali usullaridan biridir.

Asabiy odamlar o'zlari kabi boshqa asabiy odamlar bilan juda ko'p aralashmasliklari kerak.

Asabiylikni yengish uchun ichki xotirjamlikni rivojlantirish kerak. Tabiatan xotirjam inson o'zini xotirjam saqlaydi va har qanday vaziyatda xotirjam bo'ladi. Ular his-tuyg'ularning ularni boshqarishiga va noto'g'ri qarorlar qabul qilishga undashiga yo'l qo'ymaydi. Ular fursatparastlar tomonidan noloyiq afzalliklarga erishish uchun ishlatiladigan yumshoq, asal so'zlarga aldanmaydi. Tabiiy xotirjamliklari tufayli ular kamdan-kam hollarda noto'g'ri ma'lumot

va aldamchilik qurboni bo'lishadi. Darhaqiqat, ularning qalbi ular bilan muomala qilayotgan odamlarning asl mohiyatini ochib beradi va niyatlarini ajoyib aniqlik bilan fosh qiladi. Ular o'z tanalarini g'azab va qo'rquv bilan zaharlamaydilar, bu ularning qon aylanishiga salbiy ta'sir qiladi. G'azablangan onaning suti bolasiga zararli ta'sir ko'rsatishi mumkinligi aniq haqiqatdir. Kuchli his-tuyg'ular tanaga zarar yetkazish va uni yo'q qilish kuchiga ega ekanligiga ko'plab dalillar mavjud.

Muvozanat go'zal va u bizning his-tuyg'ularimiz, fikrlarimiz va harakatlarimizning asosi hamda hayotimiz aylanadigan o'q bo'lishi kerak.

Buyuk qalblar o'zlarining xotirjamligi va xotirjamligini saqlaydilar, bu ularga hayot sinovlari va qiyinchiliklarini aql-idroklarini yoki muvozanatlarini yo'qotmasdan yengib o'tishga yordam beradi.

Xudo hamma joyda mavjud bo'lib, olamlarni boshqaradi va galaktikalarni cheksiz orbitalarda boshqaradi. Va Uning suratida yaratilgan insoniyat ham o'z hayotini boshqarish va faoliyatini tashvish va bezovtaliksiz muvofiqlashtirish qobiliyatiga ega.

Biz har doim boshqalarga sevgi, xayrixohlik va tinchlik g'oyalarini yuborishimiz kerak

Meditatsiya tuzilishida, aql-idrok nuri doimo qalb qurbongohiga porlab turadigan joyda, hech qanday xavotir, stress, keskinlik, asabiylashish yo'q, aksincha, xotirjamlik, xotirjamlik, o'ziga ishonch va chinakam baxt bor.

Sizga tinchlik bo'lsin

Sukunat haqida ogohlantirilganda

Sukunat haqida ogohlantirilganda

Jim turishga va'da berganimda

Sevgilim bilan uyg'unlikni saqlashim uchun

Men uning ulkan olamni qamrab olgan qo'llarida dam olaman

Men uning qo'shiqlarini tinglashda davom etaman

Va tinchlik va baxt qo'shiqlari

Hamma narsani biluvchi uchun yashirin arvohlar, muqaddas namoyonlar va vahiylarni ko'rish

Lekin seni unutmayman

Men sizni jimgina va diqqat bilan kuzataman

Sen mening ustimda, o't-o'lanlar orasida yurasiz

Yoki meni tok barglari bilan yashil, shoxda gullab-yashnayotganimni ko'rishingiz mumkin

Men sizga mehribon qalb va rahmdil onaning mehr-muhabbati bilan g'amxo'rlik qilaman

Gulning qip-qizil rangi orqali, uyg'unlik bilan to'yingan

Bu sizga quvonch, baxt va xotirjamlik hissini beradi

Men seni quchoqlab, mayin shabada bilan erkalayman

Toki men seni qo'rquvdan va tashvishlar soyasidan qutqaray,

Va men sizni quyosh nuri bilan o'rab olaman, iliq va samimiy tuyg'uni uyg'otaman

Yolg'izlik qalbgaga titroq bilan kirib kelganda

Dengizga qaraganingizda, meni uning tubida ko'rasiz

Ufqda Rabbim va chodirlar Nili bilan bitta

Uning tarkibida nurli gen va qimmatbaho lapis lazuli mavjud.

Men faqat aqlli odam bilan gaplashaman.

Va yuragimning tubidan, agar xohlasam, tanbeh beraman yoki ayblayman

Sizga bo'lgan muhabbatim tufayli va ehtirosga to'la qalb bilan sizni ishontiraman

Balki siz homilador ayolning sog'inchiligi kabi ibodat qilingan zotni sog'inayotgandirsiz.

Men seni vasvasaga solaman, lekin jiddiy vasvasa bilan

Ehtiros manbai bo'lgan Rabbimizning sevgisidan bahramand bo'lish

Agar xohlasang meni unut, lekin Mehribonni unutma.

Agar tunni seni o'ylab o'tkazsam, meni eslaysan

Doim!

Insoniyatning asosiy maqsadi

Usta Paramhansa Yogananda

Tarjimasi: Mahmud Abbos Masud

Gullar va atirgullar go'zal va yorqin, ammo ularning ortida cheksiz go'zallik va ulug'vorlik bog'i yotadi. Garchi bu bog' dastlab mutlaqo shaffof va sezish qiyin bo'lsa-da, agar siz ruhiy ko'z darvozasi orqali ma'naviy o'lchovga kira olsangiz, siz o'sha favqulodda olamni o'rganib, uning mo''jizalaridan zavqlanishingiz mumkin bo'ladi.

Men o'sha nafis fazilatlar va muloyim, nozik fikrlar har qanday yer yuzidagi gul yoki atirguldand ko'ra shirinroq va xushbo'yroq bo'lgan muloyim olamda yashayman. U yerda ongimning arisi ilohiy huzur nektarini doimo yutadi.

Diqqatimizni ichkariga qaratganimizda va ichimizdagi yashirin dunyoda tobora ko'proq yashaganimizda, ruhiy fazilatlarimiz tasvir va tasavvurdan ustun bo'lgan Xudoning shirinligini idrok etadigan derazalar vazifasini bajaradigan maxsus shakllarga ega bo'lishini ko'ramiz.

Xudoni izlash faqat tafakkur bilan cheklanib qolmaydi. Agar bizning ongimiz yetarlicha chuqur bo'lsa, fikrlarimiz va harakatlarimizda namoyon etadigan har bir yaxshi fazilat va olijanob xususiyat bizdagi Xudoning borligining yashirin nektariga aylanadi.

Ma'naviy ko'z darvozasidan o'tganimizda, butun koinot orqasida yashiringan hayotiy, aqlli faoliyat fabrikasini o'zimizda ko'ramiz. Chunki biz diqqatimizni ichkariga qaratmaymiz, tabiatdagi ilohiy ruhning izlari va muhrlari oldida hayratda qolamiz va hayratda qolamiz. Biz Xudoning mahsullarini ko'ramiz; Uning muqaddas ismi gullarga, osmonlarga va hamma narsaga yozilgan, ammo U jim turadi.

Inson sifatida biz juda omadlimiz, chunki Xudoning barcha yaratganlari orasida faqat inson Uni izlash, topish, bilish va Uning tilini tushunish uchun zarur bo'lgan jismoniy, aqliy va ma'naviy iste'dod va qobiliyatlarga ega... sukunat tili.

Inson uchun vaqtni samarasiz ishlarga sarflashdan ko'ra foydali kitoblar va maqolalarni o'qish ancha foydalidir. O'qishdan ham buyukroq narsa Xudo haqida mulohaza yuritish, Uning buyukligi haqida mulohaza yuritish va hayotning cheksiz va cheksiz sirlarini tushunishga intilishdir.

Hayotning maqsadi inson o'zini bilishi, kosmik muhitning yuragida pulsatsiyalanishini, tomirlarida oqayotganini va borlig'ini tinchlik, sevgi, quvonch va xotirjamlik bilan to'ldirishini his qilishidir va bu eng katta muvaffaqiyatdir!

Inson sifatida biz eng katta taraqqiyotni fikr kuchi orqali amalga oshiramiz

Aqliy qobiliyatlarni rivojlantirish uchun har kuni ma'lum vaqt ajratish kerak Foydali o'qish doimiy ravishda yuzaki va ma'nosiz ishlar bilan shug'ullanishdan ko'ra qimmatlidir Tartib va uyushqoqlikni ta'minlash uchun mantiqiy kundalik jadval ham tuzilishi kerak Biroq, vaqtni haddan tashqari boshqarish qat'iylikning bir turi bo'lib, undan qochish kerak.

Hayotning har bir jabhasida muvozanat muhim ahamiyatga ega. Foydali o'qish materiallarini osongina mavjud qilish va bo'sh vaqtlarida ularni o'qib chiqish tavsiya etiladi. Bu materiallarning eng muhimi ma'naviy kitoblar, undan keyin ilmiy asarlar, ba'zi tarix, falsafa, jiddiy adabiyotlar, buyuk shaxslarning tarjimai hollari, sayohatnomalar va insonning dunyoqarashini kengaytiradigan va chuqur ilhom baxsh etadigan boshqa har qanday narsadir.

Kitoblar sodiq hamroh bo'lishi mumkin va yuqori sifatli asarlarni tanlash yanada katta foyda keltiradi. Avvaliga ma'naviy ta'limotlarning mohiyatini va buyuk mutafakkirlarning g'oyalarini tushunish qiyin tuyulishi mumkin, ammo bir muncha vaqt o'tgach, siz ularning yozuvlari ustida mulohaza yuritib, ularning fikrlari bilan shug'ullanasiz. Siz o'zingizni qimmatli narsaga ega bo'lganingizni his qilasiz, chunki bu dono insonlarning barchasi o'z donoligi va bilimlarini Xudoning cheksiz donoligi xazinasidan olganlar - siz umringizda hech qachon o'ylamagan g'oyalar.

Biroq, doimiy ravishda o'qiydigan, ammo sizga hech qanday qimmatli narsa taklif qila olmaydiganlar ko'p. Kitob o'qishning eng yaxshi usuli - uning mazmuni ustida mulohaza yuritish va ular o'z hayotingizga qanday ta'sir qilishi mumkinligini ko'rish. Aql bilan aytganda,

o'qiganlaringizning barchasini ko'r-ko'rona qabul qilmasligingiz kerak. O'qiganlaringiz ongingizni oziqlantirishi va mantiqingizni qondirishi kerak. Chinakam o'qishga arziydigan kitoblar fikrlashingizni rag'batlantirishi kerak, shunda siz ongingiz rivojlanib, kengayib borayotganini his qilasiz.

to'g'ridan-to'g'ri bilim

O'qimaydigan va meditatsiya qilmaydigan, balki maqsad va ma'nosiz yuzaki hayot kechiradiganlar chuqur tushunchaga ega bo'lmaydilar va aniq bilimga ega bo'lmaydilar. Uyg'unlik bizni fikrlashimizni ilhomlantiradigan va ongimizni yuksak ilhomlar nuri bilan yoritadigan ilohiy kuch bilan uyg'unlashtiradi. Meditatsiya - bu yuksak "men"ga erishish yo'lidir. Odamlar o'qimasalar, o'zlariga zulm qiladilar, lekin meditatsiya o'qishdan ham yaxshiroqdir.

Men o'qishni yaxshi ko'raman, lekin boshqa narsaga e'tibor berishga chaqirilgunimcha, zo'rg'a ikki sahifani o'qiy olaman. Shuning uchun men o'qishni meditatsiya bilan almashtirdim. Ruhim tubiga chuqur kirib borganimda, yorqin nurlar paydo bo'ladi va eng buyuk quvonch tong otadi - bu menga kun bo'yi hamroh bo'ladigan quvonch. Bu men hayotimda boshdan kechirgan narsa va muborak Rabbimiz bilan qalb pichirlashi va qalb istagi bilan muloqot qiladiganlarning barchasi boshdan kechiradigan narsa.

Vaqt behuda sarflash uchun juda qadrli. Xudo bizning muvozanatli bo'lishimizni xohlaydi. Hayotining muvozanatsiz bo'lishiga yo'l qo'ygan har bir kishi umumjahon qonuni bilan jazolanadi. Agar siz sodda hayot kechirsangiz, har kuni mashq qilsangiz, foydali va qimmatli kitoblarni o'qisangiz va Xudo haqida har kuni tafakkur qilish odatini rivojlantirsangiz, his-tuyg'ularingiz quvonchdan titraydi, qoningiz orqali hayotiy oqimlar oqadi va tanangiz hujayralari ilgari hech qachon boshdan kechirmagan yengillik va energiya bilan

to'ladi. Va siz orzu qilgan barcha bilimlarni ichingizdagi ruhdan olasiz.

Bu mening hayotim doim shunday bo'lgan. Yigirma yil ichida yigirma kitob o'qimaganman. Men bundan faxrlanmayman va agar meditatsiya orqali olgan ilohiy ma'naviy xabardorligim bo'lmaganida, men mutlaqo johil bo'lardim. Kitobga qaraganimda, undagi haqiqatlar menga Xudo tomonidan allaqachon ochib berilganligini ko'raman. Barcha ulug'vor g'oyalar va haqiqatlar hamma narsani biluvchi Xudodan keladi. Agar siz ular ustida mulohaza qilsangiz, Uning donoligini to'g'ridan-to'g'ri olasiz. Shuning uchun, yaxshi kitoblarni o'qish vaqtni behuda narsalarga sarflashdan yaxshiroq va hatto o'qishdan ham yaxshiroq narsa meditatsiya va Mutlaq Haqiqat, ya'ni Xudo haqida xabardorlikni rivojlantirishdir.

Umumjahon qonuni va ong evolyutsiyasi

Turli davrlarda va joylarda insoniyat aql orqali hayot va ruh haqida ko'plab g'oyalarga ega bo'lgan. Masalan, vahshiy qabila a'zosi bosh og'rig'idan aziyat chekganda, uning oilasi uning ruhi tanasidan chiqib ketgan deb o'ylashadi, shuning uchun ular sehrGAR-tabibni chaqirib, unga ruhni qaytarib berishadi. Tabib ruhni qidirish uchun o'rmonga boradi, uni topadi, qutiga solib olib keladi va bemorning boshiga soladi va bosh og'rig'i keng tarqalgan e'tiqodga ko'ra yo'qoladi.

Boshqa bir madaniyatda kasal odamning "aksarish"i uning tanasiga ilgaklar (o'tkir uchli egri temirlar) qo'yish orqali amalga oshiriladi, toki u aksirganida joni qochib ketmasin, balki ilgaklar tomonidan ushlansin!

Ba'zi odamlar noto'g'ri fikrlash tufayli inson ruhiyati haqida noto'g'ri xulosalarga kelganlari kabi, boshqalar ham chinakam tushuncha orqali boshqacha, chuqur va sog'lomroq tushunchaga erishdilar. Biz bilamizki, ruh nafas

emas, chunki ba'zi odamlar uzoq vaqt nafas olmasdan komada qolishgan, bu esa ruh nafas bilan cheklanib qolmasligini ko'rsatadi. Ruh nafasdan va boshqa har qanday jismoniy holatdan ustun turadi.

Inson o'zini ruh deb hisoblasa ham, ishonmasa ham, universal qonun ularni o'zlarining ma'naviy tabiatini ochib berishga majbur qiladi. Ularning ishi yoki hayotdagi mavqeidan qat'i nazar, ularning ongi har doim rivojlanadi va kengayadi, ular o'z aql-zakovatlaridan ijodiy va foydali tarzda foydalanganda. Har bir konstruktiv harakat inson rivojlanishiga hissa qo'shadi va ularning tushunchasini kengaytiradi.

Lekin odamlar biror narsa qilayotganda ko'pincha boshqa narsa haqida o'ylashadi va ular qilayotgan ishlariga diqqatini jamlashning to'g'ri yo'lini bilishmaydi. Biz butun aqliy kuchimiz bilan bir vaqtning o'zida bitta narsa haqida o'ylashni o'rganishimiz kerak. Bizning butun diqqatimiz faqat shu narsaga qaratilishi kerak. Inson letargik, ishtiyoqsiz yoki javobsiz bo'lmasligi kerak. Ishlarni dangasa va beparvolik bilan bajarish energiya yo'qotilishiga va natijada muvaffaqiyatsizlik va baxtsizlikka olib keladi.

Inson shunchaki o'zini o'zi boshqaradigan psixologik mashina, xuddi instinktga tayanib ishlaydigan hayvon kabi bo'lmasligi kerak. O'zini uyg'otmaslik va aqliy qobiliyatlarini faollashtirmaslik katta xatodir. Xudo bizga bu qobiliyatlarni bergan va ulardan oqilona foydalanishimizni, qilayotgan har bir ishimizdan to'liq xabardor bo'lishimizni istaydi.

Shuningdek, biron bir harakatni amalga oshirishdan oldin yaxshilab o'ylab ko'rishimiz va ongimizni o'sishimizga va Qodir Yaratuvchi bilan muhim birligimizni anglashimizga yordam beradigan usullarda qo'llashimiz kerak. Biz qilayotgan barcha ishlar sog'lom fikrlash va dono rejalashtirishga asoslangan bo'lishi kerak.

Insoniyatning burchi - ezgu maqsadlar sari intilish. Arzimas va befoyda narsalarga e'tibor berish aqliy energiyaning befoyda sarflanishidir. Aql bog'idagi begona o'tlar ildizi bilan sug'urib tashlanishi va ilohiy sevgi gullari bilan bezatilishi kerak, toki u go'zallikni sevuvchi go'zal Xudoni o'ziga jalb qilsin. Agar siz ushbu intellektual bog'ning donolik tuprog'ida gullab-yashnashi va gullab-yashnashi uchun hayotni soddalashtirishingiz va uni murakkablikdan xalos qilishingiz kerak. Hamma narsani diqqat va diqqatni jamlagan, chalg'itmagan ong bilan bajarish orqali siz o'z faoliyatingizni tahlil qilishingiz, muhim va zarur bo'lgan narsani tanlashingiz va yuzaki va keraksiz narsani tashlashingiz mumkin. Vazifa bajarilgandan so'ng, ong undan chetlashtirilishi va boshqa ijodiy intilishlarni amalga oshirish uchun ishlatilishi mumkin.

Insonlar ilohiylikdan xabardorlikni rivojlantirishni o'rganishlari kerak, chunki ular aynan shu maqsadda yaratilgan. Ular evolyutsiya qonunlariga muvofiq yaratilgan, toki ular o'zlarining muqaddas kuchlaridan foydalanib, Xudoni topishlari mumkin. Hayvonlar bunday qobiliyatga ega emas. O'qituvchi Lahiri Mahasaya hayvonlarning tezroq rivojlanishiga yordam beradigan fan ustida ishlayotgan edi, lekin u buni yakunlash uchun yashamadi. Men ham quyidagi hayot shakllarining evolyutsiyasini tezlashtirishning ba'zi usullari haqida bilimga egaman. Lekin hayvonlar kabi yashaydigan va o'zini tutadigan millionlab odamlar haqida nima deyish mumkin? Ular bu dunyoda yashaydilar va keyin maqsadlarini amalga oshirmasdan ketishadi. Agar ular aqliy kuchlarini jamlab, ulardan to'g'ri foydalansalar, hozir bu maqsadga erishishlari mumkin.

Hayotning yagona ma'nosi - mehribon va mehribon Xudoni topishdir. Biz Uni topishimiz kerak. Odamlar Uni doimiy va tinimsiz izlaydilar.

Ular umid qiladigan "boshqa narsa" ularga to'liq va uzoq muddatli baxt keltiradi

Xudoni izlagan va Uni topganlarga kelsak, qidiruv tugadi, chunki Xudo buyuk narsadir!

Tabiat ilohiy mavjudlikni yashiradi

Nima uchun vasvasa insoniyatga berilgan? Balki ular yer yuzidagi har qanday vasvasadan ko'ra jozibali va jozibali bo'lgan oliy mavjudotga intilishlari uchundir. Insoniyatni har tomondan o'rab turgan yer yuzidagi tuzoqlar va tuzoqlar ularni tuzoqqa ilintirish uchun emas, balki ularni ortidagi narsalarni izlashga undash va rag'batlantirish hamda ularni: "Bularning barchasini kim yaratgan? Meni kim yaratgan? Men kimman? Sen qayerdasan, ey Rabbim? Nega mendan yashirinib yuribsan? Men bilan gaplash!" deb so'rashga undash uchun mo'ljallangan.

Agar siz ushbu savollar bilan to'g'ridan-to'g'ri Xudoga murojaat qilsangiz, U javob beradi. Ko'p odamlar Unga qilgan iltijolarini chuqur o'rganishmaydi va shuning uchun ular Uni topa olmaydilar yoki kashf eta olmaydilar.

Biz Xudoga qalbdan, qalb ma'badida gapirishimiz kerak. Shogird Unga murojaat qilib, shunday deydi:

"Ey Xudoyim, endi faqat Sen yaratgan va tabiatda mujassam etgan go'zallikni ko'rishga chiday olmayman, balki Sening yuzingni ko'rishni istayman, u tabiatdagi barcha gullardan ham nozikroq va dunyodagi barcha yuzlardan ham go'zalroqdir. Men tabiat ortida nima yashiringanini tushunmoqchiman."

Agar kimdir yuzini niqob bilan yopsa ham, u yerda inson borligini bilish mumkin edi. Xuddi shunday, tabiat ilohiy mavjudlik bilan to'ldirilgan ulkan pardaga o'xshaydi. Xudo tabiat pardalari va niqoblari ortida hozir, ammo insoniyat

o'tkinchi, yuzaki nigoh tashlaydi va tabiat pardalari ortida yashiringan mavjudotning borligini sezmaydi.

Jim, harakatsiz va diqqat bilan mulohaza yuritib o'tirganimda, borlig'imda quvonch titraganini his qilaman va Xudoning "Men shu yerdaman" deb pichirlayotganini eshitaman.

Xudo bizga bergan aql osmonga olib boradigan darvozadir: Uning shohligining tashqi darvozasi. Lekin odamlar undan kerakli darajada foydalanmaydilar. Biz bu yerni tark etib, Xudoni izlash uchun aqlimizdan foydalanishimiz shart emas. Hozir vaqt keldi va joy shu yerda. Bu yerda hayot sirlarini va mavjudlik sirlarini izlash uchun aqlidan foydalanmaydiganlar ularni boshqa hech qayerda topa olmaydilar.

Ilohiy O'zini kashf etish

Kosmik ruhni yoki ilohiy "men"ni kashf etishning bir necha yo'li mavjud. Sukut ulardan biridir. Sukutni kuzatish onga tashqaridan kirishga harakat qiladigan barcha istaklarni jim qilishni anglatadi, bu esa izlovchiga o'zining ichki dunyosiga chuqurroq kirib borishga va qalbining mohiyatiga tegishga yordam beradi.

Yana bir yo'l - ilohiy sevgi yoki Xudoga so'kinish va samimiyat bilan qalbdan gapirish. Qisqacha gapirish va keyin unutish befoyda va ilohiy javob bermaydi. Xudoni topish qiyin, chunki ko'pchilik odamlar ma'naviyatga jiddiy qarashmaydi va hatto iltijo usullari ham asosan samarasiz, chunki ularda yetarlicha chuqurlik va samimiyat yo'q. Ibodatlar yuqori onga yetguncha chuqurlik va ishtiyoq bilan takrorlanishi kerak. Ruh Xudoga bo'lgan sog'inch bilan yonayotgan ibodat muvaffaqiyatli va samarali ibodatdir. Siz bir marta shunday ibodat qilgan bo'lishingiz kerak, ehtimol siz biror narsani juda xohlaganingizda yoki pulga juda muhtoj

bo'lganingizda va istagingiz bilan havoni yoqganingizda. Biz Xudoga shunday munosabatda bo'lishimiz kerak. Biz U bilan gaplashishimiz kerak, shunda biz Uning bizni tinglayotganini va javob berayotganini ko'ramiz, chunki U hamma narsani eshituvchi va javob beruvchidir.

Yoga Xudoga erishish va u bilan bog'lanishning eng samarali usullaridan biridir. U ilmiy va samarali bo'lgan bir nechta meditatsion amaliyotlarni o'z ichiga oladi.

Hindistonning buyuk donishmandlari mantiq Xudoga yaqinlashishning aniq qonunlari va o'ziga xos usullari borligini, xuddi Xudo koinot ishlarini boshqaradigan va boshqaradigan aniq qonunlar mavjudligi kabi, bilishgan.

Hindiston o'qituvchilari o'zlarining qat'iyatligi va ulkan aqliy kuchlarini qo'llash orqali yoga ilmiy qonunlarini kashf etdilar. Yoga ma'naviy tadqiqotlar sohasidagi eng muhim eksperimental fanlardan biriga aylanadi.

Xudo bilan muqaddas uyg'unlikni hamma amalda qo'llashi kerak. Buyuklar asrlar davomida shogirdlari bilan shunday qilishgan. Men bu yerda shunchaki ilohiy huzurning shirinligi haqida gapirish uchun emasman; mening asosiy maqsadim boshqalar ham buni boshdan kechirishini ta'minlashdir. Men vaqtimni behuda sarflamayman. Men qilayotgan barcha ishlar faqat Xudo uchun va Uning sharafiga qilinadi. Men Uning fikrlariga shunchalik berilib ketganmanki, vaqt o'tishi va kundalik ishlarimning charchoqidan bexabarman. Ishlayotganimda ham Uning huzurini his qilaman.

Men Xudodan ajralmaganman, hatto bir soniya ham

Men aynan shu vaziyatni xohlaganman va u uchun ko'p mehnat qilganman

Sizga tinchlik bo'lsin

O'z-o'zini bilish ufqlarida

Xudo eng ko'p sevadigan ma'bad - bu Uning izdoshlari uchun ichki xotirjamlik va osoyishtalik ma'badi bo'lib, u yerga ular dunyoni va uning cheksiz chalg'ituvchi narsalarini ortda qoldirib, meditatsiya va muloqot qilish uchun kirishadi. Inson o'zida go'zallik va ma'naviy xotirjamlik ma'badi qurganda, ular Xudoning borligini his qila oladilar va Uning yaqinligini his qila oladilar. Aks holda, dunyoning illyuziyalari ko'p va doimo mavjud bo'lib, uning tashvishlari qalbni to'ldiradi.

Ba'zan inson Xudoni izlashga kech bo'lgan deb o'ylab, tushkunlikka tushadi. Ammo Muqaddas Yozuvlarda aytilishicha, agar inson bu dunyo aldamchi va chalg'ituvchi ekanligini va faqat ruh abadiy va abadiy ekanligini anglasa, u holda bu dunyodan so'nggi marta ketganidan keyin yaxshiroq dunyoga kiradi, hatto bu anglash o'limdan bir lahza oldin sodir bo'lsa ham.

Ertami-kechmi har birimiz bu yerdan olib ketilamiz va shuning uchun endi hayotning maqsadini tushunishimiz kerak. Bu dunyodagi insoniy tajribaning asosiy maqsadi bizni hayotning ma'nosini izlashga undashdir. Biz doimo o'zgarib turadigan va harakatlanuvchi insoniyat yurishidan hayratda qolmasligimiz kerak. Vaqt karvoni o'z yo'lida davom etar ekan, siz nihoyat Yagona, Qodir Zotning ajralmas qismi ekanligingizni anglaysiz. Xudoni bilishni maqsadingizga aylantiring va hayot sirini jiddiy va samimiy izlash sizni ko'plab qiyinchiliklardan qutqarishini va sizni turli qo'rquvlardan qutqarishini biling. O'lim, muvaffaqiyatsizlik, muammolar va qayg'ular haqidagi xavotir insonda katta vahima uyg'otadi. Inson o'ziga yordam bera olmaganida va oilasi va do'stlari ularga hech narsa taklif qila olmaganida, umidsizlik ularni qamrab oladi va dunyo ularning ko'zlarida

qorong'ulashadi. Ammo bu holatga erishishning hojati yo'q. Agar ular butun hayotlari davomida Xudo haqida o'ylasalar va U bilan aloqada bo'lsalar, qiyinchilik va qiyin kunlarda Uni yaqindan topadilar.

Boshqa biron bir inson biz bilan bo'lishidan oldin, kim biz bilan edi? Xudo Va biz bu yerni tark etganimizda, kim biz bilan bo'ladi? Xudo va boshqa hech kim. Ammo agar biz hozir Uni tanib olishga intilmasak, Uni tanib olish qiyin bo'ladi. Agar siz Xudoni chin dildan va chuqur izlasangiz, Uni topasiz va U har doim siz bilan ekanligiga ishonchingiz kuchayadi. Xavotirlar va xayollar sizni tark etadi va siz boshqa hech qachon aldanmaysiz.

Borliqdagi hamma narsa insoniyatni Xudodan uzoqlashtirish vasvasasidir. Ammo Xudo har qanday dunyoviy vasvasadan ko'ra jozibaliroqdir. Agar siz Unga nazar tashlasangiz, bu haqiqatni anglab yetasiz va ibodat, ma'naviy mulohaza va qat'iyat orqali Uni topa olasiz. Ilohiyni topishga bo'lgan qat'iyat qat'iy bo'lishi kerak. Insonning fikrlari shamoldagi pat kabi bir narsadan ikkinchisiga uchib ketar ekan, Xudoni bilish qiyin. Xudo bizga kelishni xohlaydi, lekin biz U bilan hamkorlik ham qilmaymiz va Unga yo'l qo'ymaymiz. Insoniyat o'tkinchi shahvoniy zavqlarni izlash va o'yin-kulgi, ziyofatlar va ijtimoiy yig'inlarga vaqt sarflashni oson deb biladi. Darhaqiqat, "Bu dunyo hayoti faqat o'yin-kulgi, ziynat va maqtanish hamda boylik va farzandlarni ko'paytirishda raqobatdir".

Agar Xudo bir narsani so'rasa, bu insoniy sevgidir. U jimgina qalbimiz eshiklarini taqillatadi va bizni O'ziga qaytaradi, lekin ko'pchilik odamlar qaytishni istamaydi. Biroq, dunyo ularning ko'z o'ngida qorong'ulashganda va ular muammolar tuzog'iga tushib qolishganda yoki kasallik qurboni bo'lishganda, ular Unga ibodat qilishga va Undan yordam so'rashga shoshilishadi. Baxt va farovonlik davrida

o'zlari va Xudo o'rtasidagi uyg'unlik va hamjihatlik rishtalarini mustahkamlagan har bir kishi Xudoga muhtoj bo'lganida Xudoni yonida topadi. Ammo bu munosabatlarni mustahkamlashda kechiktirgan har bir kishi o'zini qiyinchiliklarga duch kelishga va sinovlar bilan yolg'iz kurashishga mahkum qiladi, toki ular abadiy do'stiga murojaat qilib, Uning marhamatli eshigini taqillata olguncha.

Insoniyatning ulkan olomonidan juda ozchilik Xudoni chinakam va chin dildan izlaydi. Ikki yuz yil oldin bu yer ularga tegishli deb o'ylaganlar qayerda? Ularning barchasi yo'q bo'lib ketishgan va ehtimol, Xudoga murojaat qilib, o'zlarini bilganlargina hayotning haqiqatini chinakam anglashganlardir. Shunga qaramay, har bir keyingi avlod bu hayotni haqiqiy deb biladi!

Lekin ular ham xuddi o'zlari kabi illyuziyaga aldanib qolishdi

(Va avloddan-avlodga buni aytib kelmoqda!)

Bu yerda vaqtinchalik qolishimiz davomida insoniyat bu tomoshaga katta ahamiyat beradi. Biroq, biz unga va uning cheksiz voqealariga haddan tashqari berilib ketmasligimiz kerak, chunki agar shunday qilsak, bizni O'ziga jalb qilish uchun son-sanoqsiz vositalar va usullar orqali doimiy ravishda intiladigan Xudodan uzoqlashamiz. U bizga guvoh bo'lishni istagan barcha mo''jizalarni taqdim etadi: o'sayotgan narsalarning mo''jizalari va tabiatning cheksiz aniq tartibi. U gullar va atirgullar ortida turibdi va Uni chin dildan izlagan har bir kishi, shubhasiz, Uni topadi. Tabiatshunoslar o'z kashfiyotlariga ko'r-ko'rona ibodat orqali emas, balki empirik fan qonunlariga amal qilish orqali erishdilar. Xuddi shunday, ilm-fanning ma'naviy qonunlaridan chin dildan va astoydil foydalangan har bir kishi avtomatik ravishda Xudoni o'z yonida topadi. Insoniyat o'zining ma'naviy ko'zlarini ochishi va Xudoni topish Uning

qonunlariga so'zsiz g'ayrat va puxta rioya qilishni talab qilishini anglashi vaqti keldi.

Turli xalqlar turli san'at va fanlarga ixtisoslashgan. Hindiston Xudoni bilishning ilmiy san'atini puxta egallagan, ammo shunga qaramay, hatto Hindistonda ham ko'plab charlatanlar bor va shuning uchun soxta va asl ni farqlash kerak.

Ma'naviy bilim va tabiiy fanlar o'rtasida muvozanatni topish kerak. Bu muvozanatsiz shaxslar va millatlar baxtsizlik va vayronagarchilik orasida qoqilib ketadi. Agar zamonaviy dunyo rahbarlari ma'naviy jihatdan ma'rifatli bo'lib, birgalikda ishlaganlarida, ular bir necha yil ichida yer yuzidan urush va qashshoqlikni yo'q qilishlari mumkin edi. Ma'naviy xabardorlik o'z ichidagi va boshqa barcha tirik mavjudotlardagi ilohiy mavjudlikni tan olishni anglatadi. Faqat shu xabardorlik dunyoni qutqarishi mumkin va u holda men tinchlikka umid ko'rmayapman. Insoniyat o'zidan boshlasin. Vaqt behuda sarflash uchun juda qadrli. Burch bizni Xudoning shohligini yer yuziga olib kelishda o'z hissamizni qo'shishga majbur qiladi.

Ko'pchilik hayot xira va g'amgin bo'lib, go'zallik va quvonchdan mahrum bo'lishidan qo'rqib, Xudoni izlashga ikkilanadi. Ammo buning aksi haqiqat! Xudoni chinakam biladiganlar U bilan mukammal uyg'unlikda topadigan sof baxtni so'z bilan ifodalab bo'lmaydi. Men kechayu kunduz ruhiy quvonchdaman. Bu quvonch Xudodir va Uni bilish barcha qayg'ularni yashirish va ularni afsuslanmasdan ko'mish demakdir.

Xudo insondan g'amgin, xafa, vayron bo'lgan yoki qovog'ini so'ramaydi. Bu Xudoni to'g'ri tushunish emas va Uning marhamatiga erishishning to'g'ri yo'li ham emas. Inson qanchalik ko'p tinchlik boshdan kechirsa, ilohiy mavjudlikni shuncha ko'p his qila oladi. Insonning baxti shunchalik katta

bo'lsa, Xudo bilan shunchalik uyg'unlashadi. Xudoni bilganlar baxtlidir, chunki Xudo eng katta quvonch manbaidir.

Odamlar baxtni alkohol, jinsiy aloqa va pulda topishga harakat qilishadi, ammo tarix sahifalari ularning barbod bo'lgan umidlari va amalga oshmagan orzulari haqidagi hikoyalarga to'la.

Meditatsiya bilan o'tkazgan vaqtim hayotimni nihoyatda samarali qildi. Ming shisha sharob meditatsiya orqali boshdan kechirgan zavqimni yarata olmadi. Bu quvonchda ilohiy yo'l-yo'riq va donolik yotadi. Inson Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganda, hatto bilmasdan xato qilsa ham, xatosini qanday tuzatishni biladi va agar ular noto'g'ri fikr bildirsalar, Xudo ularni mehr bilan yo'naltiradi va tuzatadi.

Kutishga yetarli! Bu so'zlarni eshitgan yoki o'qigan har bir kishi mening haqiqatni gapirishimni biladi. Agar men Xudo menga bergan barcha kuchlarni namoyish qilsam, odamlar Xudoga bo'lgan muhabbat tufayli emas, balki mo''jizalar tufayli menga oqib kelishardi. Lekin men bunday yuzaki shogirdni xohlamayman. Ular kuch bilan emas, balki Xudoning sevgisi bilan jalb qilinishi kerak va bu mening hayotimdagi maqsadim.

Agar men Xudoni bilmaganimda edi, men bunday gapirmas edim. Har kim xohlasa, Uni tanib olishi mumkin. Men odamlarning his-tuyg'ulariga murojaat qilib, ularni o'ziga jalb qilishga harakat qilmayman, aksincha, ularning mantig'i va idrokiga murojaat qilib, ularning ongiga murojaat qilaman. Ko'r ishonch foydasiz. Inson Xudo bergan narsalarni tushunish qobiliyatini faollashtirishi va narsalarni yuzaki qabul qilmasligi kerak. Buning o'rniga, ular o'zlarining ma'naviy moyilliklari va amaliyotlari ortidagi sabablar, oqibatlar va mantiqni tushunishlari kerak. Agar mening minglab og'zim bo'lganida, men ularning barchasidan Xudo

va Unga murojaat qilish va Uni bilishning muhimligi haqida gapirish uchun foydalanardim.

Inson Xudo haqidagi bilimni yo'qotish bilan nimani yo'qotayotganini bilmaydi, chunki u hech qachon Uni chinakamiga bilmagan! Va u U bilan bog'langandan so'ng, hech qanday yerdagi kuch uni qaytarib yubora olmaydi. Mening yagona istagim - samimiy izlovchilarga Xudoni ko'rish imkoniyatini berish, chunki Uning nurini ko'rish va Uning saodatini his qilish dunyoning barcha xazinalari va shon-shuhratidan qimmatlidir. Xudoni bilish har qanday yerdagi zavqdan ustundir. Va inson xazinalar xazinasini topganda, uning qalbidagi barcha istaklari amalga oshadi. Haqiqatan ham, Xudo mening barcha istaklarimni, orzularimni va tilaklarimni amalga oshirdi.

Men hozir narsalarga intilmayapman, chunki ular doimo mening yo'limga kelmoqda. Xudo sizga O'zini berganida, U barcha istaklaringizni bajaradi. Shunda siz hech narsa so'rashingiz shart bo'lmaydi, chunki siz xohlagan hamma narsa sizning qo'lingizda bo'ladi. Lekin avvalo, biz Xudoga U bizga bergan barcha sovg'alardan ko'ra Uni ko'proq xohlayotganimizni isbotlashimiz kerak.

Xudo bizni chaqiradi va bizdan Unga murojaat qilishimizni xohlaydi. Buyuk ustozlar - bu kashshoflardir, ularning izidan borsak, ularning bilim va tajribasidan foydalanishimizga imkon beradi, bu bizga maqsadimizni aniqlash va xavfsizlikka erishishni osonlashtiradi. Inson buyuk olimdan ta'lim olib buyuk olim bo'lishi mumkin bo'lganidek, izlovchi ham ilohiy bilimga ega ustozdan bilim va donolik olish orqali eng buyuk ma'naviy mavjudotlardan biriga aylanishi mumkin.

Ko'mir bo'lagi quyosh nurini na qabul qiladi, na aks ettiradi, lekin olmos aks ettiradi. Xuddi shunday, shubha, negativlik va ma'naviy befarqlik bilan qotib qolgan onglar

ilohiy nurni qabul qila olmaydi. Biroq, olmosga o'xshash onglar samimiylik, imon, matonat va chinakam qat'iyatga to'la bo'lib, ilohiy ong nurini qabul qila oladi va muqaddas donolikni aks ettira oladi.

Ko'pchilik odamlar uchun din shunchaki oilaviy an'ana, ijtimoiy foyda yoki axloq va axloq bilan bog'liq odatdir. Ular dinning mohiyati va ahamiyatini chinakam tushunishmaydi.

Xudoni hayotning asosiy zarurati sifatida izlamaganlar dinning ma'nosini tushunmaydilar. Nima uchun hamma odamlar pulga intilishadi? Chunki ular buni o'zlarining qulayligi va farovonligi uchun zarur deb bilishadi. Ularga bu o'z-o'zidan ravshan haqiqatni o'rgatish uchun hech kimga ehtiyoj yo'q, chunki ular buni juda yaxshi bilishadi. Unda nega ko'pchilik odamlar Xudoni bilish zarurligini tushunishmaydi? Chunki ularda men hayotimning dastlabki yillarida ko'rgan to'g'ri idrok etishmaydi, agar ularning haqiqatlari to'g'ridan-to'g'ri bilim va tajriba orqali sinovdan o'tkazilmasa, ba'zi savollarga ilohiy javoblar qalbgaga to'liq qoniqish keltira olmaydi.

Masalan, men yoshligimda onamni yo'qotganimda va boshqa yaqinlarim birin-ketin vafot etganida, ichimda hayotga qarshi jimgina isyon ko'tarildi va hech kim meni yupata olmadi yoki hayot va o'lim haqiqatlarini tushuntira olmadi. Nihoyat, men o'z harakatlarim bilan javobni o'zim topishga qaror qildim. Va o'zimga shunday qasam ichdim: "Men hech narsani ko'r-ko'rona qabul qilmayman, balki javobni bu koinotning Yaratuvchisi va Xo'jayinidan topaman".

Men Xudodan to'g'ridan-to'g'ri hech kim menga tushuntira olmaydigan hayot sirlarini tushuntirishini so'radim

Nima uchun ba'zi odamlar kambag'al, boshqalari boy, ba'zilari ko'r, boshqalari sog'lom tug'iladi, boshqalari esa Xudoning adolati va rahm-shafqatiga zid tuyulgan bu sirni

hal qila olmaganliklariga hayron bo'ldim. Nihoyat, Xudo meni ilohiy birlik holatiga erishgan va ichki bilimlari orqali hayot sirlariga qoniqarli javoblarni topgan ba'zi ma'rifatli ruhiy ustozlarga yo'naltirdi. U yerda men barcha savollarimga qoniqarli javoblar va barcha savollarimga ishonarli tushuntirishlar oldim.

Bu dunyoda ko'plab diniy ekstremistlar bor. Ba'zilari dinni faqat hissiy jihatdan tushunishadi va ularning his-tuyg'ulari manipulyatsiya qilinganda, ular diniy isterikaga aylanadi. Ammo hissiy ishtiyoq insonning Xudo bilan aloqasini uzib, ma'naviy tushunchasini yashiradi.

Hissiy odamlar har doim his-tuyg'ularini qo'zg'atish va ma'naviy ehtiroslarini uyg'otish uchun biror narsaga muhtoj. Mantiqiy va oqilona gapirganingizda, ular suhbatni davom ettirish istagini yo'qotadilar va so'zlaringizni bir xil va zerikarli deb bilishadi. Ammo boshqalarning his-tuyg'ularini boshqarish aldashning bir turi, odamlarning aql-zakovatiga haqorat va ulardan ma'naviy haqiqatlarni yashirishdir.

Shu bilan birga, intellektual moyillikka ega bo'lgan diniy ekstremistlar ham bor, ular turli xil ilohiyotshunoslik yoki falsafiy tadqiqotlarni chuqur o'rganishni yoqtirishadi, o'zlarini hissiy jihatdan boshqariladiganlarga qaraganda yuqori darajadagi muqaddas bilimga ega ekanligiga ishontirishadi. Ammo intellektual rag'batlantirish - bu "uyqustirish"ning yana bir shakli yoki izlovchiga aslida xohlagan narsani bermaydigan, balki shunchaki ularning his-tuyg'ularini qo'zg'atadigan va his-tuyg'ularini qo'zg'atadigan ruhiy hiylanayrangning yana bir turi.

Diniy mutaassiblar dinni chuqur tushunishmaydi; ular ko'pincha o'zlari chinakamiga tushunmagan va hayotlariga ta'sirini boshdan kechirmagan narsalarni takrorlaydilar. Agar siz ularga ma'naviy savol bersangiz, ular sizning shu yerda to'xtashingizni kutib, maqollar yoki oyatlarni keltirishga

shoshilishadi, chunki ularda xotirjam, maqsadli va mantiqiy muloqot qilish qobiliyati yo'q. Ular shunchaki bo'sh ma'naviy og'zaki so'zlovchilar, deyish mubolag'a emas va ular bilan muloqot qilish befoyda, chunki ular boshidan oxirigacha, A dan Z gacha hamma narsani bilishlariga aminlar.

Diniy mutaassiblar, agar siz biron bir tarzda ishonmasangiz, taqdiringiz halokatga olib kelishiga aminlar

Bilimli o'qituvchi bu tarzda dars bermaydi. U o'z fikrini bayon qiladi va o'z argumentlarini dalillar bilan qo'llab-quvvatlaydi. Din bizning ma'naviy intilishlarimizni qondirishi va istaklarimizni so'zlar bilan emas, balki rad etib bo'lmaydigan dalillar bilan amalga oshirishi kerak. Men hech qachon aqlimni ishga solib, tushunchamni faollashtira olmaydigan darajada qattiqqo'l bo'lishni xohlamaganman. Ustozim Shri Yuktesvar bilan uchrashganimda, u menga shunday dedi:

"Ko'plab ustozlar sizning ongingizni ko'r qilib, o'z mantig'iga amal qilishni buyurganlaridan keyin sizdan ishonishingizni so'rashadi, boshqa hech narsa emas. Lekin men sizning ongingizning ko'zlarini ochiq tutishingizni istayman va bundan tashqari, men siz uchun yana bir ko'zni, donolik ko'zini ochaman."

Shri Yuktsuvar menga haqiqatini o'zim anglay oladigan ta'limot berdi. Shuning uchun men hech kim meni yo'ldan ozdira olmaydigan yoki adashtira olmaydigan yo'lga qadam qo'ydim.

Yana bir ekstremal holat - bu hamma narsaga ergashadigan va hech narsaga amal qilmaydigan liberal libertarian!

U o'zini ochiq fikrli va keng fikrli deb bilgani uchun:
"Barcha ma'naviy yo'llar yaxshi, shuning uchun men ularning

hech biriga bog'lanmayman", deydi. Lekin barcha ma'naviy yo'llar va diniy e'tiqodlarga hurmat bilan qaragan holda, doimo har tomonga harakatlanib va uchib yuradigan ma'naviy kapalak bo'lmaslik kerak.

Soxta liberalizm va ko'r-ko'rona fanatizmdan qochish kerak, buning o'rniga ma'naviy ishlarda muvaffaqiyat qozonish va hayotning maqsadini topish uchun donolikni qabul qilish kerak.

Xudo uchun qilgan har bir harakat U tomonidan seziladi. Ammo agar inson Xudoga sog'lom fikrlashga asoslangan yo'ldan bormasa, uning ma'naviy rivojlanishi sekinlashadi. Samimiy izlovchilar ma'lum bilimlarga ega bo'ladilar, ammo ko'r-ko'rona ishonib, mexanik ravishda ibodat qiladiganlar Xudoga yetib borishdan oldin ko'plab mujassamlanishlarni o'tkazishlari mumkin.

O'zingizning hissiy va intellektual moyilligingizga mos keladigan yo'lni topmaguningizcha qidiring va shu yo'ldan boring. O'qigan va o'rgangan barcha narsalaringizni diqqat bilan tekshiring va biron bir o'qituvchi yoki ta'limotni sinovdan o'tkazmasdan qabul qilmang.

Zargar asl va soxta zargarlik buyumlarini ajrata oladi. Xuddi shunday, haqiqiy ma'naviy ustoz samimiy izlovchilar va shunchaki qiziquvchan odamlarni ajrata oladi. Ba'zilar ma'naviy ta'limotlarni olishadi, lekin ularni hayotlarida qo'llamaydilar. Biroq, har qanday ma'naviy ta'limotning asl foydasi uning ruhini singdirish va uning amaliy jihatlarini kundalik hayotga tatbiq etishdadir. Ovqat haqida gapirish yoki shunchaki uni ko'rish ochlikni qondirmaydi. Och odam to'yguncha ovqatlanishi kerak. "Tishi bilan yegan o'ziga foyda keltiradi" degan gapda aytilganidek,

Ma'naviy izlovchilarga avvalo Xudoni bilishni o'rgatish kerak. Avvalo pulga yoki sog'liqqa e'tibor qaratish

maqsaddan chalg'itadi. Hamma narsa Xudodan kelishi rost, lekin boshqa narsalarga birinchi navbatda intiladiganlar, hatto eng boy va eng sog'lom bo'lsalar ham, bu narsalarning cheklovlarini his qilishadi. Tajribali va bilimli ruhiy ustoz Xudoni biladi va sevadi va ularning Xudoga bo'lgan istagi boshqa barcha istaklardan ustundir.

Bir voiz meni uning ma'naviy yo'l-yo'riqlarini qabul qilishga ko'ndirishga harakat qildi va natijada menga ko'p izdoshlar va'da qildi. Lekin uning taklifi menga yoqmad, chunki mening yagona maqsadim - Xudo, izdoshlar to'plash emas. Haqiqiy ustozlar har doim sizda Xudoni bilish istagini uyg'otishga harakat qilishadi; ular sizni hech qachon boshi berk ko'chaga olib bormaydi.

Dinning asosiy ustuni - Xudo bilan uyg'unlik. Ibodat joylari o'yin-kulgi, raqs, film namoyishlari yoki tez-tez ijtimoiy yig'ilishlar o'tkaziladigan joyga aylanmasligi kerak. Bu dam olish tadbirlari odamlarni Xudodan chalg'itadi. O'yin-kulgi ibodat joylaridan tashqarida saqlanishi kerak, odamlar ularga faqat bitta maqsadda tashrif buyurishlari kerak: Xudo bilan bog'lanish. Ibodat joylarida ilohiy mavjudlikni his qilish bu muqaddas joylar va muqaddas joylarni ziyorat qilishning asosiy maqsadidir. Men bunga chin dildan ishonganman va shu asosda yashaganman.

Agar men sizga kashf etgan ajoyib meva haqida gapirib bersam va uni sizga bir yil davomida har kuni, hech qachon tatib ko'rmasdan batafsil tasvirlab bersam, uning qiymatiga yetarlicha ishonch hosil qilmaysiz. Xuddi shunday, shunchaki haqiqat haqidagi va'zlar va ma'ruzalarni tinglash qalbning ochligini qondira olmaydi. Xudoni bilishga intilmasdan tinglash bilan kifoyalanganlar faqat soxta qoniqishga erishadilar. Xudoga chuqur ochlikni his qilish, Uni chin dildan va chin dildan izlash kerak. Diniy ma'ruzalar, va'zlar va

ma'ruzalarning maqsadi qalbda Xudoga bo'lgan tobora ortib borayotgan ruhiy ishtiyoqni uyg'otishdir.

Vaqtivaqti bilan men Xudoga intilayotgan odam bilan uchrashaman. Lekin Xudoni bilish bundan ham ulug'roq! Xudoni chinakam biladigan izlovchi ba'zan butun olam Uning nuri bilan to'lganini ko'radi - bu qanday ajoyib va ajoyib tajriba! Lekin bu bir kechada sodir bo'lmaydi, Xudoni bilish Ilohiy bilimga olib boradigan ruhiy yo'llar va usullarni uzoq va izchil amalda qo'llashni talab qiladi.

Baxtga intilish barcha istaklarning eng kuchlisidir. Haqiqiy va abadiy baxt faqat Xudoda topiladi. Uning huzurini kashf etganingizda, siz cheksiz quvonchga to'lasiz, bu quvonchni boshqa hech qayerda yoki hech narsada topa olmaysiz. Mening ustozim Shri Yuktisvar menga shunday dedi:

Tafakkur va ma'naviy uyg'unlikdagi quvonchingiz boshqa barcha quvonchlardan ustun bo'lganda, siz Xudoni topdingiz. Agar sizga butun dunyo berilgan bo'lsa, uni qanday boshqarishni bilmas edingiz; siz o'zingizni hamma narsadan doimo tashvishga solib, yuk ostida his qilar edingiz. Agar siz shohlar, prezidentlar, shahzodalar va dunyoviy mashhurlarning hayotini bilsangiz, ularning bezovta va xafa bo'lganliklarini, muammolar to'lqinlari bilan uloqtirilganliklarini va har tomondan tashvish shamollari bilan urilishini ko'rar edingiz. Ular kunlarini taqdir qo'lidagi qo'g'irchoqlar kabi o'tkazdilar. Ammo Dunyo Nuri bilan birlashgan kishi chinakam baxtli insondir. Agar ularda hech narsa bo'lmasa ham, ular hamma narsaga ega, chunki ular baxtga ega. Xudo bilan birlashgan kishi hech narsadan qo'rqmaydi, chunki Xudo ularning qalbida yashaydi va Xudo yashaydigan qalb qo'rquv va xavotirdan xoli.

Barcha ibodat joylari bir maqsadga xizmat qiladi va shuning uchun men ularning barchasini yaxshi ko'raman.

Ular Xudo bilan chinakam muloqot joylariga aylanganda, ular o'zlarining yuksak vazifalarini bajaradilar. Bu joylar Xudoning bilim asali bilan to'ldirilgan asarlari uyalari kabi bo'lishi kerak va ularning ahamiyati va qadr-qimmati shu yerda yotadi. Xudo Unga to'liq sodiq bo'lgan samimiy qalblarni sevadi va hatto ularning egalari ochiq osmon ostida ochiq havoda ibodat qilsalar ham, U bu qalblarni ziyorat qiladi. Odamlar ibodat qilish uchun to'planganda, ular buni Xudoga bo'lgan muhabbat va Uning borligini his qilish istagi tufayli qilishlari kerak. Samimiy izlovchilar dogmatizm, qattiqqo'llik va ilohiy takabburlikdan norozi. Ular uchun muhimi, Xudo bilan bog'lanish va unga erishishning samarali usuli.

Inson butun borlig'i bilan Xudoni sevsa, uning barcha harakatlari haqiqatga asoslangan bo'ladi va Xudoga bo'lgan sevgisi odamlarni o'z xudbin manfaatlari uchun ekspluatatsiya qilishiga yoki chalg'itishiga yo'l qo'ymaydi.

Zulmat qanchalik chuqur bo'lmasin, yorug'lik yoqilganda uni yo'q qiladi. Agar biz o'zimizdagi ilohiy sevgi chiroqini yoqsak, johillik zulmati yo'qoladi. Ma'naviy yoga fani izlovchiga ongini Xudoga qaratishga va qalbining sevgisini Unga yo'naltirishga yordam beradi. Shuningdek, u izlovchiga Xudoni to'liq sevish uchun zarur bo'lgan muqaddas uyg'unlikka erishishga imkon beradigan tasdiqlangan, ilmiy usulni taklif etadi.

Xudo bizga oilamiz va do'stlarimizni sevish qobiliyatini bergan va biz bu qobiliyatdan Uni yer yuzidagi eng aziz insonlarimizni sevganimiz kabi sevish uchun foydalanishimiz kerak. Inson: "Men seni sevaman, Rabbim, ota o'g'lini sevganidek, sevuvchi o'z sevgilisini sevganidek, do'st o'z do'stini sevganidek, men seni sevaman, chunki sen barcha sevgi va mavjudotdagi barcha yaxshiliklarning manbaisan va sen mening otam, onam, do'stim, xo'jayinim, sevgilim va

men uchun mavjud bo'lgan hamma narsasan", deya olishi kerak.

Inson chin dildan Xudoni sevsa, u Unga bo'lgan muhabbatni kechayu kunduz his qiladi.

Bugun ko'p odamlar sizni "eng azizim" yoki "eng yaqin do'stim" deb atashadi, lekin ertaga u yoki bu sababga ko'ra sizni tashlab ketishadi Bu sevgi emas Qalbi Xudoga to'lganlar hech kimga zarar yetkaza olmaydi Siz Xudoni so'zsiz sevsangiz, U sizning qalbingizni barchaga bo'lgan sof sevgisi bilan to'ldiradi Bu sevgini tasvirlash hech qanday inson tilining kuchidan tashqarida

Inson o'zini bilmaguncha Xudoni chin dildan seva olmaydi. Bu o'zini bilish ba'zan chuqur uyqu paytida, o'zining ruh sifatida mavjudligini anglab yetganda ongsiz ravishda sodir bo'ladi. Ammo bunga meditatsiya orqali ham erishish mumkin. Inson o'zini ruh sifatida bilganda, u ichida Xudoning borligini kashf etadi. Oyning aksi loyqa yoki bezovta suvda aniq ko'rinmaydi, lekin suv yuzasi tinch va tiniq bo'lganda, oyning tasviri mukammal ko'rinadi. Bu ongga ham tegishli: ong xotirjam bo'lganda, siz qalbingizning oyga o'xshash yuzini aniq ko'rasiz, chunki ruhlar Xudoning aksi. Biz meditatsiya orqali ong ko'lidan notinch fikrlarni olganimizda, o'zimizni ilohiy ruhning sof aksi sifatida idrok etamiz va ruh va Xudo bir ekanligini anglaymiz.

Yoga bizga tanadan energiya va ongni tortib olishni va ularni manbai bo'lgan Xudoga yo'naltirishni ham o'rgatadi. Shuningdek, u bizga hayot kuchini jismoniy ongdan ilohiy ongga o'zgartirishni va tartibga solishni ham o'rgatadi.

Inson Xudoga ibodat qilganda, uning ongi va diqqati butunlay Unga qaratilishi kerak, o'sha paytlarda boshqa hech narsa haqida o'ylamasligi kerak. Xudo bizning fikrlarimizni biladi va biz meditatsiya va ibodat paytida ongimizni Unga

qaratishimiz kerak. Agar fikrlarimiz chalg'ib keta boshlasa - bu ularning tabiati - biz ularni qayta-qayta diqqatni jamlash va mulohaza qilishga qaytarishimiz kerak. Men Xudoga ibodat qilganimda, ongim Unga qaratiladi. Agar siz diqqatni jamlashning bu sokin kuchini rivojlantirsangiz, bir kun, qanchalik band bo'lishingizdan qat'i nazar, kunlar va tunlar ongingiz Xudoga bag'ishlangan holda o'tib ketishini ko'rasiz.

Biz boshqalarni ham chin dildan sevishimiz kerak. O'rtacha odam bunday sevgiga qodir emas, chunki ular o'zlarining kichik egolari bilan cheklangan va shuning uchun Xudo ular ichida va boshqa barcha mavjudotlarda yashayotganini hali anglamagan. Men odamlarni sevaman va ularga teng munosabatda bo'laman, chunki ularning barchasi Xudoning ma'naviy aksi. Men hech kimni o'zimga begona deb hisoblay olmayman, chunki men barchamiz yagona ilohiy ruhning bir qismi ekanligimizni bilaman. Dinning asl ma'nosini, ya'ni Xudoni bilishni anglaganingizda, U sizning oliy "men"ingiz ekanligini va U barcha yaratganlarida teng va tarafkashliksiz mavjudligini anglaysiz. Shunda siz barchani o'zingizning oliy "men"ingiz kabi seva olasiz.

Men izdoshlarni jalb qilishga intilmayman, chunki bu mening hayotimdagi maqsadim emas. Yuzlab yoki minglab odamlar mening ma'ruzalarimga qatnashadimi yoki o'rindiqlar bo'sh qoladimi, men uchun farqi yo'q. Rostini aytsam, men yuzlab qiziquvchan, ammo samimiy bo'lmaganlarga qaraganda bir nechta samimiy dindorlarni afzal ko'raman. Mening yagona maqsadim odamlarga o'zlarini bilishga yordam berishdir. Odamlar Xudoni bilish muqaddas burch va ma'naviy imtiyoz ekanligini anglaganlarida, biz bu yerda yangi tongga guvoh bo'lamiz. Kitoblar, va'zlar va ma'ruzalar endi Xudoning borligini his qilishni chinakamiga orzu qilgan izlovchini qondirish uchun

yetarli bo'lmaydi. Lekin ular haqiqatni anglab yetganlarida, hayotning asl mohiyatini bilib oladilar.

Biz eshitgan va o'qigan haqiqatlarimizni shunchaki g'oyalar bo'lib qolmasligi, balki qat'iy e'tiqodga aylanishi uchun qo'llashimiz kerak. Muqaddas Yozuvlarni o'qish ruhiy izlovchida Xudoni bilish istagini uyg'otishi kerak. Ammo bu ezgu maqsadga erishish uchun chuqur mulohaza o'rnini bosa olmaydi.

Haqiqatan ham ma'naviy tajriba kerak. Faqat ilohiy uyg'unlik hayotdagi maqsadsizlikdan kelib chiqadigan chuqur zerikishni yo'q qila oladi. Ma'naviy tajriba ma'lum bir haqiqatdir va unga kundalik, mulohazakor mulohaza orqali erishish mumkin. Xudoni meditatsiya orqali bilish mumkin. Uning borligini his qilganingizda, shubhalar yo'qoladi, johillik buluti tarqaladi va siz ilgari hech qachon bilmagan tinchlikni his qilasiz, chunki ilohiy tinchlik mislsizdir.

Odamlar haqiqatni o'zlari kashf etishlari vaqti keldi. Sizga aytayotganlarimni, agar xohlasangiz, siz ham kashf qilishingiz mumkin. Bu ta'limotlar ba'zilarga falsafiy tuyulishi mumkin, ammo ularni qo'llaganlar ularning qiymatini bilishadi va o'z mukofotlarini olishadi.

O'qituvchim menga undan olgan har bir yangi ma'naviy ta'limotimda: "Sen bu haqiqatni bilishing kerak", deb aytardi. Va men bildim!

Ustozimni topib, bu yo'lni kashf qilganimda, o'z tajribamdan kelib chiqib, bu Xudo va haqiqatni bilishga olib boradigan to'g'ri yo'l ekanligiga amin bo'ldim va shuning uchun butun hayotimni unga va insoniyatga xizmat qilishga bag'ishladim.

Allohning keng dunyosida qayerda bo'lsangiz ham, tinchlik bo'lsin

Ma'naviy bilimlarning nigohi

Ustoz ruhiy yo'lda undan yo'l-yo'riq so'ragan shogirdiga
:shunday dedi

Odamlarning sizni va ma'naviy yutuqlaringizni tan
.olishini orzu qilmang, balki faqat Xudoni izlang

Ichingizda tinchlik borligini anglaganingizda,
yaratilishdagi barcha yaxshiliklarda tinchlik va uyg'unlik
.borligini anglaysiz

Siz Uni tabiat go'zalligida ko'rasiz, Uning borligini
chinakam do'stlikda his qilasiz va Uning ne'matlarini ezgu
intilishlar va sharaflı niyatlarda, xudbin maqsadlardan xoli
holda his qilasiz. Siz Uning borligini xotirjamlik pardalari
.ortida his qilasiz

Va barcha ajoyib narsalarda

Eshikni astoydil taqillating, shunda parda ko'tariladi va
siz eng ulug'vor yuzni o'zining barcha ulug'vorligi va
.ulug'vorligida ko'rasiz

Agar siz Xudoni sevsangiz, Uning sevgisini his qilasiz va
boshqa hech narsa sizni alday olmaydi. Moddiy tajribalar
.sizni vasvasaga soladi

Chunki siz ma'naviy baxtni tatib ko'rmadingiz, shunda
.farqni bilib olasiz

Tanlashda erkin bo'ling. Hech narsa sizni cheklashiga
yo'l qo'ymang va hech kim sizni boshqarishiga yoki
.baxtingizga aralashishiga yo'l qo'ymang

Sizning o'zingiz kosmik butunlikning alohida qismidir va
baxtli ongni boshdan kechirish va ilohiy sevgining zavqini
tatib ko'rish uchun siz o'sha mukammal butunlikni
.topishingiz kerak

Nafrat va g'azab zindonlaridan sevgini olib chiqish

Ey Rabbimiz, biz Sendan ruhlarimizga nur sochishingizni
so'raymiz

Va sevganlaringizga va sizdan yordam so'raganlarga
mo'l-ko'l ne'matlaringizni yog'diring

Va U bizdan urush, zo'ravonlik va o'lim arvohlarini
uzoqlashtirsin

Va bizni tinchlikni maqsadimizga aylantirishga
ilhomlantiring

Va sevgi bizning ta'minotimizdir

Bizning maqsadimiz - cheklangan cheklovlardan xalos
bo'lish

* * *

Agar inson faqat pul to'plash va tana istaklarini
qondirishga intilsa

Uning erishgan yutuqlari juda oz va ahamiyatsiz

Chunki u barcha dunyoviy yutuqlarni ortda qoldiradigan
.kun keladi

Lekin agar u Xudo orqali boyib ketsa

U yer yuzidagi barcha shohlar va badavlat odamlardan
boyroq bo'ladi

Bu muborak xazinalar Xudoni sevuvchilarning
.ixtiyoriidadir

Ruh boyligidan boshqa hech narsa bilan
qoniqmaydiganlar

Ular o'zlarining ma'naviy moyilliklarini rivojlantirish
ustida ishlayotganlarida

Va ularning hayot manbaiga bo'lgan intilishlarini
oziqlantirish uchun

Va nafrat va yovuzlik tubidan sevgining tirilishi
Ular o'z onglarini tor dunyoviy qarashlardan yuqori
ko'taradilar

Ozodlik, tinchlik, yorug'lik va quvonch ufqlariga
Ular o'zlarining cheksiz kengliklarini anglaydilar
Ular yangilangan tasavvurlar va bilimlarni boshdan
kechiradilar

Va ular yaxshi fikrlar va ishlar urug'ini ekishganda

Ularning ong bo'shliqlarida

Ularning tushunchalari ochiladi

Va ularning kognitiv qobiliyatlari faollashadi

Filamson, ularning asl mohiyati

Ular Xudoning shohligini o'zlarida topadilar

Biz o'zimizni yangilashimiz uchun Qodir Allohdan bizga
yo'l-yo'riq so'raymiz

Va biz ruhiy borlig'imizni zulmat zindonlaridan
chiqaramiz

Erkinlik, xotirjamlik va bilim nurlari makonlariga

Yangi meva va sabzavotlar muhim ozuqaviy moddalardir

Oziqlanish bo'yicha ma'ruzadan

Kaliforniyaning Encinitas shahrida yetkazib berildi -

1940-yil iyun

Go'sht oqsili energiyaning yagona muhim manbai emas

Pishirilmagan sabzavot va mevalarda mavjud bo'lgan

.ba'zi mineral tuzlar ham muhim manbalar hisoblanadi

Go'shtning katta qismi sezilarli miqdorda energiya

beradi, ammo agar go'sht uzoq vaqt davomida ratsionda ustunlik qilsa, u bu energiyani berishni to'xtatadi. Bundan

tashqari, oqsilni haddan tashqari ko'p iste'mol qilish oqsil toksikligiga, charchoq va kasallik manbai bo'lishiga olib

kelishi mumkin. Xulosa qilib aytganda, oqsilning ko'pligi ham .ozligi kabi zararli

Agar charchoqdan xalos bo'lishni istasangiz, bitta davo

to'g'ri ovqatlanishdir. Go'sht vaqtinchalik energiya berishi mumkin, ammo u organizmga ko'plab toksinlarni kiritadi.

Ko'proq xom, pishmagan ovqatlarni iste'mol qilish charchoq .hissiyotini kamaytiradi va sizni tetiklashtiradi

Sharbatlar sezilarli darajada energiya beradi, ammo

butun meva va sabzavotlar ancha yuqori ozuqaviy qiymatga ega. Biroq, ba'zi odamlar shunchaki ularni shu shaklda

.iste'mol qilishga vaqt ajratishni xohlamaydilar

Ovqat hazm qilish tizimi kimyoviy moddalarni ajratib

oladi va ularni tanadagi tegishli hujayra turlariga tarqatadi

Tana bir nechta kimyoviy elementlardan iborat va oziq-

ovqat bu elementlarning yetishmasligini har kuni to'ldirishi .kerak

Kundalik ovqatlanish tarkibida yetarli miqdorda oqsil,

vitaminlar, minerallar, ba'zi yog'lar va moylar hamda tegishli miqdorda tabiiy uglevodlar bo'lishi kerak, shu bilan birga

tozalangan kraxmal va tozalangan shakarni iloji boricha
.kamaytiring

Ajoyib energiya manbai apelsin sharbati va
maydalangan bodom aralashmasidir, chunki bodom apelsin
.sharbati bilan aralashtirilganda yaxshiroq hazm bo'ladi

Shuningdek, ko'p suyuqlik ichish muhimdir. Agar sifatli
suv mavjud bo'lmasa, yangi meva sharbati, kokos suvi va
tarvuz ajoyib qo'shimchalar va toza suvning qisman o'rnini
.bosuvchi vositalardir

Kelajakda odamlar meva va sabzavot sharbatlarini
sog'liq uchun foydali tomonlari tufayli tez-tez iste'mol
.qiladilar

Kamchilik komplekslari ham, ustunlik komplekslari ham
yomon

Kamchilik kompleksi ustunlik kompleksi kabi yomon,
chunki o'zini past his qilgan odam o'zidagi ustunlikni ko'rsata
.olmaydi

Inson, ma'naviy tabiatga ega bo'lgani uchun, muqaddas
uchqunga ega va o'zini past deb o'ylash yoki o'zini
hammadan yuqori deb o'ylash va hech qanday qadr-qimmatini
yoki kelib chiqishi bo'lmagan odam kabi harakat qilish
.noto'g'ri va xatodir

Inson mag'rurlikni namoyon qilganda, mag'rurlikning
.qalin soyasi qalbdagi Xudoning nurini to'sib qo'yadi

Shuning uchun, ikkala tugun ham birgalikda oldini olish
kerak, chunki ikkalasi ham ma'naviy taraqqiyotga to'sqinlik
.qiladi

Keling, Xudo biz bilan ekanligini, bizni
ilhomlantirayotganini va yo'naltirayotganini va U bizning
.hayotimizdagi eng buyuk sevgi ekanligini his qilaylik

Xudoni biladiganlar o'zlarini hammaning xizmatkori deb
biladilar va o'zlarini boshqalardan yaxshiroq deb
.hisoblamaydilar

Kamchilik kompleksi zaif g'oyalarga va zaif ong ostiga
ega bo'lganlar bilan bog'liq bo'lsa, ustunlik kompleksi
nafratga asoslangan mag'rurlik va soxta takabburlikdan kelib
.chiqadi

Bu ikkala tugun ham ma'naviy o'sishga halokatli ta'sir
ko'rsatadi va sog'lom tushuncha va to'g'ri hukmga emas,
.balki illyuziya va haqiqatni mensimaslikka asoslangan

O'ziga bo'lgan ishonchni meros qilib olingan insoniy
zaifliklarni yengish orqali rivojlantirish kerak. Uni istaganlar
uning shirinligini hayotlarida aniq yutuqlar orqali his qilishga
intilishlari va shu bilan Xudoning yordami bilan o'zlarini
.pastlik va takabburlik komplekslaridan xalos qilishlari kerak

Hayotiylikning siri va manbai

Organizmga ovqatni energiyaga aylantirish uchun bir
necha soat kerak bo'ladi. Ammo irodani rag'batlantiradigan
va faollashtiradigan har qanday narsa darhol energiya hosil
.qiladi

Iroda kuchi tananing hujayralaridan va miyaning
energiya omboridan hayotiylikni oladi, bu yerda ovqatdan
.olingan energiya saqlanadi

Iroda, shuningdek, kosmik manbadan orqa miya orqali
.tanaga yangi faollikni tortadi

Shuning uchun, hayotiylikning siri insonda mavjud
bo'lgan energiyani saqlab qolish va iroda orqali tanaga yangi
.energiya olib kirishda yotadi

?Bu qanday amalga oshiriladi

Birinchidan, inson ixtiyoriy va xohish bilan harakat qilishi
kerak. Agar biron bir arziydigan ish bo'lsa, uni xohish va
.ixtiyoriy ravishda qilish kerak

Siz ixtiyoriy ravishda ishlaganingizda, sizda ko'proq
energiya bo'ladi, chunki siz nafaqat miyadagi nervlardan
energiya olasiz, balki tanaga kosmik energiyaning katta
.oqimini ham jalb qilasiz

Sevgilisi uchun mazali taom tayyorlaydigan ayol baxt va
tetiklikka to'la

Lekin agar u o'z xohishiga qarshi ovqat pishirishga
majbur bo'lsa, u boshidanoq charchaganini his qiladi

Shuning uchun iroda energiya keltiradi

:qisqa hikoya

Bir safar do'stim bilan avliyolar haqida gaplashayotgan
edim. Do'stim broker edi va u mening ishtiyoqimni baham
ko'rmadi. Buning o'rniga u: "Siz avliyo deb ataydiganlarning
barchasi aslida Xudoni bilmaydigan charlatanlar", dedi. Men
u bilan bahslashmadim, lekin mavzuni o'zgartirdim va biz
brokerlik kasbi haqida gaplasha boshladik. U menga bu
haqda ko'p gapirib berganidan so'ng, men muloyimlik bilan:
"Bilasizmi, bitta ham ishonchli broker yo'q, ularning hammasi
yolg'onchi?", dedim. U g'azablanib, jahl bilan javob berdi: "Va
brokerlar haqida nimani bilasiz?" Men javob berdim: "Men
aynan shuni nazarda tutgan edim. Siz avliyolar haqida
nimani bilasiz?" U jim qoldi. Men xotirjam va mehr bilan
davom etdim: "Men brokerlik haqida hech narsa bilmayman,
."siz ham avliyolar haqida hech narsa bilmaysiz

Energiya farishtalari

Xudo bizni energiya farishtalari sifatida yaratdi

Va biz jismoniy tanalarga joylashtirdik

Biz barcha e'tiborimizni nozik tanalarga qaratdik
Va biz kosmik hayot energiyasi bilan to'ldirilgan ruhiy
ruhni unutdik
Endi biz diqqatimizni jamlash uchun chinakam harakat
qilishimiz kerak
To'liq xabardorlik tuyg'usini qayta tiklash uchun
Muvaffaqiyatning ildizi ma'naviy tushunchani
rivojlantirishda yotadi
Bu orqali biz o'zimizning nomoddiy tabiatimizni
anglaymiz
Va Xudoning surati bizda yashaydi
Ma'naviyat bog'idagi birinchi gul - bu imon va umid
gulidir
Biroq, meva - bu o'zini sinab ko'rish orqali olingan
.haqiqiy bilimdir
Nekbin bo'ling va hayotning yaxshiliklari va ne'matlari
sizni kutayotganini biling
Agar siz samimiylik va fidoyilik bilan ishlasangiz
Yo'qolgan ilohiy merosni tiklash uchun
Chinakam ma'naviy inson muvozanatli insondir
O'zini mamnun his qiladigan, sog'lig'i yaxshi va
tushunchasi o'sib borayotgan odam
U qalb boyliklariga va donolik xazinalariga ega
U ilohiy yordam kelishiga ishonadi
Hayot qanchalik og'ir ko'rinmasin va vaziyat qanchalik
noqulay bo'lmasin

Xudoning yuzi bizga tabiat go'zalligida namoyon bo'ladi

Va uning ovozi bizga nozik, nafis ohanglar orqali
gapiradi

Va sevishganlarning yoqimli, muloyim ovozlaridan

Va burchning jarangdor ovozi orqali

Bizni yaxshilik va tinchlikka undaydigan turtki

Baxt va bilim Xudoning ovozidir

Bu bizni muborak uyga qaytishga chaqiradi

Tinchlik va xotirjamlik uyi

Va uning shirin huzuridan bahramand bo'lish uchun

Va uning mislsiz, yuksak go'zalligi

Dunyo nihoyatda aldamchi va biz unga shunday
yondashishimiz kerak. Agar biz avval uning aldamchi va
illyuziyalarini yengib chiqmasak, boshqa hech kimga yordam
.bera olmaymiz

Biz diqqatni jamlagan ongning yolg'izligida barcha
buyuk yutuqlar fabrikasi yotishini yodda tutishimiz kerak. Va
bu ajoyib fabrikada biz barcha noqulay vaziyatlarni yengib
o'tish yoki samarali kurashish uchun irodamiz naqshlarini
.doimiy ravishda to'qishimiz kerak

Iroda doimiy ravishda o'rgatilishi va amalga oshirilishi
kerak

Inson vaqtini behuda sarflamasa va kuchini behuda
sarflamasa, bu yerdagi fabrikada ishlash uchun ko'plab
.imkoniyatlarga ega

Kechasi o'zim bilan birga bo'lish uchun dunyoviy
talablardan chekinaman

Dunyodan juda uzoqda, juda uzoqda
Ruhii yolg'izligimda irodam bilan yolg'iz
Fikrlarimni xohlagan yo'nalishga yo'naltiradigan joy
Men qarorni ich-ichimdan qabul qildim

Sog'lom va foydali faoliyat bilan shug'ullanish uchun
irodamni rag'batlantirsam, bu men uchun muvaffaqiyatga
olib keladi. Shu tarzda, men irodamdan ko'p marta samarali
foydalanganman. Biroq, bunga faqat irodadan izchil
.foydalanish orqali erishiladi

Ilohiy iroda bilan yuklangan irodam men xohlagan"
narsaga erishadi!" deb ayta va tasdiqlay olganingizda
!qanday ajoyib tuyg'u paydo bo'ladi

Agar inson xotirjam bo'lib, Xudo unga bergan o'z
irodasidan foydalanmasdan hamma narsani ilohiy irodaga
.ishonib topshirsa, u o'zi xohlagan natijaga erisha olmaydi

Ilohiy kuch sizga o'z xohishi bilan yordam berishni
xohlaydi

Xudo O'zining qudrati va g'ayritabiiy kuchlari bilan
bizdan uzoqda va osmonning chekkalarida yashiringan
degan fikrni ongimizdan chiqarib tashlashimiz kerak va biz
insoniy irodamiz ortida ilohiy iroda yotganini, ammo bu
qudratli kuch, to'lqinlar va kengayishlar bilan to'lib toshgan
okean kabi, ong ochiq bo'lmaguncha va qalb qabul
qilmaguncha kelmaydi, degan fikrni ongimizdan chiqarib
.tashlashimiz kerak

Yolvorish

O Umumjahon Ona

Qalbimizdagi yagona alanga bo'lish

Va qalbimiz zulmatini yo'q qilish uchun
Va sizga bo'lgan sevgimizning ko'z yoshlarida
Dunyoviy narsalarga bo'lgan sevgimizni yuvib tashlang
Va biz siz bilan rozi bo'lganimizdan xursandmiz
Bizning qayg'u va qayg'ularimizni bir marta va butunlay
yo'q qiling

Kichik qalblarimizni katta qalbgaga aylantiring
Bu sizning butun mavjudligingizni qondiradi
Va ilohiy tabiatingiz oynasida
Keling, o'zimizni mukammal va pok deb bilaylik
Sizga bo'lgan sevgimiz alangasi baland ko'tarilsin
Yer yuzidagi istaklar alangasi ustida
Millionlab vasvasalar o'zlarini siz kabi niqoblaydi
Va u bizni doimo aldaydi

* * *

!Keling, ey sof va mukammal ilohiy quvonch
Sizga bo'lgan sog'inchimiz ibodatxonalariga kiring
Sayyoramiz tinch bo'lsin
Tog'larimizda, johillikning qorong'u tunlarida
U bizni yo'naltirsin va bizni xavfsiz qaytarsin
!Xavfsiz va ishonchli boshpanangizga
Abadiyatdan pichirlashlar
Xayyomning birinchi to'rtligi

Edvard Fitsjerald tomonidan tarjima qilingan va Master
Paramahansa tomonidan tushuntirilgan

Umar Xayyomning G'arbdagi shuhrati Fitsjeraldning XIX
asr o'rtalarida ingliz tiliga tarjima qilgan to'rtliklarining
tarjimasiga asoslangan bo'lib, u tarixdagi eng yaxshi tarjima
.hisoblanadi

Ustoz Paramhansa Umar Xayyomni buyuk mistiklardan
biri va o'zini yuqori darajada biluvchi deb hisoblagan va u
o'zining ma'naviy va tajribaviy tajribasini ifodalash uchun
ramziylikdan foydalangan, uni qo'pol ravishda noto'g'ri
tushunishgan va tadqiqotchilar uning to'rtliklarga qo'shgan
ma'naviy falsafasini tushunish uchun yetarlicha chuqur
.o'rganmagan

!Tun kosasida tong uchun uyg'oning

Yulduzlarni uchiruvchi toshni otdi

Va mana! Sharq ovchisi tutdi

Sulton minorasi yorug'lik ilmog'ida

:Arabcha tarjima

Uyg'oning, chunki tong tun idishiga tosh otdi

Yulduzlarni butunlay tarqatib yuborish

Va mana Sharq ovchisi

U Sulton minorasini egallab oldi

Yorug'lik ipi bilan

:Tushuntirish va talqin qilish

:Ma'nolarni tushuntirish

Tong: Bu xayoliy dunyoviy mavjudlikdan uyg'onish
tongidir

Tun idishi: o'lmas ruhni tor, cheklangan inson ongiga
qamab qo'ygan johillik zulmati

Tosh: Ma'naviy nafislik

Yulduzlar: Moddiy istaklarning jozibali porlashi

Sharq ovchisi: Illyuziya qoldiqlarini yo'q qiladigan
qudratli Sharq donoligi

Yorug'lik ilmog'i: qalbni qamab, kishanlab qo'yadigan
.zolim zulmatni yo'q qiladigan muborak donolik nuri

:Talqin

:Ichki sukunat pichirlaydi

Uyg'oning! Johillik uyqusidan voz keching, chunki"
donolik tongi otdi. Noma'lumning qorong'u idishini ruhiy
nafislik toshi bilan uloqtiring, uni parchalab, zerikarli moddiy
".istaklarning xira, porloq yulduzlarini sochib yuboring

Sharq donoligining nuriga, illyuziyalarni ovlovchi va"
yo'q qiluvchiga qarang, chunki u ruhning baland minorasini
yorug'lik ipi bilan egallab oldi va uning cheklovchi moddiy
".zulmatini butunlay yo'q qildi

Ey xayollar shahri aholisi, uyqudan voz keching! Chunki"
ichki donolikning ma'naviy xabarining quyosh nuri paydo
"bo'ldi

Jaholatning qorong'u idishini sindirish va undan
vaqtinchalik moddiy zavqlarga bo'lgan istakni haydash
uchun ma'naviy nafislikning mustahkam toshidan qanday
.foydalanishni o'rganing

Doim yorug'likka intiladigan va haqiqatni izlaydigan"
qalblarni izlaydigan donolik ovchisidan saboq oling, ularni
".abadiy ozodlikning ulug'vorligi aurasini bilan o'rab oling

Darbador o'g'ilning qaytishi

Bir paytlar, ko'p yillar oldin, men o'quvchilarimdan
birining qarama-qarshi yo'nalishda ketayotganini ko'rdim

Uning harakatlarining muqarrar oqibatlarini anglab, men
uni barcha mantiqiy vositalardan foydalanib, o'z
harakatlaridan voz kechishga ko'ndirishga harakat qildim,
.ammo unga yordam bera olmasligimni angladim

Chunki u yovuzlik yo'lidan borishni niyat qilgan edi

:Nihoyat, o'zimga dedim

"U buni xohlayotgani uchun, men uni tinch qo'yaman"

Lekin unga bo'lgan sevgim va g'amxo'rlikim tezda
qaytdi, shuning uchun men anjir daraxti tagida o'tirib, uni
tasavvur qila boshladim

Men unga tinimsiz g'ayrat bilan quyidagi intellektual
:xabarni yuborib turdim

Xudo mendan nima qilmoqchi ekanligingiz haqida"

".fikringizni o'zgartirishingizni so'rashimni so'radi

Kechqurun tanam va ongimda kuchli sezgi tuyg'usi meni
u haqiqatan ham qaytib kelayotganiga ishonishga undadi

To'satdan, uyga qaytgan "adashgan o'g'il" paydo bo'ldi.

:U ularni ta'zim bilan kutib oldi va dedi

Kun bo'yi, qayerga borsam ham va nima qilsam ham,"

"?yuzingizni ko'rdim. Bu nimani anglatadi

Men javob berdim: "Xudo sizni men orqali chaqirdi. Bu

."Uning chaqirig'i edi, meniki emas

Mening xohishim xudbinlikdan kelib chiqmagan, lekin
men ketmaslikka qaror qilgan edim

Bu joy siz qaytib kelguningizcha ochiq qoladi

Ushbu turdagi dizayn katta o'zgarishlarga olib kelishi
!mumkin. Bu chindan ham ajoyib kuch

Yo'lingizni belgilab, yo'lingizda davom etishga qaror
qilganingizda, irodangizni faollashtirishingiz va amaliy
harakat qilishingiz kerak, shunda muvaffaqiyatning barcha
elementlari sizga bilgan va bilmagan joyingizdan kelishini
.ko'rasiz

Ilohiy energiya bilan to'ldirilgan irodangizda
ibodatlaringizga javob yotadi

Bu irodadan foydalansangiz, ibodatlaringizga javob olish
.oynasini ochasiz

Bu mening shaxsiy tajribam. Ilgari men shunchaki
irodamni sinab ko'rish uchun ba'zi ishlarni qilishga harakat
qilardim, lekin hozir buni qilmayman, chunki natijasini
oldindan bilaman: men xohlagan hamma narsaga Qodir
.Xudoning rahmati bilan erishiladi

Insonning asosiy maqsadi" kitobidan"

Keling, Xudoni jonlarimizning cho'poni qilaylik

Va ilohiy nur skautdir

Hayotning qorong'u yo'llarida

U chalkashlik tunlarida yo'l ko'rsatuvchi chiroqdir

Va uyg'oqlik soatlarida aniqlik quyoshi

Va yer yuzidagi mavjudlik zulmat dengizidagi yo'l
ko'rsatuvchi yulduz

Keling, Undan yordam so'raylik va Uning ilhomini izlaylik

Chunki dunyo o'zining yuksalish va pasayishlarida
davom etadi

Uning voqealari shiddatli to'liqlar kabi notinch

?Biz qayerdan yo'l-yo'riq olamiz

Bu bizning o'zgaruvchan, tarafkash odatlarimizda emas

Atrof-muhitimiz ta'siriga ham duchor bo'lmagan

Na bizning mamlakatlarimizdan, na dunyomizdan

Aksincha, bu yo'l ko'rsatuvchi haqiqatning ovozidir

Ruh tubidan kelib chiqadi

Har lahzada men yolg'iz Xudoni o'ylayman

Men unga jonimni bag'ishladim

Men unga yuragimni ishonib topshirdim

Men sevgimni va sog'inchimni unga qaratdim

Biz Xudodan boshqa hech narsaga ishonmasligimiz

kerak

Va biz Uning nurini ochib beradiganlarga ishonishimiz

kerak

Bu yorug'lik mening yo'l boshchim

Bu mening donoligim va sevgim

Yengilmas kuch

Va engib bo'lmaydigan haqiqat

Hozir va abadiy

Ba'zi odamlar o'z fikrlashlarida shunchalik haddan tashqari bo'ladiki, hayotda muvaffaqiyatga erishish uchun .mashina kabi to'xtovsiz ishlash kerak, deb hisoblashadi

Boshqa tomondan, ulardan kam bo'lmagan ekstremal odamlar ham bor, chunki ular ma'naviy narsalarga qiziqishni boshlaganlaridan so'ng, boshqa hamma narsaga bo'lgan .ishtiyoqni yo'qotadilar va bu noto'g'ri pozitsiya

Masalan, ular kuchli diqqatni jamlash va jismoniy kuch talab qiladigan hech narsa qilishning hojati yo'qligiga ishonishadi va asketizmni va barcha moddiy narsalardan voz kechishni maslahat berishadi. Ammo bu munosabat .intellektual turg'unlikni yashiradi

Soxta ma'naviyat niqobi ostida

Men buyuk o'qituvchilarning dunyoga juda qiziqishlarini, lekin unga hech qanday bog'liqliksiz bo'lishlarini aniqladim. O'qituvchimga go'zal narsa berilganda, u unga g'amxo'rlik qilar va uni himoya qilar edi, lekin agar u sinsa yoki shikastlansa, u kulib: "Unga bo'lgan qiziqishim tugadi, chunki u mening e'tiborimni juda ko'p jalb qildi", der edi. U .bog'lanmaganligi sababli o'zini chetga olgan edi

Xudo menga bergan narsalarning qadriga men ham shunday his qilaman, lekin uni yo'qotib qo'ysam ham sog'inmayman

Bir safar kimdir menga shlyapa bilan chiroyli palto sovg'a qildi. Bu qimmatbaho to'plam edi. Men uni parvarish qilishdan, yirtilib, ifloslanishidan himoya qilishdan xursand bo'ldim, toki undan charchab: "Ey Xudo, menga bu muammo .kerak emas!", dedim

Bir kuni men Los-Anjelesdagi bir zalga ma'ruza qilish uchun bordim va u yerga yetib kelib, paltoimni yecha boshlaganim zahoti, ilohiy ovozning: "Palto cho'ntaklaridagi

hamma narsani o'zingiz bilan olib keting", deganini eshitdim.
.Shunday qilib, men shunday qildim

Ma'ruzadan keyin palto saqlash xonasiga qaytib keldim
.va palto - Xudo sizni asrasin - g'oyib bo'lganini ko'rdim

Men bundan juda xafa bo'ldim, shuning uchun kimdir:
"Xafa bo'lma, biz senga yana bir palto sotib olamiz", dedi.
Men: "Paltoni yo'qotib qo'yganim uchun emas, balki paltoni
olgan odam paltoga juda mos keladigan shlyapani ham
.olmagani uchun xafa bo'ldim", dedim

Biz his-tuyg'ularimiz bizni boshqarishiga yo'l
qo'ymasligimiz kerak. Agar inson faqat kiyimlari va boshqa
mol-mulki haqida qayg'ursa, qanday qilib baxtli bo'lishi
?mumkin

Bu toza va ozoda kiyim kiymaslik yoki uyni tozalab,
tartibga keltirmaslik degani emas, balki bu narsalarga
haddan tashqari berilib ketmaslik yoki ularga berilib
.ketmaslik degani

Bir kuni meni kechki ovqatga taklif qilishdi va hamma
narsa juda oqlangan va puxta tashkil etilgan edi, men kechki
ovqatdan juda zavq oldim, lekin mezbonlarimiz hamma
narsa rejalashtirilganidek bo'lmasligi mumkinligidan qo'rqib,
juda asabiylashdilar va natijada ular o'zlarining xavotirlari
.bilan muhitni buzib qo'yishdi

Haddan tashqari sezgir bo'lganlar ko'pincha
boshqalarning xavotiri va noqulayligini his qilishadi. Nima
uchun qo'rquv va xavotir? Biz qo'limizdan kelganini qilishimiz
kerak, keyin dam olishimiz va boshqalarga dam berishimiz
kerak. Biz narsalarni majburlamasdan tabiiy yo'lga o'tishiga
yo'l qo'yishimiz kerak, shunda atrofimizdagilar ham tinchlik
.topadilar

Parmenid hosillari

Inson irodasi ortida ilohiy iroda va kosmik energiyaning
.cheksiz oqimining maqsadi yotadi

Bu hayotdagi barcha yaxshi va foydali narsalarni
ko'rsatishdir

Shu sababli, kimki oliylikka sobit va izchil bo'lsa,
.Xudoning yordami bilan muvaffaqiyatga erishadi

Iroda kuchi - bu ma'lum bir maqsadga erishishga
qaratilgan energiya va istak

Iroda kuchisiz hech narsa qilib bo'lmaydi; haqiqatan
ham, kundalik hayotda iroda kuchidan foydalanmasdan
.oddiy harakatni ham yaratib bo'lmaydi

Ko'p odamlar muhim bo'lmagan ishlarni qilishadi va o'z
kuchlarini konstruktiv tarzda yo'naltirishmaydi

Istak irodadan farq qiladi, garchi istak iroda uchun
.katalizator bo'lib xizmat qilishi mumkin

Iroda kuchini rivojlantirishda, avvalo, qat'iyatlilikka ega
.bo'lish va idrok, idrok va donolikdan foydalanish kerak

Buning ortidan mashg'ulotlar va kerakli maqsadga
erishish uchun irodadan ongli ravishda foydalanish amalga
.oshiriladi

Maqsadga erishilgunga qadar sayohat va harakat davom
etishi kerak

Inson ezgu maqsadga erishishga qaror qilganda,
urinishni to'xtatish noo'rin bo'lib qoladi

Yoki u noqulay vaziyatlarga berilib ketishi mumkin

Ong yuqori iroda va fikr bilan uyg'unlikda bo'lganda va
iroda uzluksiz ma'lum bir g'oyaga qaratilgan bo'lsa, iroda

kuchi cheksiz va tugamas kosmik faoliyat bilan to'yingan
.bo'ladi

Jaholat va istaklar bilan boshqariladigan inson irodasi o'z
egasiga azob va muammolar keltiradi

Haqiqiy baxtni tatib ko'rish uchun yaxshi istaklar yomon
istaklarni yengishi va iroda haqiqat manbai va mavjudotdagi
barcha yaxshiliklarning kelib chiqishiga to'g'ri yo'naltirilishi
.kerak

Nima uchun inson yolg'on guvohlik berishdan tiyilishi
kerak? Chunki yolg'on ikkiyuzlamachilik va yolg'onni
.rivojlantiradi

Xiyonat Xudo nazarida eng katta gunohlardan biridir.
Shaxsiy manfaat yoki qasos olish istagi tufayli kimnidir
yolg'on ayblash yolg'on guvohlik berishning bir turidir. Agar
hamma bu odatga amal qilsa, odamlar orasida betartiblik va
.anarxiya hukm surar edi

Boshqa odamga qarshi yolg'on guvohlikni tinglash - bu
yolg'on guvohni qo'llab-quvvatlash va uning sharmandali
xatti-harakatlarida ishtirok etishdir va bu tinglash va qo'llab-
quvvatlash muqarrar ravishda qalbning xotirjamligini
buzadigan va hayotning osoyishtaligini buzadigan ichki hissiy
.mojaroga aylanadi

Vaqtinchalik oqlansa ham, bu harakat oxir-oqibat kuchli
teskari natija beradi va ongni bezovta qiladigan va vijdonni
.ezadigan ruhiy azob va qayg'uga sabab bo'ladi

Hasadning zararli va dahshatli oqibatlari ham bor,
chunki u hasadgo'y odamga shaxsiy azob-uqubatlarni keltirib
chiqaradi, chunki inson chiqaradigan fikrlar va his-tuyg'ular
.unga qaytib keladi

Sevgi va altruizmni bergan kishi evaziga mehr va
altruistik munosabatni oladi, ochko'zlik, xudbinlik va hasad
kabi fikrlarni tarqatgan kishi esa bu narsalarni o'ziga teng
.darajada yuklaydi

?Nega odam o'g'irlik qilmasligi kerak

Agar hamma o'g'irlik, talonchilik va tovlamachilik bilan
yashasa, dunyo qanday bo'lar edi? Bu holda eng jirkanch va
dahshatli jinoyatlar sodir etilishi mumkin edi. Mulkni himoya
qilish va o'g'irlangan narsalarni qaytarib olish uchun shiddatli
.kurashlar bo'lar edi

O'g'irlik - bu ijtimoiy normalarga zid bo'lgan va
boshqalarni huquqlaridan mahrum qiladigan harakat,
shuning uchun u mavjudlik qonunlariga ziddir va
jamiyatlarda jinoyatchilar bilan kurashish uchun tegishli
.imkoniyatlar va samarali usullar mavjud emas

O'g'rilar qamoqqa olinganda, ularning eski odatlari
yanada chuqurroq singib ketishi mumkin va ular boshqa
jinoyatchilar bilan aloqada bo'lish paytida yangi yomon
odatlarga ega bo'lishlari mumkin. Agar bu sodir bo'lsa, ular
ozodlikka chiqqandan keyin qamoqqa kirishdan oldingiga
.qaraganda ancha yomon ahvolda bo'lishadi

Yo Rabbimiz, biz yomonlikni eshitmasligimiz, yomonlikni
ko'rmasligimiz, yomon gapirmasligimiz yoki yomon nafas
.olmasligimiz uchun bizga baraka berishingizni so'raymiz

Biz na yovuzlikka teginamiz, na yomonlikni sezamiz, na
yomonlik haqida o'ylamaymiz va na yomonlikni tush
ko'ramiz

:Biz har kuni foydalanadigan kuchlar

Bizning hissiy idroklarimiz
va bizning his-tuyg'ularimiz -

va bizning aql-zakovatimiz -

Bularning barchasi Xudodan qarzga olingan va biz Usiz
.bir soniya ham yashay olmaymiz

Biroq, biz Uning in'omlaridan foydalansak ham, U haqida
kerakli darajada o'ylamaymiz va Unga munosib e'tibor
.bermaymiz

Aksincha, biz moddiy dunyo bilan to'liq uyg'unlikda va u
bilan to'liq bog'liqlikda shahvoniy zavqlar va dunyoviy
.ambitsiyalarni ta'qib qilamiz

Bu bizning barcha azob-uqubatlrimiz va azob-
uqubatlrimizning asosiy sababidir

Xudo bizni O'z suratida yaratdi va shuning uchun biz
Uning borligini o'z ichimizda kashf etmagunimizcha va
qalbimizda Uning nektarini tatib ko'rmagunimizcha, haqiqiy
.baxtning ta'mini bila olmaymiz

Shuningdek, biz har kuni zarur bo'lgan narsalarni iroda
bilan olish uchun zarur bo'lgan muborak kuchga ega bo'la
.olmaymiz

Agar biz Xudo bu kuchning manbai ekanligini
.anglamasak, Unga tayanib, Unga murojaat qilishimiz kerak

U bizga uzluksiz yog'dirayotgan barcha ne'matlar uchun
minnatdor qalblar bilan

Agar shukr qilsangizlar, albatta, sizlarga (ne'matimni)
.ziyoda qilaman

Qalblarimiz Eng Saxovatli Beruvchiga minnatdorchilik
bilan to'lganda, ular Uning ulug'vor huzuri uchun muqaddas
ibodatxonalarga aylanadi va bu inson erishishi mumkin
bo'lgan eng katta yutuqdir, chunki hayotning maqsadi

insonning Yaratuvchisi bilan uyg'unlikda bo'lishi, Unga
.yaqinlashishi va Uni bilishidir

Avvalo Xudoning Shohligini va Uning adolatini izlanglar,}
{shunda bularning barchasi sizga qo'shiladi

Xudoni doimo yodda tutish va U haqida yaxshi fikrlash
orqali biz Uning bizning sevimlimiz, biz Uning tanlanganlari
ekanligimizni va Uning ne'matlaridan ulushimiz borligini
.anglaymiz

Baxt, sevgi, yorug'lik va yaxshilik shohligi

Xudoning mo'l-ko'l ne'matlari haqida o'ylaganimizda,
ularning eng kattasi - oliy maqsadlarga moslashish va
ma'naviy baxtga erishishga olib boradigan to'g'ri yo'ldan
borishda tanlov erkinligidan foydalanish imkoniyatidir, har
bir kun yangilangan ichki quvonchga to'ladi va biz
hayotimizga muborak oqim oqib kelayotganini his qilamiz,
shuning uchun minnatdorchilik qalbimizni to'ldiradi va hayot
.ta'm va mazmunga ega bo'ladi

Tafakkur orqali sirli tarzda ishlaydigan ilohiy qonunni
ko'ra oladigan inson, barcha sevgi, maqto'v va
minnatdorchilikka loyiq bo'lgan Zot oldida o'zini
ulug'lashdan, shukr qilishdan va kamtar tutishdan hech
.qachon to'xtamaydi

Keling, mavjudotdagi barcha yaxshiliklarning manbai
bo'lgan Xudoni eslaylik va xotiramizni qalbimiz tubidan
.chiqadigan samimiy sevgi bilan uyg'unlashtiraylik

Hayot oqib chiqadigan, sevgi nur sochadigan va
barakalari tinimsiz yog'ib turadigan Xudoga

Keling, insoniyat uchun sham yoqqanlarni, dunyo
tuprog'iga yaxshi urug'lar sepganlarni, ma'rifiy g'oyalarni

tarqatganlarni, yaxshi ishlar va olijanob xulq-atvorni
.rag'batlantirganlarni mehr bilan eslaylik

Keling, qalbimizni sevgiga ochaylik, ongimizni ma'rifiy
ilhomlarga qabul qilaylik va Xudodan yordam va yo'l-yo'riq
.so'raylik

Biz nima haqida o'ylaymiz va nima qilamiz

Qo'rquv qalbni zaharlaydi

Inson ongi energiya yoki hayotiy faoliyatning ulkan
omboridir

Bu faoliyat mushaklarning harakatlarida, yurak, o'pka va
diafragma faoliyatida, hujayra metabolizmida, qon kimyoviy
reaksiyalarida va motor sezgi organlari (nervlar) faoliyatida
.doimiy ravishda qo'llaniladi

Bundan tashqari, katta miqdordagi hayotiy energiya
.fikrlash, his-tuyg'ular va irodaga sarflanadi

Qo'rquv hayotiy faoliyatni zaiflashtiradi va faol irodaning
.eng ashaddiy dushmanlaridan biridir

Qo'rquv odatda nervlarga muntazam ravishda oqib
keladigan hayot faoliyatini siqib chiqaradi va to'sqinlik qiladi,
shuning uchun ular falaj bo'lib qolgandek ko'rinadi va tana
sustlashadi va uning hayotiyligi sezilarli darajada pasayadi
. (qo'rquv asab blokeridir!)

Qo'rquv qo'rquv sababini yo'q qilishga yordam
bermaydi. U irodani susaytiradi va miyani tananing
organlariga to'siq signalini yuborishga undaydi. Qo'rquv
yurakni zaharlaydi, ovqat hazm qilishni buzadi va ko'plab
.jismoniy kasalliklarga sabab bo'ladi

Agar xabardorlik Xudoga qaratilgan bo'lsa, siz hech narsadan qo'rqmaysiz va har qanday to'siq va to'siqlarni .yengib o'tishingiz mumkin

Jasorat va ishonch bilan "Istak" - bu energiyasiz istak, "niyat" esa biror narsa qilishga qat'iy qaror qilishdir: istak yoki istakni amalga oshirish. Ammo "iroda"ni quyidagicha ifodalash mumkin: "Men xohlagan narsamga erishgunimcha .tinimsiz mehnat qilaman

Irodangizni mashq qilganingizda, biror narsaga erishish uchun zarur bo'lgan narsani qilmasdan uni xohlash o'rniga, hayotiy faoliyat kuchlarini bo'shatib, yo'naltirishingiz .mumkin

Biz umidimizni yo'qotmasligimiz kerak, balki Xudo bizga sharoitimizni yaxshilash, g'oyalarimizni yuksaltirish va hayotda o'zimiz va boshqalar uchun yangi va foydali narsalarni yaratish uchun imkoniyatlardan birini berishini .anglashimiz kerak

Agar biz turmush tarzimizdan mamnun bo'lmasak, bizga ma'lum darajada qoniqish va psixologik qulaylik beradigan .yangi usul va usullarni o'rganishimiz kerak

Biz sharoitimizni yaxshilaydigan va hayotimizni mazmunli va foydali qiladigan biror narsa qilish haqida .o'ylashimiz va keyin buni amalda qo'llashimiz kerak

Shoshilinch ravishda ongni o'zgartirish yoki uning .yo'nalishini o'zgartirish kerak

Muammolarning bizga ta'sir qilishiga va muvozanatimizni buzishiga yo'l qo'ymaslikka, shuningdek, tashvishli narsalar hayotimizni buzishiga, his-tuyg'ularimizni band qilishiga va muhitimizni buzishiga yo'l qo'ymaslikka .qat'iy qaror qilishimiz kerak

Va biz zararli odatlar va zararli xususiyatlarning qurboni
bo'lmasligimizni va osmondagi qushlar kabi erkin va
cheklanmagan bo'lishimizni

Odamlarning turg'un va o'zgarmas qolishiga hojat yo'q.

Ruhning mohiyatidan illyuziya pardalari olib tashlanishi
kerak, toki u o'zining pokligi va kuchi bilan porlasin, Xudo
.insoniyatga ato etgan oliyjanob ulug'vorlikni ochib bersin

Xudo yaxshi harakatlarga, qonuniy ambitsiyalarga va
muvaffaqiyatga erishishga bo'lgan qat'iyatga baraka beradi

Hayotimiz ortida Oliy Ruhning kuchi, irodamiz ortida esa
.ilohiy Irodaning kosmik okeani yashiringan

Biz cheksiz okeanning ajralmas qismimiz. Unga yetib
borib, unda suzganimizda, ongimiz kengayadi va biz
.o'zimizning kengligimizni his qilamiz

Bu haqda o'ylash bizni unga yaqinlashtiradi va o'ylash
bizni unga olib boradi

Unga moslashishga qaratilgan doimiy sa'y-harakatlar
.bizga bilim, qat'iyat va kuch bag'ishlaydi

Ongni har kuni tayyorlash ilohiy sevgi va samoviy
ne'matlarni olib keladi

U bizga uzluksiz oqadi va bizga okean xazinalaridan
.saxovatli ulush beradi

Har bir inson ichida o'zini ifoda etish imkoniyatini
.kutayotgan ilohiy ong yashiringan

Va egoning tor va cheklovchi yerto'lasidan chiqish uchun

Inson bezovta qiluvchi dahshatli tushdan uyg'onib,
ko'rgan narsasi faqat tush ekanligini anglagani kabi, ilohiy
ong ham odamni uyqu va chalkashlik dahshatli tushidan

uyg'onib, hayotning mazmuni va maqsadini yangi ong va
.sog'lom tushunishga undaydi

Agar biz ruhiy uyg'onish tongini boshdan kechirishni va
aniqlik nurlariga guvoh bo'lishni istasak, ichki ovozimizni
.tinglashimiz kerak

Biz uning ilhomiga javob beramiz. Biz ruhning
rivojlanishiga va harakatiga to'sqinlik qiladigan illyuziya
.toshlarini va johillik toshlarini yo'ldan olib tashlashimiz kerak

Va keling, sog'inch qo'li bilan befarqlik uyqusidan
uyg'onish eshigini taqillataylik, toki baxt shabadasidan nafas
olaylik va har bir fikrimizga va har bir tuyg'umizga samoviy
.elektr energiyasini olib kelaylik

Va bizning har bir ishimiz

Biz Qodir Allohdan ongimizda xabardorlik derazalarini
ochishini, bizni donolik nuri bilan to'ldirishini, bizni Uning
sevgisi bilan o'rab olishini va bizni abadiy rahm-shafqati
.bilan o'rab olishini so'raymiz

Mening oldimga kelganlar orasida, rostini aytsam,
boshidanoq niyatlari noto'g'ri ekanligini aytgan va ulardan bu
.niyatlarini o'zgartirishni so'ragan odamlar ham bor edi

Ulardan bir nechtasiga mening gaplarim yoqmadi,
ammo boshqalari bunga javob berishdi va yaxshi tomonga
.o'zgardilar

Ikkiyuzlamachilik yaxshi natijaga olib kelmaydi va hatto
eng dono odam ham ko'zlari oshkor qilgan narsani yashira
.olmaydi

Insonning butun tarixi uning ko'zlarida yozilgan

Agar siz kimningdir asl tabiatini bilmoqchi bo'lsangiz,
Xudodan o'sha odamning asl tabiatini sizga ochib berishini
.so'rang

Aldanishni istamasligingiz uchun, qalbingizning tubida
uning asl mohiyatini his qilasiz va sezgiingiz noto'g'ri
.bo'lmaydi

Hamrohimiz bilan gaplashganda, biz uning ko'zlariga
to'g'ridan-to'g'ri qarashimiz va ishonch, aniqlik va rostgo'ylik
.bilan gapirishimiz kerak

Kimdir bilan qo'l berib ko'rishganimizda, ularga sevgimiz
va samimiyligimizning jozibasini yetkazishimiz va qo'limizdan
.kelganicha yordam berishga harakat qilishimiz kerak

Bilim izlovchi ijobiy bo'lishi va o'zining ma'naviy
magnetizmini rivojlantirish ustida ishlashi kerak; shunda
Xudo unga boshqalarga yordam berish va ularga muborak
.tebranishlarni etkazish kuchini beradi

Men eng uzoq sayyoralar va yulduzlardan tashqariga
sayohat qilishim mumkin, lekin men doim sizniki bo'laman.
Sizning izdoshlaringiz kelib-ketishi mumkin, lekin men sizga
hamroh bo'laman va abadiy sizniki bo'laman. Men son-
sanoqsiz mujassamlanishlar to'lqinlari tomonidan chayqalib,
yolg'iz va yolg'iz his qilishim mumkin, ammo men doim
.sizniki bo'laman

Dunyo, o'yinlaringiz bilan band, sizni unutishi mumkin,
lekin men sizni doim eslayman Ovozim pasayib ketishi va
muvaqqiyatsizlikka uchrashim mumkin

Lekin qalbimning so'zlari bilan pichirlayman: "Men doim
."sizniki bo'laman

Sinovlar, kasalliklar va o'lim meni parchalab, tanamni
kuydirib yuborishi mumkin, ammo xotiramda umid uchquni
.qolgan ekan

Mening o'layotgan ko'zlarimga qarang, chunki ular orqali
men sizga aytaman: "Men sizni abadiy sevaman va har doim
"!sizga sodiq qolaman

Sizga rostini aytsam, men barcha savollarimga javobni
odamlardan emas, balki barcha saxovat manbai bo'lgan
.Xudodan oldim

Va koinotdagi barcha bilimlarning manbai

U mening hayotdagi yagona ilhomim va men
gapirganimda, undan so'zlarimni o'z kuchi, haqiqati, sevgisi
va nuri bilan to'ldirishini so'rayman. Men quvonch
to'lqinlarini his qilyapman, chunki uning eng buyuk sevgisi
issiq kunlarda mayin shabada kabi qalbga yog'iladi va uning
yog'ishi kunu tun, haftadan haftaga, yildan-yilga kuchli
davom etadi, shuning uchun siz oxiri qayerda ekanligini
.bilmaysiz

Insonlar insoniy manbalardan sevgi va boylikka muhtoj
deb o'ylashadi, lekin har bir sevgi va har bir boylik ortida

O'zgarmas ilohiy sevgi va dunyoviy boyliklar bilan
o'lchanmaydigan ma'naviy boylik. Xudo barcha sevgi, saodat
va inoyat manbai ekanligini anglagan har bir kishi uni topadi
.va undan nihoyatda baxtli bo'ladi

Xudo Unga umid qilganlarga va Unga umid qilganlarga
beradi

U mavjudotga emas, balki Unga qaraydi

U uni balo va qiyinchiliklardan xalos qiladi

Va u yovuzlikni yo'ldan uzoqlashtiradi

Uning qalbida biz tinch hayot kechiramiz

Va xotirjam qalblar buni his qilishadi

Va bizga kerak bo'lganda, u bizga yordamga keladi

Qulaylik va quvonch keltiradigan teginish bilan

Va yaxshilik bizga yomg'ir kabi keladi

Uning ta'minoti hayot davomida hech qachon
to'xtamaydi

!Mehribon Zot barakatli, U naqadar buyuk

U doim bizniki, xuddi biz Uniki bo'lganimiz kabi

Eng oliy ilhomlar

Ey ilohiy Yaratguvchi

Ey Koinot Parvardigori

Ey sayyoralar, yulduzlar va galaktikalarni boshqaradigan
!va harakatga keltiradigan Zot

Sizning adolatli qoidangiz fuqarolaringizga iroda erkinligi
va tanlov erkinligini berishni belgilaydi, bu ularga o'zlarini
rivojlantirishga va muqaddas tamoyillaringiz va
.ideallaringizga yaqinlashishga yordam beradi

Siz bizga abadiy erkinlik ato etdingiz va ichimizga
umuminsoniy ong urug'larini ekdingiz. Ammo afsuski, biz
umuminsoniy ongimizni xudbinlik, nafrat, tor fikrlash va ko'r-
.ko'rona fanatizm panjaralari ortiga kishanlab qo'ydik

Rabbim, bizga iliq sevgimiz va birodarlik tushunchamiz
bilan biz va boshqalar o'rtasidagi barcha sun'iy, muzdek
.to'siqlarni eritishga yordam ber

O'zini tuta bilishda hushyor vijdon va sog'lom
fikrlashdan foydalanishga va hayot yo'llarida to'g'ri yurishga
.yordam ber

Va bizga milliy sevgimiz doirasini kengaytirib, rangi,
sinfi, jinsi va e'tiqodidan qat'i nazar, yer yuzidagi barcha
aholini qamrab olish orqali ma'naviy boyligimizni va
.hamdardligimizni ko'paytirishga baraka ber

Ey Koinot Parvardigori, keling, ozod tug'ilgan barcha
.insonlarning mustaqilligini hurmat qilaylik va qadrlaylik

Va bizni duo qiling, toki biz birlashgan dunyoni quraylik
va sizni umrbod ruhiy yetakchimiz qilib saylaylik

Ruh tubidan

Ey Xudo, sog'inchlarimning cho'g'larini yoritib tursin

Sizning muqaddas huzuringiz doimo mavjud

Men orzularim uchun ma'bad qurdim

Mening har bir fikrimda

?Iltimos, menga tashrif buyurib ko'rasizmi

!Va senga bo'lgan sevgim taxtiga o'tirdingmi

Fikrlarim sizning dono ko'rsatmalaringizga amal qilsin

Hayotimdagi eng katta quvonch bo'lsin

Xudo haqida o'ylash va U haqida mulohaza yuritish
darvozasidan

Men Barqaror Tinchlik Ma'badiga kiranman

Bugun men tashvish va qo'rquvni ifodalash uchun bir
dasta tayoqchani yoqaman

Qalbimdagi Xudoning ma'badini yoritish uchun

Men qalbimning yolg'izligida Xudoni izlayman
Va yuragim unga bo'lgan muhabbat bilan urguncha chin
dildan ibodat qilaman
Va men Uning ibodatlarimga javobini his qilyapman
Oh, qani endi hayotimning uchquni Xudoning quyoshi
bilan aralashsa edi
Va u yaxshilikni sevadigan barcha ko'zlarda chaqnaydi
Men urushlar bilan parchalanib ketgan dunyoni sepaman
Tinchlik va sevgi fikrlari bilan
Men ilohiy ma'badga kiranman
Va men kosmik ongga tegaman
Tafakkur quvonchi va ilohiy sevgi orqali
Ilohiy himoya meni doimo va abadiy o'rab oladi
Va Xudoning nuri menga hamroh bo'ladi va atrofidagi
zulmatni yo'q qiladi
Uning yo'lboshchi nurida yursam, qoqilmay qolaman
Men to'g'ri yo'ldan adashmayman
Tirik his-tuyg'ular
Ey Borliq Ruhi va Koinotlarning Xo'jayini
Sen mening ko'z o'ngimdasan, men u orqali sening
go'zalligingni ko'raman
Va qulog'im orqasida, men yer yuzidagi tovushlarning
aralashmasini tinglayman
Sen mening teginishim ortidasan, men u bilan sizning
yer yuzidagi dunyongizdagi narsalarni his qilaman

Va sizning go'zal yuzingizni yashiradigan tabiat
pardasidan tashqarida

Men seni gullarning taskin beruvchi nigohida
ko'ryapman

Va men sizni to'yimli taomning ta'mida tatib ko'raman

Men sizning ilohiy mohiyatingizni va abadiy
shirinligingizni his qilaman

Mavjud bo'lgan barcha yaxshi narsalar va mo'jizalarda
Ey Rabbim, Senga ibodat qilaman va Sen mening titroq
ovozimning orqasidasan

Va men ibodat qiladigan ongim orqasida
Sen mening eng chuqur his-tuyg'ularimdan
tashqaridasan

Muqaddas fikrlarim, intilishlarim va sizga bo'lgan
sog'inchimdan tashqari

Sen mening mulohazalarimdan va mehrli sevgimdan
!tashqaridasan

Oh, qani endi insoniy his-tuyg'ular pardalari ortidan
chiqsangiz edi

Va hayratlanarli tabiiy manzaralar

Ruhiy ko'zlarimni oching, toki men sizni xuddi o'zingiz
!kabi ko'rayin

Xudosiz hayot to'liq emas

Xudo bilan bog'langanimizda, intuitiv tushuncha bizni
ilhomlantiradi va qilayotgan har bir ishimizda bizga yo'l-
yo'riq ko'rsatadi

Biz ichimizda bo'lgan muborak kuchga ongli ravishda
.egalik qilishimiz kerak; shunchaki uni ochib berishimiz kerak

Siz bu kuch hamma narsada ishlayotganini va
vaziyatingizni yaxshilash va ishlaringizni osonlashtirish
uchun ishlayotganini ko'rasiz. Ushbu kuch bilan
bog'lansangiz, farovonligingiz kosmik energiya bilan to'lib-
toshadi va fikrlaringiz yanada nafis, diqqatli, o'tkir va
chuqurroq bo'ladi. Siz qalblaringiz Xudoning tirik haqiqati va
.Uning cheksiz donoligi uchun idishlar ekanligini anglaysiz

Xudo sog'liq, farovonlik, donolik va abadiy quvonch
manbaidir. Biz U bilan bog'langanimizda, hayotimiz to'liq va
.mazmunli bo'ladi

Xudosiz hayot to'liq emas. Bizga hayot, energiya va
.donolik beradigan oliy kuch haqida o'ylashimiz kerak

Bu haqiqat ongimizga, bu kuch tanamizga va bu cheksiz
quvonch qalbimizga oqib kirishi uchun ibodat qilishimiz
.kerak

Yopiq ko'zlar zulmatining orqasida koinotning ajoyib
kuchlari, barcha yaxshi qalblar va olijanob ruhlar
.yashiringan

Va ruh sharlarining cheksiz kengligi

Agar mulohaza qilsangiz, mutlaq haqiqatni anglaysiz va
uning ajoyib ishini hayotingizda va yaratilishdagi barcha
.ajoyib va ulug'vor narsalarda ko'rasiz

Sog'inch yo'llarida

Xudo meni chaqirmoqda

Ochiq qalblar orqali

Va mehribon qalblar sevgi bilan urayapti

Va u imonga to'la
Shogird tomonidan qilingan har bir yaxshi ish
Uning xabardorligi bir qadam yaqinlashdi
Kosmik ong ostonasidan
Ichkariga kirishimga ruxsat bering, Xudoyim
Sizning ilohiy go'zalligingizni ko'rish uchun
Va men sizning yorqin nurlaringizni ko'rish baxtiga
muyassarman
Agar mening hayotim Sening ilohiy donoliging bilan
boshqarilsa
Shuning uchun, mening harakatlarim muvaffaqiyat bilan
yakunlanishi aniq
Men adashmayman
Ey Rabbim, menga baraka ber, toki ko'rishim aniq
bo'lsin
Jonim poklandi
Keyin u aniq quyoshni ko'rdi
Va men haqiqatni bilishdan zavqlanaman
Bugun men o'tmishdagi qiyinchiliklarimni unutamani
Men hozirgi va kelajakka duch kelaman
Jasorat va ishonch bilan, Qodir Tangrining yordami bilan
Men tanamni kosmik energiya bilan zaryadlayman
Va men borlig'imni ilohiy ongning shifobaxsh nuri bilan
yuvaman

Kosmik tumanlik kabi
Tinchlik ongimni to'ldiradi
Va u Xudoning cheksiz borligini his qildi
Ey Rabbim, mening aql-idrokimni nurlantirgin
Aqliy tomirimni to'ldiring
Tushunish va bilim bilan
Sevgingiz nuri porlasin
Hayotim yo'llarida
Moviy orollar arxipelagida

Balkonimdan g'arbga tikilib, xayol qanotlarida uzoq ufq
qirg'oqlariga parvoz qildim. O'ng va chap tomonlarimda tez
orada sirli binafsha rangga aylangan ikkita tog 'tizmasini
.ko'rdim

Yana qarasam, ko'rinmas qo'l ularni to'q ko'k parda bilan
o'rab olgan edi. Ortimda Gvadalexara shahri alacakaranliqda
yotardi. Sharqiy osmon endi och pushti rangga bo'yalgan
edi. Oldinga qarab, ko'zlarim oltin ko'lda suzib yurgan moviy
.orollarning sehrli shahrini ko'rdi

Sehrli moviy orollar arxipelagida ulkan moviy ohaktosh
tepaligi ko'tarildi, uning atrofida kulrang-oq vulqon bulutlari
ko'tarilib, ular olovli qizil-oltin lava geyzerlarini otib chiqardi,
kamalak kabi sokin ko'lga qarab qiyshayib oqardi. Kuchli
oltin alanga moviy orollarni yonayotgan yorug'lik halolari
.bilan o'rab oldi

Moviy cho'qqi va uning olovli toji jimjit oltin ko'l yuzasida
egizaklar kabi aks etardi. Va eng o'ng tomonda, moviy
orollardan birining ko'kragiga o'rnatilgan kichik, sokin ko'l

bulutlar to'liqlari orasida suzib yurgan to'lin oy kabi
.yarqirab turardi

Men quyosh botishi va sarobga o'xshash bulutlar
shahrida uzoq vaqt kezib yurdim, ko'l yuzasida nozik oltin
nuri bilan suzib yurdim. Va abadiyat chekkasiga qadar har
tomonga sochilgan qizil muz parchalari bilan to'ldirilgan bu
!oltin suvlar naqadar ulug'vor edi

Men yorug' mavjudotlar bu yer yuzidagi yaxshi ruhlar
deb o'ylardim va hayotning barcha sinovlaridan
muvaffaqiyatli o'tgandan so'ng, ularga zavqlanish va
.orzularini xohlagancha amalga oshirishga ruxsat berildi

Har kuni quyosh botganda, bu mavjudotlar oltin
dengizlar va ko'llar bilan o'ralgan osmon shaharlarida
.samoviy orzularini kuchaytirishardi

Bu dunyoviy dunyoning barcha fojialari va azoblari bilan
tuzoqlaridan tashqarida, qayg'ular changalida va ortida

U yerda, bezovtalikdan tashqari, bu mavjudotlar qizil
chiroqlarni nafas oldilar, to'q sariq nurlarni ichdilar,
uzoqlashdilar, yaqinlashdilar, sayr qildilar va rang-barang
.chiroqlar orasida suzdilar

Bu yerda o'sha mavjudotlar darhol orzularini ro'yobga
chiqarishadi va o'z xayollarini xohlagancha amalga
oshirishadi, keyin esa o'z xohishlari bilan yo'q bo'lib
.ketishadi

Bu yerda u mamnuniyat va qoniqish xazinalaridan
bahramand bo'ldi va uning ajoyib, sehrli dunyosida unga
tashrif buyurganlarning barchasining orzularini saxovat bilan
.amalga oshirdi

Bu yerda u orzularining ro'yobga chiqishi va istaklarining
amalga oshishini odamlar kabi kutishga va orzu qilishga

majbur emas edi, balki u xohlaganidek orzu qildi va barcha
.orzu va istaklariga o'z xohishi bilan erishdi

Orzular orollaridagi o'sha quyosh botayotgan shahar
mening ong ostimda saqlanib qolgan orzularimdan biri edi va
!bugun u har jihatdan amalga oshdi

Rostdan ham, men qalbimning yashirin xazinalari va
xazinalarini ko'rdim va ularning nuri meni qamrab oldi va
!ularning yorqinligi meni hayratda qoldirdi

Paramehansiat: Ilohiy Ekstaz Spektrlari

Kamtarlik, ey Rabbim, eng ishonchli yo'ldir

Ilohiy rahm-shafqating yomg'irini olish uchun

Men Sening ilohiy adolatingga va haqiqat
tamoyillaringga ishonaman

Sevgi chaqirig'iga va qalbning istaklariga javob
berayotganingizni anglash

Sizning umumiy irodangiz bilan yaqindan hamkorlikda

Va sizga bo'lgan mutlaq ishonchim bilan

Men sizning yordamingizni olaman va o'zimni sizga
yaqin his qilaman

Bugun men sizning oldingizdagi burchimni bajaraman

Xuddi men dunyo oldidagi majburiyatlarimni bajarganim
kabi

Ey eng buyuk sevgilim

Sen qalblar muqaddas joylarida aks-sado beruvchi efir
aks-sadosisan

Va siz quloqlar eshita olmaydigan his-tuyg'ular ovozisiz

Sevgingiz bilan baraka topish beqiyos darajada buyukdir

Barcha dunyoviy mulohazalardan

Va barcha yer yuzidagi shon-sharaflar

Sizga bo'lgan mutlaq ishonchim bilan

Kasallik soyalari so'nib, qaytib kelmasdan ketayotganini

.ko'rmoqdaman

Ey Xudo, men Seni tabiat derazalaridan va tinchlik

.eshiklaridan ko'raman

Bizni duolaringiz bilan yog'diring

Va bizni kosmik energiyangiz to'lqinlariga botiring

Xudbinlikni bizdan uzoqlashtiring

Bu ruhlarning yaqinlashishiga to'sqinlik qiladi

Va ularning uchrashuvi yaxshilik va yorug'likka

muhabbatga asoslangan edi

Yolvorishlarim gullarini sug'orishga ijozat bering

Seni o'ylash va Sen haqingda mulohaza yuritish suvlari

bilan, ey Xudoyim

Shunday qilib, yangi, yorqin gullar unib chiqishi mumkin

Ilhom, tinchlik va baxtdan

Noto'g'ri ish qilishdan qochishning yagona yo'li -

noto'g'ri ishlarni tan olish uchun sog'lom fikr yuritish va uni

.qilmaslikka qaror qilishdir

Bir nohaq boshqasiga qarshi kurashish to'g'rilikka olib

kelmaydi. Jaholat insoniyatning haqiqiy dushmani va uni bu

dunyodan quvib chiqarish kerak. Bizda bu dunyoda

farovonlik, baxt va mukammal adolat davrini boshlash uchun
.kerak bo'lgan hamma narsa bor

Yagona to'siq - bu insonning xudbinligi, bu esa buni
imkonsiz qiladi. Dahshatli va asossiz azob-uqubatlar
insonning xudbinligi va boshqalarni hisobga olmagan holda
.o'z manfaatlarini ko'zlashdan kelib chiqadi

Muhtojlarni ovqatlantirish va kiyintirish uchun ishlatilishi
mumkin bo'lgan pullar buning o'rniga vayronagarchilik va
vayronagarchilikka sarflanmoqda. Jaholatdan kelib chiqqan
.bu xudbinlik global muammolarning asosiy sababidir

Hamma o'zini to'g'ri ish qilyapman deb o'ylaydi, lekin
ular faqat o'z shaxsiy maqsadlariga intilganda, ular sabab va
oqibatning karmik qonunini harakatga keltiradilar, bu esa
muqarrar ravishda o'zlarining va boshqalarning baxtini yo'q
.qiladi

Insoniyatning johilligi tufayli dunyoda yuz berayotgan
fojialarga qanchalik ko'p guvoh bo'lsam, ko'chalar oltin bilan
qoplangan bo'lsa ham, baxt uzoqqa cho'zilmasligini
.shunchalik anglayman

Baxt boshqalarni baxtli qilishda yotadi va agar hamma
shunday qilsa, hamma baxtli bo'lar edi

Va hamma yerning ne'matlaridan o'z ulushini oladi

Biz bu dunyoga o'zimiz bilmagan joydan kelganimiz
sababli, hayotning kelib chiqishi va maqsadi haqida
.o'ylashimiz tabiiydir

Biz bu dunyoning yaratuvchisi haqida eshitamiz va
o'qiymiz, lekin unga qanday erishishni bilmaymiz. Biz
biladigan yagona narsa shundaki, butun koinot uning ilohiy
.ongining mavjudligini e'lon qiladi

Kichkina soatning kichik va aniq qismlari va moslamalari
bizni soatsozga qoyil qoldirishga majbur qilganidek va
fabrikaning katta va murakkab mashinalari bizni o'z
ixtirochisi haqida hayratda qoldirgani va taassurot
qoldirganidek, tabiat mo'jizalarini ko'rganimizda, ularning
orqasida yashiringan aql-zakovatdan hayratda qolamiz va
shunday deb so'raymiz: "Kim gulga quyoshga qaragan
yorqin shakl berdi? Uning xushbo'yligi va go'zalligi qaerdan
paydo bo'lgan? Va uning gulbarglari qanday qilib bunday o'ta
aniqlik bilan shakllantirilgan va bunday ajoyib, quvonchli
"?ranglar bilan bo'yalgan

Kechasi, yulduzlar va oy atrofimizga kumushrang
nurlarini sochadi, bizni bu samoviy jismlarni kosmosning
cheksizligida boshqaradigan ong haqida o'ylashga
ilhomlantiradi. Oyning mayin nuri kundalik faoliyat uchun
yetarli emas, shuning uchun dono va muloyim aql tun
davomida dam olishni taklif qiladi. Keyin quyosh chiqadi,
uning yorqin nuri bizga atrofimizdagi dunyoni aniqlik va
xotirjamlik bilan ko'rish imkonini beradi va biz
.ehtiyotlarimizni qondirishni o'z zimmamizga olamiz

Ehtiyotlarimizni qondirishning ikki yo'li mavjud: jismoniy
va ma'naviy yo'l. Masalan, sog'lig'imiz yomonlashganda,
davolanish uchun shifokorga murojaat qilishimiz mumkin.
Ammo shunday payt keladiki, na shifokor, na boshqa hech
kim yordam bera olmaydi va biz ikkinchi yo'lga, ya'ni
tanamizni, ongimizni va ruhimizni yaratgan ma'naviy kuchga
.murojaat qilamiz

Moddiy kuch cheklangan va biz muvaffaqiyatsizlikka
uchraganimizda, biz Xudoning cheksiz kuchiga murojaat
qilamiz. Bu bizning moliyaviy ehtiyotlarimizga ham tegishli.
Qo'limizdan kelganini qilsak ham, baribir yetarlicha narsaga
.ega bo'lmasak, biz o'sha kuchga murojaat qilamiz

Hamma o'z muammolarini eng yomon deb o'ylaydi.

Ba'zi odamlar boshqalarga qaraganda ko'proq bosim o'tkazadilar, chunki ularning chidamliligi zaif. Odamlarning ruhiy kuchidagi farqlar tufayli ular turli miqdorda energiya sarflaydilar. Agar kimdir katta qiyinchilikka duch kelsa va uning ongi zaif bo'lsa, ular uni yengib o'tolmaydilar. Kuchli aqlga ega bo'lganlar to'siqlarni buzib, poydevorlarini silkitib, qiyinchiliklarini yengib o'tishlari mumkin. Shunga qaramay, hatto eng kuchli odamlar ham ba'zan muvaffaqiyatsizlikka uchraydi. Biz katta jismoniy, intellektual va ma'naviy muammolar va qiyinchiliklarga duch kelganimizda, bu moddiy dunyoda hayot kuchi qanchalik cheklanganligini .anglaymiz

Bizning sa'y-harakatlarimiz nafaqat sog'liq va moddiy xavfsizlikka erishishga, balki hayotning ma'nosini izlashga .ham qaratilishi kerak

Hayotning maqsadi nima? Qiyinchiliklar bizni chulg'ab olganda, biz avval atrofimizga murojaat qilamiz va yengillik beradi deb o'ylagan har qanday moddiy moslashuvga harakat qilamiz. Ammo biz boshi berk nuqtaga yetib, "Barcha urinishlarim muvaffaqiyatsizlikka uchradi, yana nima qila olaman?" deb aytganimizda, muammomizga samarali yechim topish haqida jiddiy o'ylay boshlaymiz. Va fikrlashimiz yetarlicha chuqurlashganda, biz o'zimizdan javob .topamiz. Bu javob berilgan ibodatning bir turi

Jonimning sukunatida

!Siz bilan uchrashishga ijozat bering, Rabbim

Menga egalik qil va menga abadiy huzuringni his qilishimga imkon ber

Ichimda va atrofimda

Fikrlarimning yolg'izligida, ovozingizni eshitishni orzu
qilaman

Baland yer shovqinlarini mendan uzoqroq tuting
Xotiramda yashiringan
Sizning xotirjam, taskin beruvchi ovozingizni tinglashni
istayman

Va qo'shiqchi har doim qalbimning xotirjamligida
Xudoyim, Sen hamma narsada mavjudsan
Siz hozir bo'lishingiz kerak
Mening borligim va vijdonim tubida
Kichik bir qismini ham ko'rsatishga yordam bering
!Ma'naviy konimdagi yashirin xazinalardan

O nurli yorug'lik
Yuragim uyg'oq
Mening ruhiy salomatligim
Ruhiy ma'badimni ulug'vorliging bilan to'ldiring
!Ey abadiy Shimoliy Yulduz
Qayerga kezib yurgan bo'lsam ham, qanday burilgan
bo'lsam ham

Xayolimdagi magnit kompas ignasi sizga ishora qiladi
Baxtsizlik shamollari sizni qiynasa ham
Yoki qiyinchilik va falokat yomg'irlari ostida
Biroq, ongim boshqarildi
Har doim sizga murojaat qilish uchun

Mening sevimli qushim, qanotlarini qoqib
Chalkashlik bulutlari orasida
va tartibsizlik bo'ronlari
U, albatta, sizga yo'l topadi
Qadimgi davrlarda
Efir qalbida
Biz ruhlar sifatida paydo bo'lganimizda
Hammamiz uxlab qolgan edik
Ilohiy sevgi niqobi ostida
Va Xudo bizni uyg'otganda
Biz undan uzoqlashdik
Darbadar o'g'il haqidagi hikoyada bo'lgani kabi
Biz oramizdagi ilohiy qarindoshlik rishtalarini unutdik
Biz bir-birimizga begona bo'lib qoldik
Va biz samoviy uyimizni tark etganimizdan beri
Biz bu dunyoda paydo bo'ldik
Yerning burchaklarini kezib yurgan sayohatchilar
Biz taqdir yo'llaridan yuramiz
Biz juda uzoqqa ketdik
Biz asl uyimizdan ancha uzoqqa ko'chib o'tdik
Biroq, vaqti-vaqti bilan
Ba'zi joylar, tajribalar va yuzlar bizni uyg'otadi

Dafn etilgan xotiralar va chuqur ichki tuyg'ular

U bizga pichirlaydi

Biz hamma narsani yangidan boshdan kechirayotgandek
his qilyapmiz

Biz allaqachon bilgan narsalar

Biz yaqinlarimiz bilan uchrashamiz va aloqa qilamiz

Biz ularga yaqin edik

Uzoq o'tmishda

Ey olamlarning Yaratuvchisi

Sizning nuringiz buyuklarda porlaydi

Ularning ilohiy bilimlari bizning tushunchamizga ilhom
bersin

Keling, siz asosiy maqsad ekanligingizni anglab yetaylik

Biz nimaga erishishga intilamiz

Eng buyuk ambitsiya

Biz erishmoqchi bo'lgan narsa

Bizni huzuringizning xushbo'y shabadalari bilan
tetiklashtiring

Bizni ulug'vor huzuringga intilish bilan to'ldir

Bizning borlig'imiz Sizning ilohiy donoligingiz bilan
oziqlansin

Bizga muqaddas nuringizni his qilaylik

U hayotimizning har bir jabhasiga singib ketgan

Va bu bizning qat'iyatimizni mustahkamlaydi

Va bizning zulmatimizni yo'q qiladi

Va bizni tinchlik o'rab tursin

va nekbinlik

Va yaxshi ishlar qilish istagi

Shahzoda va Ma'rifatli Zohid o'rtasida

Bir safar zolim shahzoda to'liq qurollangan va xizmatkorlari bilan ovga chiqdi. Ular o'rmonning tubiga kirib, .karnay chalib, nog'ora chalishdi

Bir nechta qushlar, kiyiklar va vahshiy yo'lbarzlarni ovlagandan so'ng, shahzoda va uning atrofidagilar yo'ldan .adashganliklarini angladilar

Ularda oziq-ovqat yetarli edi, lekin suv yo'q edi.

O'rmonda tinimsiz suv qidirishlariga qaramay, ular hech narsa topa olmadilar. Zulmat tez yaqinlashib kelayotgan bir paytda, ularning tungi vahshiy hayvonlarning hujumlaridan .boshpanalari yo'q edi

Quyosh ko'zdan g'oyib bo'ldi va karvonni boshqarayotgan shahzoda eski, vayron bo'lgan kulbaga keldi. Otdan tushgandan so'ng, qulflanmagan eshikni itarib ochdi va kulbaga kirdi. Ichkaridagi hamma narsa qorong'i edi, faqat uning bir burchagida yorug'lik chaqnab turardi va .u umidsizlik bilan: "Hatto kulba ham kimsasiz", deb o'yladi

Lekin umid bilan harakatlanib, u: "Tinchlikmi?" deb .baqirdi

U hayratda qoldirib, xotirjam ovozni eshitdi va unga xotirjamlik bilan javob berdi: "Ha, men shu yerdaman, suv "?qidiryapsizmi

Shahzoda bir zum qorong'ulikka tikilib qoldi, toki odamning arvohiga ko'zi tushguncha va odam uning fikrlarini

u bilan uchrashishdan yoki uni tanimasdan oldin ham
.bilganidan hayratda qoldi

Shahzoda mezbondan: "Siz kimsiz?" deb so'radi.
Mezbon: "Xudoga bag'ishlangan bechora zohid", deb javob
.berdi

Zohid chiroq yoqdi va shahzoda o'z atrofidagilarni
chaqirdi va ular o'sha chekka o'rmonda suv va meva topib,
.juda xursand bo'lishdi

Shahzoda zohiddan: "Yo'lbars va ilonlardan
.qo'rqmaysanmi?" deb so'radi

Zohid shayx javob berdi: "Albatta, yo'q, yo'lbarslar
mening uy mushuklarim, ilonlar esa menga tinchlik baxsh
etadi. Biz bu mavjudotdagi hamma narsaga nur sohadigan
Xudoning sevgisi quyoshida doimo cho'miladigan
."do'stlarmiz

Shahzoda zohidga diqqat bilan qaraganida, zohidning
bo'ynidan osilib turgan bir juft kobrani ko'rib, dahshatga
tushdi. U ko'rganlarini tasdiqlash uchun yaqinlashganda,
ilonlar hushtak chalib, qimirlab, boshlarini chayqashdi,
chunki ular qo'rquv titroqlarini va shahzodaning yuragida
.yashiringan qasoskorlikni sezishdi

Bundan tashqari, o'sha paytda o'rmon yo'lbarslaridan
biri kulbaga kirib, zohidning oyoqlari ostida jimgina yotdi.
Xudoning odami uni yupatib, boshini silab qo'ygandan so'ng,
.yo'lbars jimgina chiqib, o'rmonning yuragiga qarab yo'l oldi

Mag'rur shahzoda o'ziga o'yladi: "Bu chol solih va
mehribon bo'lsa kerak, chunki u bizni yovvoyi hayvonlardan
va o'limga olib keladigan chanqoqlikdan himoya qildi. Qilgan
ishlari uchun mukofot sifatida men uni boy qilaman". Keyin u
:zohidga murojaat qilib dedi

Ey Shayx, yuzingiz mehr va samimiylik bilan porlaydi"
va men va atrofimdagilar uchun qilgan barcha ishlaringizni
qadrlayman. Shuning uchun sizga boy va badavlat
bo'lishingiz uchun bir sirni ishonib topshirmoqchiman. Bu
".sirni men birinchi marta va faqat sizga oshkor qilyapman

U bu so'zlarni aytishi bilanoq, shahzoda plashi ostidan
:tosh oldi va gapini davom ettirdi

Men sizga bu oilaviy xazinani ishonib"
topshirmoqchiman. Bu faylasuf toshi, va ehtimol siz undan
foydalanib boyib ketasiz. Bu tosh oltin yasaydi va uni otamga
buyuk alkimyogarlardan biri sovg'a qilgan. U tegib turgan
hamma narsani sof oltinga aylantirish qobiliyatiga ega. Siz
bu toshdan bir yil davomida foydalanishingiz va toshlarni
oltinga aylantirishingiz, keyin ularni o'zingizga oltin saroy
sotib olish uchun sotishingiz mumkin. Men bir yildan keyin
sizni ziyorat qilish va jonimdan ham qadrliroq deb biladigan
".toshimni olish uchun sizning oldingizga qaytib kelaman

Zohid bu mas'uliyatni o'z zimmasiga olishni istamadi,
lekin shahzodaning qat'iy talabiga javoban u faylasuf toshini
o'zida saqlashga rozi bo'ldi. Shahzoda zohidning beparvolik
bilan toshni kamarining ostiga qo'yganini ko'rди (odamlar
cho'ntak o'g'rilaridan qo'rqib pullarini qo'yishardi!) va keyin
.shahzoda o'z yo'luga ketdi

Bir yil o'tgach, shahzoda o'z atrofidaogilar bilan qaytib
keldi, ular eskirgan kulba o'rniga ulug'vor saroyini ko'rishni
umid qilishdi. Lekin kulba hali ham turganini va avvalgidan
ham battar ahvolda ekanligini ko'rib, hafsalasi pir bo'ldi.
Shuning uchun u otidan tushib, eshikni itarib ochdi va ovozini
"?baland qilib baqirdi: "Hali ham tirikmisan, zohid

Zohid kuchli va chuqur ovozda javob berdi: "Ha, Xudoga
hamdlar bo'lsin, ey shahzoda, mening kamtarona uyimga
."xush kelibsiz

Shahzoda darhol va muqaddimasiz baqirdi: "Senga nima bo'ldi, do'stim? Men senga qoldirgan faylasuf toshini nima"?qilding? Nega undan boyib ketish uchun foydalanmading

Zohid bir oz o'ylanib qoldi va keyin javob berdi: "Siz bu faylasuf toshi haqida gapiryapsizmi va men boyib ketishim kerak deganda nimani nazarda tutyapsiz? Rostini aytsam, . "men bundan boyroq bo'lishni xohlamayman

Shahzoda vahima ichida qoldi, u chol zohid toshiga befarqligi tufayli uni yo'qotib qo'ygan deb o'yladi va yolvorib so'radi: "Men bir yil oldin kamaringizga solib qo'ygan bebaho faylasuf toshini nazarda tutyapmanmi? [Eddi, kamaringiz"?bilan], ayting-chi, u bilan nima qildingiz

Zohid javob berdi: "To'g'ri, hozir ham shunday. Men sizning qimmatbaho toshingizni eslayman. Bir kuni daryoda cho'milishga borganimda Xudo haqida chuqur o'ylanib yotgan edim va tosh kiyimlarimdan sirg'alib tushib, suvga ".yutib yuborilganga o'xshaydi. Omon bo'ling

Shahzoda bor ovozi bilan qichqirdi: "Voy, mening o'rnini bosa olmaydigan yo'qotishim! Men hamma narsani yo'qotdim!" va hayratdan hushidan ketib qoldi. Zohid uning yuziga sovuq suv sepib, uni tiriltirdi, shahzodaning qo'l ostidagilar esa shayxga yaqinlashib, ko'zlari yovuzlikdan chaqnab, unga zarar yetkazishga harakat qilishdi. Ammo zohid kulib dedi: "Voy, janobi oliylari, bunday yuksak mavqega ega bo'lganingiz uchun, tosh uchun bunchalik shov-shuv ko'tarishingizni bilmagan edim. Men bilan daryoga boring, men sizning toshingizni qidirib topaman va uni . "topishga harakat qilaman

Shahzoda javob berdi: "Aqldan ozdingmi? Bir yil oldin"?oqim sizdan tushib ketgan toshni qidirmoqchimisan

Lekin zohid uning so'zlariga quloq solmadi va unga
baqirdi: "Kichkina shahzoda, bunchalik shov-shuvga hojat
yo'q, daryodan toshni qidirguncha kuting. Hammangiz men
."bilan yuringlar

Go'yo sehr ostida bo'lgandek, shahzoda va uning
atrofidagilar zohidning shaffof magnitlanishiga javob berishdi
va jimgina uni daryoga kuzatib borishdi. U yerda zohid
shahzodadan cho'ntagidan ro'molchasini olib, uni to'rt
burchagidan ushlab, daryoga botirishni va shunday ibodat
:qilishni so'radi

Ey shahzodalar shahzodasi, shohlar shohi va barcha"
faylasuflar toshlarining yaratuvchisi, toshimni menga
".qaytarib ber

Shahzoda shunday qilib, ro'molchasini suvdan ko'tarishi
bilanoq, o'zining ishonmagan ko'zlari bilan yo'qotgan asl
toshiga o'xshash xususiyatlarga ega yigirmadan ortiq
faylasuf toshlarini ko'rib hayron bo'ldi. Har birini sinab
ko'rganda, u har biri oddiy plyaj toshlarini oltinga aylantirishi
mumkinligini aniqladi. Keyin shahzoda toshlarni ro'molchaga
.bog'lab, bog'lamni daryoga tashladi

Zohid va uning atrofidagilar unga baqirishdi: "Nega
bunday qilding?" Lekin shahzoda Xudoning odamiga qarab,
:hurmat bilan ta'zim qildi va dedi

Janob, men sizdagi narsaga ega bo'lishni istayman,"
".oltinni arzimas tosh deb hisoblaydigan odam

Shunday qilib, shahzoda dono choldan makon bilan
chegaralanmagan va yo'q qilinmaydigan ruh shohligiga
qanday erishishni o'rganish uchun yerdagi shohligini tark
.etdi

Hikoyaning axloqiy jihati shundaki, yer yuzidagi boylik,
qanchalik qimmatli ko'rinmasin, o'tkinchi va tana sovuq,

jonsiz jasadga aylanganda, bu pastkash dunyoda qoldirilishi
.kerak

Bu yerda faqat o'tkinchi boylik to'plash qobiliyatini
ramziy ma'noda ifodalovchi faylasuf toshidan foydalanish
o'rniga, biz o'z vaqtini va qobiliyatini cheksiz va abadiy ilohiy
boylikka ega bo'lishga bag'ishlagan zohidga o'xshab
.qolishimiz kerak

Kim Xudoni bilsa, orzulardan ham oshib ketadigan
boylikka ega bo'ladi va agar kerak bo'lsa, ma'naviy boylikka
ega bo'lish va haqiqiy boylikdan bahramand bo'lish umidida
.moddiy narsalardan tosh kabi voz kechadi

Boshqalar bilan munosabatlarimizda

Tan olish va qadrlash juda muhimdir

O'ziga xos xususiyatlar va olijanob fazilatlar

Ular o'z tajribalaridan kelib chiqqan holda xulosa qilishdi

Va ular buni o'zlarining mavjudotlaridan shakllantirdilar

Agar biz ochiq fikrli odamlarni o'rgansak

Biz ularni tushuna olamiz va ular bilan bermalol muomala
qila olamiz

Biz darhol ham qila olamiz

Biz muomala qilayotgan odamning tabiatini bilish

Ot poygasi haqida faylasuf bilan gaplashmang

Uyni tashkil qilish borasida olim bilan bahslashmang

Men odamni nima qiziqtirayotganini va uning e'tiborini
nima tortayotganini bilaman

Va u unga bu mavzu haqida gapirib berdi

Sizni qiziqtirgan narsalar haqida emas
Agar biz boshqalarni tushunishni istasak
Biz ularni tanqid qilishdan va qoralashdan qochishimiz
kerak
Buning o'rniga, biz o'z aql-idrokimiz oynasiga qarashimiz
kerak
?Nimani tuzatish va yaxshilash kerakligini bilish uchun
Bu psixologik oyna juda boshqacha
Har tongda biz qaraydigan tanish oyna haqida
Har kuni men o'zimning ko'zguimga qarayman
Agar menga yoqmagan narsani topsam
Men o'zimni ayblayman va uni tuzatish uchun ko'p
harakat qilaman
Shu tarzda, inson o'z qiyofasini ko'radi
Uning qalbining ko'zgusida asl shaklida aks etgan
Va u kundan-kunga rivojlanib bormoqda
Baxt va xotirjamlik yo'lida
Alloh sizga baraka bersin va tinchlik-xotirjamlik yor
bo'lsin

Sog'inchlar tarmog'i

Mana men sog'inchlarim to'rini tashlayapman
Fikrlarimning keng dengizida

Sen mendan ko'p marta qochib qutulgansan, ey bebaho
!ilohiy o'lja

Biroq, men tinchlik tubiga chuqurroq kirib borishda
davom etaman

Va to'xtovsiz, men birin-ketin senga muhabbat
to'rlarimni tashlayman

Bir kuni seni cheksiz sog'inchimning to'riga ilintirishim
kerak

Men bu sevgim to'rini hamma joyga tashlayman

Hayotning notinch to'lqinlari ustida

Va miltillovchi yulduzlar haqida

Va yaxshi qalblarning tubida

Men bilganim shuki, men ovchiman

Va men sizni ushlashga harakat qilishda davom etaman

!Ey eng aziz orzu va mavjudotdagi eng buyuk xazina

Men Undan johillik pardalarini yirtib tashlashini va
illyuziya zulmatini yo'q qilishini, hayotingizdagi eng buyuk
orzu va orzularingiz taxtidagi eng kuchli orzu bo'lishini va
letargiya va kechikishni quvonch, yangilanish va g'ayrat
bilan to'ladigan ruhiy faoliyatga aylantirishingizga yordam
berishini so'rayman. Men Undan sizga mast bo'lguningizcha
ilohiy sevgi sharobidan ichishingizni va sizni taskin topadigan
muqaddas tashrif bilan ziyorat qilishini, qalbingizni sevgi va
minnatdorchilik suvlari bilan yuvishini, borlig'ingizda aniqlik
chiroqlarini yoqishini va orzularingizni Uning muborak
dengizining haqiqatida eritishini va Unda mamnunlik va
qoniqish topishingizni so'rayman, toki qalbingizda xotirjamlik
.hukm sursin va osmon ne'matlari sizga yog'ilsin

Jimjitlik fikrlarni tinchlantirishni anglatadi
Tanani tinchlantirish va uning ehtiyojlarini nazorat qilish
Kim buni qila olsa, tetiklantiruvchi xotirjamlikni his qiladi
U nafis olamlardan ulug'vor to'lqinlar va taassurotlarni
his qiladi

Va kimki jimjitlikka chuqurroq kirsam, unda
U o'zida Xudoning shohligini kashf etadi
Biror kishi yo'lda yurganday ekan
Uning har bir lahzasi juda qadrli
Biz bu yerda (o'tish joyida) qisqa vaqtga turibmiz
Hamma narsa o'tkinchi, lekin Xudoning tuyg'usi
abadiydir
Hech narsa uni qalbdan va ruhdan o'chira olmaydi
Bu dunyoning vasvasalari bizni aldashiga yo'l
qo'ymasligimiz kerak

Bizni eng buyuk maqsadimiz va eng oliy
maqsadimizdan, ya'ni Xudodan uzoqlashtirish orqali
Xudoni bilish mumkin

Biz olamlarning xo'jayinini topishimiz kerak
Yulduzlar kimning nuridan porlaydi
Va Uning kuchi bilan yuraklar urdi

Biz uni Jimlik Ma'badidan izlashimiz kerak
Biz Xudoga sog'inch va intizorlik bilan murojaat
qilganimizda

Va biz uni yonayotgan sog'inch bilan o'ylaganimizda

Biz uni topamiz

Men noma'lum xudo haqida gapirmayapman

Aksincha, bu men bilgan Rabbimiz haqida

Va bu men uchun haqiqat

Bu barcha jismoniy narsalardan ko'ra haqiqiyroqdir

Bu bizning insoniy hayotimiz to'lqinlarini qo'llab-
.quvvatlaydigan va qo'llab-quvvatlaydigan ilohiy dengizdir

Biz hamma narsasiz ham qila olamiz

Xudodan tashqari

{Haqiqiy hukmdor va hukmdor bo'lgan Alloh yuksakdir}

(Pokdillar baxtlidir, chunki ular Xudoni ko'radilar)

Insonning sevish va sevilishga ehtiyoj sezishi tabiiy hol.

Lekin qalbning bu intilishi oxir-oqibat o'sha sevgining
.manbai, ya'ni Xudoga qaratilgan

Inson sevgisi ko'plab umidlar, hisob-kitoblar va sub'ektiv
mulohazalarga asoslangan, shuning uchun uning
.abadiyligiga kafolat yo'q, chunki u shartlar bilan bog'liq

Biroq, ilohiy sevgi shartsiz, doimiy va abadiydir. Agar u
.qalbingizga ta'sir qilsa, uni doimo o'zingiz bilan topasiz

Har qanday holatda ham, hatto qiyinchilik va baxtsizlik
paytida ham, siz buni himoya va ishonch manbai sifatida his
.qilasiz

Azob-uqubatlari va mashaqqatli sinovlar orasida

Hamma sizni tashlab ketishi mumkin, ammo bu
muqaddas sevgi sizni tark etmaydi, tushkunlikka tushirmaydi

va sizni tashvishlar va xayollarga berilib ketmaydi, chunki u
hayotning burilishlari orasida osmondan himoya qiluvchi
.kuch va yo'l ko'rsatuvchi nurdir

Insoniy sevgi ilohiy sevgi bilan to'ldirilganda, u sof va
tiniq bo'ladi. Lekin agar siz insoniy sevgi bo'lgan oqimni
ilohiy sevgi bo'lgan buloqdan ajratsangiz, u oqishni to'xtatadi
.va dunyo qumlarida yo'qoladi

Insoniy sevgi ilohiy sevgi bilan bog'liq ekan, u qalbni
yumshatadi, vijdonni tetiklashtiradi va qalb bog'larini hayot
.suvi bilan sug'oradi

Sevgi: irodani rag'batlantiruvchi vosita

Men nima qilsam ham, yuragimdagi barcha sevgi bilan
qilaman

Agar sinab ko'rsangiz, umuman charchaganingizni
sezmaydiz

Chunki sevgi irodaning eng katta rag'batlantiruvchisidir
va sevgi ta'siri ostidagi iroda ba'zilar uchun imkonsiz bo'lib
tuyulishi mumkin bo'lgan ishlarni qilish uchun favqulodda
.kuchga ega

Ma'naviy tushunchalar
Ustoz Paramhansa Yogananda ta'limotlaridan
Boshqalarning baxtini e'tiborsiz qoldirib, o'zi
uchun baxt izlaydigan yoki o'zining xudbin
maqsadlariga erishish uchun boshqalarning qonuniy
manfaatlarini oyoq osti qiladigan va yo'q qiladigan
xudbinlik baxtsizlikni ko'paytiradi va baxtsizlik va
baxtsizlikka olib keladi.

Ey Rabbim, Sen cheksiz saxovat manbai va
ne'matlar va yaxshilikning to'lib-toshgan manbaisan.
Bizga ham berish quvonchini beraylik va

boshqalarning ehtiyojlarini o'zimiznikidek qondirish uchun bemalol beraylik.

Biror kishi boshqalarni qoralamasa, balki ularga tushunish va sevgi bilan yordam berishga harakat qilsa, Xudoning qonunlari - ongli kuchlar sifatida - bu rahmdil insonga xuddi shunday munosabatda bo'ladi.

Kimki boshqalarga mehr va saxovatga to'la qalb bilan ruhiy va moddiy yordam bersa, u bergan narsasi o'ziga qaytib kelishini ko'radi va bu qalblarga taalluqli bo'lgan amal qonunidir.

Insonning boshqalarga nisbatan his-tuyg'ulari efirda doimiy tebranishlarni keltirib chiqaradi va shunga mos ravishda hamdardlik va mehr-oqibatni jalb qiladi. Unga yomonlik qilganlarni kechirgan kishi o'zi uchun kechirim va bag'rikenglikni jalb qiladi.

Kuchli aqlli yaxshi va aqlli odamlar bilan muloqot qilish, yaxshi kitoblar o'qish, o'z ichki dunyosini o'rganish, san'at, fan, adabiyotning ijodiy asarlari bilan shug'ullanish va samarali va foydali faoliyat bilan shug'ullanish - bularning barchasi ongni rivojlantirish va mustahkamlashga, uni yuqori bilimlarga ko'proq moyil qilishga hissa qo'shadi. Bundan tashqari, kundalik meditatsiya qalbni ilohiy donolik bilan to'ldiradi.

Yer yuzidagi boylar bilan ruhiy boylar o'rtasida hech qanday taqqoslash yo'q, chunki Xudoning nazarida ruhiy boylar eng boylardir.

Bizni huzuringizning xushbo'y shabadalari bilan tetiklashtiring

**Bizni ulug'vor huzuringga intilish bilan to'ldir
Bizning borlig'imiz Sizning ilohiy donoligingiz bilan oziqlansin**

**Bizga muqaddas nuringizni his qilaylik
U hayotimizning har bir jabhasiga singib ketgan
Va bu bizning qat'iyatimizni mustahkamlaydi
Va bizning zulmatimizni yo'q qiladi
Va bizni tinchlik o'rab tursin
va nekbinlik
Bu bizga yaxshi ishlar qilish uchun turtki beradi

Global muammolarning asosiy sababi johillikdan kelib chiqadigan xudbinlikdir.

Hamma o'zini to'g'ri ish qilyapman deb o'ylaydi, lekin ular faqat o'z shaxsiy maqsadlariga intilganda, ular sabab va oqibatning karmik qonunini harakatga keltiradilar, bu esa muqarrar ravishda o'zlarining va boshqalarning baxtini yo'q qiladi.

Insoniyatning johilligi tufayli dunyoda yuz berayotgan fojialarga qanchalik ko'p guvoh bo'lsam, ko'chalar oltin bilan qoplangan bo'lsa ham, baxt uzoqqa cho'zilmasligini shunchalik anglayman.

**Baxt boshqalarni baxtli qilishda. Agar hamma shunday qilganida, hamma baxtli bo'lar edi va hamma yer yuzidagi ne'matlardan o'z ulushini olar edi.

Inson o'z irodasini to'g'ri yo'lga o'rgatish orqali muvaffaqiyatsizlik urug'lari va ildizlarini yo'q qilish orqali o'z hayotini nazorat qila olishi kerak, toki u insoniy illyuziyalarni o'zgartirib, silkitib yubora olsin.

**Bu iroda asosan buzilmasdir, chunki u ilohiy irodaning aksidir va u allaqachon inson ichida mavjud va u shunchaki uni o'z tubida ochib berishi kerak.

**Sizning izdoshlaringiz ibodat qilayotganda
Men ularning ko'zlaridan muqaddas ekstaz nurlarini to'playman**

**Va men buni ruhiy ishtiyoqim bilan
uyg'unlashtiraman**

**Chanqagan fikrlarim uchun tetiklantiruvchi
ichimlik sifatida taklif qilish uchun**

**U to'yguncha ichadi va og'riqlari va qo'rquvlari
yo'qoladi**

**Hamdardlik va hamdardlik izlayotganlar uchun
Men bu sehrli kokteylni taqdim etaman
Samimiy qalb va yaxshi niyatlarning shaffof
qadahlarida**

**Ushbu muborak eliksirni ichgan har bir kishiga
nasib etsin**

**U doimiy eyforiya holatini boshdan kechiradi va
o'z tashvishlari va azoblarini unutadi!**

**Bizga aql suvini bering
Millionlab odamlar ma'naviy chanqoqlikdan
holdan toygan va holdan toygan edilar**

**Shunday qilib, ular johillikning cheksiz olomoni
orasidan o'tib keta boshladilar**

**Ko'pchilik kuchli zilzilalardan larzaga keldi
Ular yo'lga tushadilar
Jaholat ularni tuyoqlari bilan ezadi
Ey Xudo, biz tinchlik suvini xohlaymiz
va donolik ichimligi
Va tushunish iksiri
Bizning yonayotgan chanqog'imizni qondirish
uchun**

**Chunki aql suvi bilan so'nmasdan
Biz bahslashamiz, janjallashamiz va jang qilamiz
Biz bir-birimizni o'ldiramiz
Izlashga urinish o'rniga
Baland tog'lar vodiysida
Tushunish ko'lida
Kimning suvi qalbning chanqog'ini qondiradi**

Bu hissiyot sohalarini hikoya qiladi

Har safar boshqalarga mehr-shafqat va xayrixohlik to'liqlarini yuborganimda, Xudoning sevgisiga yo'l ochaman.

Shunday qilib, siz mening oldimga kelishingiz mumkin

Ilohiy sevgi eng buyuk yaxshilikni o'ziga tortadigan magnitdir

Ey Rabbim, qalbimning muqaddas maskaniga qalbimdagi sog'inch derazasidan va iliq ibodatlarim orqali kirgin.

Men barcha intellektual va axloqiy zaifliklarimni qat'iyat olovida yoqib yuboraman, chunki agar men o'zimni bu zaifliklardan xalos qilmasam, ilohiy, muborak olovni ko'ra olmayman.

Ey Xudoyim

Bugun men aniq ishlarni bajarishga sodiq qolaman va keyin rejalashtirgan ishimni bajaraman.

Avval niyatim to'g'ri ekanligiga ishonch hosil qilaman, keyin sizning kuchingizni his qilaman va sizning yordamingiz va barakangiz bilan qilmoqchi bo'lgan narsamga erishaman.

Kasallik uch xil bo'ladi: jismoniy, ruhiy va ma'naviy

Jismoniy kasallik turli xil zaharlanish, yuqumli kasalliklar va baxtsiz hodisalar natijasida yuzaga keladi

Ruhiy kasallik qo'rquv, xavotir, g'azab va boshqa hissiy buzilishlar natijasida yuzaga keladi

Biroq, ruhiy kasallik insonning Xudo bilan bo'lgan munosabatlarini bilmasligidan kelib chiqadi.

Jaholat eng katta kasallikdir. Inson jaholatdan xalos bo'lganda, u barcha jismoniy, ruhiy va ma'naviy kasalliklarning sabablaridan ham xalos bo'ladi.

Mening ustozim Shri Yuktsuvar ko'pincha shunday derdi: Donolik har qanday kasallikning davosidir.

Quyosh nurlari yoyilgan sari, men kambag'al va baxtsizlarning qalbiga umid nurlarini solaman, o'zini muvaffaqiyatsiz deb o'ylaganlarning qalbiga esa qat'iyat va o'ziga ishonch chiroqlarini yoqaman.

Hayot o'rganish va vazifalarni bajarish maktabi ekanligini va shu bilan birga u o'tkinchi orzu ekanligini anglaganimizda, Xudo biz bilan ekanligini bilib olamiz.

Hayot xizmatga asoslangan bo'lishi kerak, chunki bu ezgu maqsadsiz Xudo insonga bergan aql u yaratilgan maqsadga erisha olmaydi.

Bir kuni kechasi oy nurida okeanda cho'milishga bordim. Suv juda sovuq edi, lekin o'zimga hamma narsa elektrdan yaratilganini, sovuqni yaratadigan elektr energiyasi ham issiqlikni yaratishini va suvning o'zi elektr energiyasining namoyon bo'lishidan boshqa narsa emasligini eslatdim.

Bu fikrlash o'rtasida Xudoning nuri meni o'rab oldi va men uni qabul qilishdan bosh tortganim uchun sovuqlik hissi meni tark etdi. Buning o'rniga, men hamma narsa ilohiy elektrdan yaratilgan degan haqiqatni tasdiqladim.

Yillar oldin, ob-havo chidab bo'lmas darajada issiq edi va hamma nafas olardi. Ruhiy assotsiatsiya orqali ularning noqulayligi menga o'tdi, bu menga diqqatimni jamlashga va maqolalar yozishga xalaqit berdi. Keyin o'zimni koyib, "Nega bularning hammasi?" deb Xudoga ibodat qildim.

"Ey Xudo, xuddi shu elektr toki pechda issiqlik va muzlatgichda muz hosil qiladi. Ob-havo yumshoq!" Darhol ob-havo menga yoqimli bo'lib qoldi, go'yo tanamni qor qatlami o'rab olgandek va men juda ilhomlanib, hech qanday qiyinchiliksiz yoza boshladim.

Bir safar men o'zini o'zi kashf etuvchi yosh talabalar guruhi bilan ochiq sayohat mashinasida shtatlar bo'ylab sayohat qilayotgan edim [manbalarda ulardan birining ismi Rashid ekanligi aytilgan]. Ulardan biri mening kotibam edi. U bilan men mashinada uxladik va kichik adyolni birgalikda yedik.

Tun juda sovuq edi. Chuqur uyquga ketganimda, u ustimdagi adyolni tortdi va yarim yo'lda uyg'onganimda, hushidan ketib, uning ustidan adyolni tortdim! Bu bir muddat davom etdi. Keyin ongim: "Nega bunday qilyapsan? Hammasi joyida. Issiqsan!" dedi.

Keyin adyolni tashlab, o'tirdim va tanam issiq non kabi his bo'lguncha meditatsiya qila boshladim. Ikki soatdan keyin shogirdlar sovuqdan titrab uyg'onganlarida, meni harakatsiz holda topdilar. Men muqaddas ekstazga g'arq bo'lgan edim va ular meni o'lgan deb o'ylashdi. Ular meni ruhiy hayajondan qichqiriqlari bilan uyg'otishdi, lekin men tabassum qilib: "Nega buncha shovqin, yigitlar? Sayohatimizda davom etaylik", dedim.

Ular norozilik bildirib: "Men sovuqda palto yoki adyolsiz o'tirgan edim! Lekin shamollamadim, faqat men issiq qoldim!", deyishdi.

Izoh: Biz tanani qattiq iqlim sharoitlariga duchor qilishni tavsiya etmaymiz. Donishmand Paramahansa bu tajribalarni inson salohiyati va tug'ma qobiliyatlarini namoyish etish uchun eslatib o'tgan,

ammo u bunday holatlarga nisbatan ehtiyotkorlik va me'yorni saqlashni maslahat bergan.

Hayotimdagi qaysi g'oya eng kuchli ekanligiga qarab, fikrlarim menga muvaffaqiyatsizlik yoki muvaffaqiyat keltirishini tushunaman. Shuning uchun, Sen, Rabbim, yordam qo'lingni cho'zib, muvaffaqiyatimga yo'l ochib berishingni eslashga harakat qilaman.

Men hamma bilan muomala qilishda va muloqot qilishda samimiylik va halollikni qo'llayman, mehrli fikrlar va ezgu tilaklarni tarqataman, shunda Xudo meni O'zining kuchi va donoligi bilan qo'llab-quvvatlaydi.

Aql barcha yaxshiliklarning manbai va barcha muborak kuchlarning manbai bo'lgan Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganda, u ilohiy mavjudlikni angelaydi va muvaffaqiyatning barcha elementlariga ega bo'ladi.

Bu elementlar har qanday sohada muvaffaqiyatga erishish uchun yangi sabablar va imkoniyatlar yaratishga qodir Xudoning qudratli kuchi bilan chambarchas bog'liq.

Bizga haqiqatni aytadigan va o'zimizni yaxshilashga yordam beradigan ilg'or odamlar jamoasini izlashimiz kerak

Eng yaxshi do'st - bu hayotimizni yaxshi tomonga o'zgartirish uchun qanday usullardan foydalanishimiz va nima qilishimiz kerakligini kamtarlik bilan taklif qiladigan kishidir.

Yomonlik va qattiq his-tuyg'ular bilan aytilgan qattiq tanqid odamning boshiga bolg'a bilan urish bilan barobar, sevgi esa kuchliroq va foydaliroq.

Sevgi va tushunish bilan qilingan mehrli takliflar mo''jizalar yaratish qudratiga ega, boshqalarga nisbatan esa haqoratli tanqid esa hech qanday foyda keltirmaydi.

Hatto eng chuqur qayg'ular ham vaqt o'tishi bilan davolanadi, shuning uchun hayotimizning har bir kunida qayg'u haqida gapirishning ma'nosi yo'q.

Marhum yaqini uchun uzoq davom etgan qayg'u unga ham, bizga ham yordam bermaydi va aslida hech narsani o'zgartirmaydi.

O'zini pastlik kompleksini rivojlantirish yoki o'tmishdagi xatolar yoki muvaffaqiyatsizliklar uchun o'zini jazolash foydali emas; aksincha, bu hayotni baxtsiz qiladi va aqliy qobiliyatlarni falaj qiladi.

Biz zerikarli tartiblar chuquriga tushib qolishimizga yo'l qo'ymasligimiz kerak, chunki bu psixologik holat qulay emas , chunki u ongni bezovta qiladi va yashirin qobiliyatlarni befarqlik o'chog'ida yoqadi.

Inson irodasi kuchli energiya generatoridir. Iroda kuchi va haqiqiy energiya manbalariga kirish istagidan foydalanib, inson ichki kuchlarning cheksiz tarqatuvchisi bilan tezda bog'lanishi mumkin.

Har bir so'z, yaxshi yoki yomon bo'lsin, o'z tebranishlarini (ya'ni ta'sirini) tanada yoki miyada, hayot energiyasi va fikrda esa moyillik va istaklar shaklida qoldiradi. Shuning uchun, barcha nutqning tebranishlari ongda yaxshi yoki yomon tendentsiyalarni qoldiradi.

Haqiqatni buzib ko'rsatish niyatlaridan xalos bo'lgan kishi o'zida ulkan kuchni shakllantiradi, toki u

yolg'on guvohlik bermasin va barcha so'zlari haqiqat bo'lsin.

Ey Rabbim, menga shirin, foydali va tetiklantiruvchi so'zlar bilan haqiqatga xizmat qilish uchun ovozimdan foydalanishga kuch bergin. Hayotimning nayida o'lmas kuylaringni chalgin, toki men muqaddas kuylaringning tebranishlaridan baraka topsam.

Biz cheksiz kosmik okeanning ajralmas qismimiz. Unga yetib borib, unda suzganimizda, ongimiz kengayadi va biz o'zimizning kengligimizni his qilamiz.

Bu haqda o'ylash bizni unga yaqinlashtiradi, uni o'ylash bizni unga olib boradi va u bilan uyg'unlashishga doimiy harakat bizga bilim, qat'iyat va kuch bag'ishlaydi.

Qiyinchilikdek tuyulgan narsa, aslida, ichimizda saqlangan kuchlarni ochishga taklifdir va ichimizdagi yashirin yaxshilik energiyalarining har bir chiqarilishi bilan biz kuchliroq va dono bo'lib boramiz.

Xudo yashirin yo'llar bilan yordam qo'lini cho'zadi. Meditatsiya paytida izlovchiga tushadigan xotirjamlik Uning borligidan dalolat beradi va meditatsiya qiluvchi his qiladigan ruhiy quvonch uning sog'inchlari va sevgisiga Uning javobidir.

Inson tabiat go'zalligidan bahramand bo'lish, hayotini tahlil qilish va zarur deb hisoblagan yoki muhim deb hisoblagan va usiz yashay olmaydigan narsalarni o'rganish uchun yetarli vaqtga ega bo'lishi kerak, toki u bor narsasidan bahramand bo'lsin va oila a'zolari va do'stlari bilan ularni yaxshiroq bilish uchun zarur vaqtni o'tkazsin, eng muhimi, o'zini tanib bilsin.

Xudoni bilganlar ichki qallda abadiy saodat borligini tushunishadi. Kimki bu saodatni tatib ko'rsa va undan mamnun bo'lsa, u abadiy donolikka ega bo'ladi.

Nima uchun kasallik qo'rqinchli ko'rinadi? Chunki u og'riq va o'limni keltirib chiqaradi

Kasallik tanadan, johillik bilan o'ralgan ong va ruhdan yo'q qilinishi kerak.

Og'riq faqat jismoniy tana bilan cheklanib qolmaydi; shuningdek, ruhiy, psixologik va ma'naviy azob-uqubatlari ham mavjud. Biz melanxoliyadan, boshqa nosog'lom temperamentlar va psixologik holatlardan va asosan xayoliy qo'rquvlardan aziyat chekamiz. Ruhiy jihatdan biz ruhimizning o'lmas tabiatini bilmaslikdan aziyat chekamiz.

Ilohiy kuch nihoyatda aniqlik bilan ishlaydi, shuning uchun inson uyg'unlikda bo'lishi va unga mos kelishi kerak

Biz Xudoning kosmik tebranishini bizga va biz orqali oqishiga yo'l qo'yishimiz kerak

Va Uning tirik mavjudligini hayotimizga olib kirish va tanamizni Uning muborak va shifobaxsh energiyasi bilan to'ldirish uchun

Salbiy afzalliklarni ijobiylari bilan almashtirish orqali chalkashliklar yo'qoladi va xotirjamlik tiklanadi

Shogird yo'lda davom etishga qat'iy qaror qilganda, uni hech narsa to'xtata olmaydi va hech qanday to'siq unga xalaqit bermaydi.

Tana trillionlab hujayralardan iborat va har bir hujayra aqlli mavjudotga o'xshaydi. Har bir hujayrada yashiringan aql uyg'otilishi va ma'lum bo'lishi mumkin

bo'lgan hamma narsani bilish uchun o'rgatilishi kerak, ammo inson bu hujayralarni o'rgatmagan va shuning uchun u tushkunlik holatida, o'tkinchi aqliy idrokda yashaydi va bilim yetishmasligidan aziyat chekadi.

Izoh: Yuqoridagi bayonot 1927-yilda magistr Paramahansaning ma'ruzasida aytilgan. O'nlab yillar o'tgach, biologlar har bir hujayraning yadrosida mavjud bo'lgan DNKni aniqlay oldilar. Tajribalar shuni isbotladiki, har bir hujayradagi DNK nihoyatda aniq ma'lumot va aqlga ega.

Samimiylik va halollik men insonda juda qadrlaydigan eng buyuk fazilatlar qatoriga kiradi

Do'stlik halollik bilan o'sadi va samimiylik tuprog'ida gullab-yashnaydi.

Kingadir qanchalik yaqin bo'lishimizdan qat'i nazar, biz bu munosabatlarni hurmat va to'g'ri xulq-atvor bilan shirinlashtirishimiz kerak, shunda do'stlik ajoyib va uzoq davom etadi.

Biroq, boshqalarning his-tuyg'ularini beparvolik va e'tiborsiz qoldirishga olib keladigan tanishlik do'stlikka halokatli ta'sir qiladi.

Inson hayot zinapoyasidan ko'tarilib, doimiy ravishda takomillashib borishiga yordam beradigan chinakam do'stlarga muhtoj. U shuningdek, boshqalarga yuksalishda va u zavqlanayotgan Xudoning ne'matlarini ular bilan baham ko'rishda yordam berishi kerak.

Haqiqiy do'stlik - bu qalblarni bir-biriga yaqinlashtiradigan va ularni ilohiy sevgi rishtalari bilan bog'laydigan umumbashariy ma'naviy jozibadir.

Bu sevgi yoki do'stlik ikki yoki undan ortiq odamlar o'rtasida sodir bo'lishi mumkin

Ma'naviy do'stlik qallda joylashganida, ruh kosmik ruhning hamma narsani qamrab oluvchi dengizida suzib yuradi va uni Xudoning yaratganlaridan ajratib turadigan cheklovlar va chegaralarni ortda qoldiradi.

Men butun insoniyat bilan aloqani his qilyapman, xuddi inson o'z oilasiga yaqin bo'lgandek. Bu tuyg'uni ta'riflab bo'lmaydi va u kelganda, u hayotning mazmuni va go'zalligini chuqur anglash bilan birga keladi.

Biz qilayotgan barcha ishlarda Xudoning irodasini bajarishga intilish oqilona ishdir, chunki bu ichki xotirjamlik va baxtga yo'ldir. Bu ulkan va cheksiz olam, o'zining xilma-xil tabiiy kuchlari bilan, Xudoning yo'l boshchi irodasi bilan boshqariladi. Hamma narsa ilohiy rejaga muvofiq ishlaydi va biz bu kosmik rejaning ajralmas qismimiz.

Biz o'z burchimizni bajarishimiz kerak va bizni xursand qiladigan rolni emas, balki Xudo bizga bergan rolni o'ynashimiz kerak.

Arxivdan: Biz ilgari uchrashganmizmi?

Qadim zamonlarda, efir qalbida, ruhlar sifatida paydo bo'lganimizda, barchamiz uxladik

Ilohiy sevgi adyoli ostida Xudo bizni uyg'otganda, biz Undan uzoqlashdik, xuddi adashgan o'g'il haqidagi hikoyadagidek, va biz oramizdagi ilohiy rishtalarni unutib, bir-birimizga begona bo'lib qoldik.

Jannatdagi uyimizni tashlab, biz bu dunyoda sayohatchilarga aylandik, yerning chekkalarini kezib, taqdir yo'llaridan yurdik.

Biz asl uyimizdan uzoq-uzoqlarga sayohat qildik. Shunga qaramay, vaqti-vaqti bilan ma'lum joylar,

**kechinmalar va yuzlar bizga pichirlab aytadigan
ko'milgan xotiralar va chuqur ichki tuyg'ularni
uyg'otadi.**

**Biz ilgari bilgan narsalarimizni yana boshdan
kechirayotganimizni his qilyapmiz va uzoq o'tmishda
yaqin bo'lgan yaqinlarimiz bilan uchrashamiz va
muloqot qilamiz.**

**Rabbim, bizni ilohiy sevgi inoyati bilan barakala
Qalblarimiz sizga bo'lgan sog'inch bilan erib
ketsin**

**Va uning ichida sog'inch olovi yonmoqda
Balki ruhimiz jismoniy qafaslarda qamalgandir
U o'zining cheklovlaridan xalos bo'ladi
Va u ilohiy orzu bilan yo'lga chiqadi
Abadiyatingiz qirg'oqlariga
Ey abadiy sevgilimiz**

**Sendan so'raymiz, ey Rabbim
Sevgingiz qalblarimizga nur sochsin
Va Sening ulug'vorligingning ulug'vorligi bizga
porlasin**

**Va donoligingiz bizni hayotimizning barcha
bosqichlarida boshqarsin**

**Va U bizning qalbimizdagi sevgini va orzularimizni
qabul qilsin**

Va bizni huzuring bilan duo qil

Va sizning yoningizda bo'lishdan zavqlanish uchun

**Insoniyatni to'liq anglay boshlaganimizda, biz
uning shunchaki jismoniy mavjudot emasligini
anglaymiz. Uning ichida ko'plab kuchlar yotadi,
ularning salohiyatidan u bu dunyo sharoitlariga
moslashish uchun turli darajalarda foydalanadi. Va bu**

kuchlarning salohiyati oddiy odam tasavvur qilganidan ham beqiyos darajada katta.

Ilohiy sevgining jozibasi sof vasvasa va muloyim ishontirish orqali ishlaydi. Qalb ilohiy sevgining chaqirig'ini sezganda, u o'zining asir sevgisi doirasini mavjudlik va undagi barcha narsalarni qamrab olish uchun kengaytirish istagiga ega bo'ladi. Shunday qilib, asir sevgi ozod bo'ladi va xudbinlik va qattiqqo'llik panjaralaridan tashqarida cheklanmagan bo'ladi.

Shunday qilib, sevgi Xudoning qalbida yangidan paydo bo'ladi va hamma narsa shu muborak birlikka singib ketadi.

Biz boshdan kechirgan har bir tajriba orqali o'sib boramiz, agar ulardan qimmatli saboqlar olishimiz mumkinligini anglasak. Chunki biz boshdan kechirgan har bir og'riq va azob-uqubatlarning ma'nosi va maqsadi bor.

Tajribalarning qattiqqo'lligiga qaramay, ular temir rudasini eritib, uni chiroyli, bardoshli va ko'p qirrali po'latga aylantiradigan olovga o'xshaydi.

Kamtarlik - bu yaxshilikni sevadigan va jannat nurlari va ne'matlarini qabul qiladigan yaxshi qalblarga rahm-shafqat, sevgi va xotirjamlikning mo'l-ko'lligi kiradigan ochiq eshikdir.

Inson muvaffaqiyatli biznesmenmi, ayyor siyosatchimi, zolim diktatormi yoki buyuk islohotchimi bo'ladimi, uning kuchi Xudoning cheksiz qudrati bilan solishtirganda hech narsa emas.

Mag'rurlik ruhiy ko'rlikni keltirib chiqaradi, chunki u buyuk qalblarda yashaydigan ulkan fazoning tasavvurini ruhdan uzoqlashtiradi.

Buyuk insonlar o'zlarining kuchlari kamtarlarni sevadigan va ularni bilim, yo'l-yo'riq va kuchda oshiradigan Qodir Xudodan qarzga olinganligini anglaydilar.

Haqiqiy do'stlik - bu bizni bir-birimizga yordam berishga ilhomlantiradigan nurdir, toki biz jannat darvozasini ko'rib, u orqali ilohiy sevgi olamiga o'taylik.

Yomon fe'l-atvor saraton kasalligiga o'xshaydi, ichki xotirjamlikni kemiradi. Bu nima uchun qo'pol fe'l-atvorli odam o'z qiyinchiliklari va muammolarini yengib o'tolmasligini tushuntiradi.

Inson o'zini zararli odatlar bilan cheklab qo'yganda, u hayot bilan kurashishda davom eta olmaydi va salbiy kayfiyat uning ongini boshqarishiga yo'l qo'yishi bilan uning irodasi falaj bo'lib qoladi.

Bu xususiyatlar miyani chalkashlik va sarosimaga solib qo'yadi va sog'lom hukmni yo'q qiladi.

Inson hayot sharoitlari qanchalik achchiq va og'ir bo'lishidan qat'i nazar, aqli va irodasi bilan g'alaba qozonishi mumkin

Inson ruhi tanaga istaklar, vasvasalar, muammolar, tashvishlar va qo'rquvlar zanjiri bilan bog'langan va o'zini ozod qilishga harakat qiladi.

Agar sizni jismoniy ongga bog'laydigan zanjirni shunchalik qattiq tortishda davom etsangiz, bir kuni ilohiy qo'l aralashib, zanjirni uzib tashlaydi va siz ozod bo'lasiz.

Yaxshi, sodiq do'stlarsiz hayotning qiymati nimada? Yurakda haqiqiy do'stlarni o'ziga tortadigan magnit bor. Bu sevgi, fidoyilik va do'stona g'amxo'rlik magnitidir.

Kimdir bilan qo'l berib ko'rishganimizda, ularga sevgimiz va samimiyligimizning jozibasini yetkazishimiz va qo'limizdan kelganicha yordam berishga harakat qilishimiz kerak.

Odamlarning turg'un va o'zgarmas qolishiga hojat yo'q. Ruhning mohiyatidan illyuziya pardalari olib tashlanishi kerak, toki u o'zining pokligi va kuchi bilan porlasin, Xudo insoniyatga ato etgan oliyjanob ulug'vorlikni ochib bersin.

Xudo yaxshi harakatlarga, qonuniy ambitsiyalarga va muvaffaqiyatga erishish uchun qat'iyatga baraka beradi

Ey Xudoyim

Qanday sinov va qiyinchiliklarga duch kelsam ham Bilaman, bu mening ma'naviy rivojlanishimning keyingi bosqichini ifodalaydi

Men bilim va kuchga ega ekanligimni yaxshi bilaman

Menga bergan ikki narsangiz

Aniq tushunish va aniq g'alaba

Jannat - bu hech qanday qiyinchilik va qayg'u bo'lmagan oliy quvonch holatidir

Yaxshi sa'y-harakatlar va ezgu ishlarni davom ettirish orqali ruhlar nihoyat doimiy va yangilangan quvonch holatiga erishadilar.

Yaxshi amallar mulohaza yuritish, konstruktiv va foydali faoliyatni anglatadi

**Jaholatni donolikka aylantira olganingizda
Zaiflik va ojizlikdan sog'liq va hayotiylikka
Hayot yo'llarida ishonch bilan va jasorat bilan
yuring - hatto yolg'iz bo'lsangiz ham**

**Va tirik va hushyor vijdonga ega bo'lishning ichki
quvonchi**

**Va Xudoning adolatiga va haqiqatning yolg'on
ustidan, haqiqatning esa illyuziya ustidan g'alaba
qozonishiga sobit ishonch.**

**Va har kuni fikrlaringizni yuqoriroq va yanada
takomillashtirilgan darajalarga chiqarishga harakat
qilganingizda**

**Uning mehribon va minnatdor qalbi bor
Va boshqalarga nisbatan yaxshi niyatlar
Sizning intellektual ozuqangiz magnitdir
Va keyin u sizga go'zal va foydali bo'lgan barcha
narsani jalb qiladi**

**Zarur bo'lgan narsalardan, odamlardan va
sharoitlardan**

**Xavfsizlik va osoyishtalik qirg'oqlari tomon
sayohatni davom ettirish**

**Kechasi yotishdan oldin yarim soat va ertalab
turishdan oldin ham ijobiy sukunat va xotirjamlikka
rioya qilish ruhiy xotirjamlik hissini kuchaytiradi, bu
esa hayotning kundalik kurashining barcha qiyin
sharoitlariga dosh berishga yordam beradi. Ushbu
ichki tuyg'u bilan kundalik ehtiyojlar va ehtiyojlarga
erishish mumkin bo'ladi.**

**Yuqori ong holatiga erishish ma'naviy
taraqqiyotni tezlashtiradi va ruh dengiziga mohirona
sho'ng'ishga yordam beradi.**

Inson baxtga o'z hayoti tuprog'iga ekan va ekishda davom etayotgan fikrlar va harakatlarning urug'larining sifatiga qarab erishadi.

Inson ongi energiya yoki hayotiy faoliyatning ulkan omboridir

Bu faoliyat mushaklarning harakatlarida, yurak, o'pka va diafragma faoliyatida, hujayra metabolizmida, qon kimyoviy reaksiyalarida va motor sezgi organlari (nervlar) faoliyatida doimiy ravishda qo'llaniladi.

Bundan tashqari, katta miqdordagi hayotiy energiya fikrlash, his-tuyg'ular va irodaga sarflanadi.

Qo'rquv hayotiy faoliyatni zaiflashtiradi va faol irodaning eng ashaddiy dushmanlaridan biridir.

Ikkiyuzlamachilik yaxshi natijaga olib kelmaydi. Aqllilarning eng aqllisi ko'zlari oshkor qilgan narsani yashira olmaydi, chunki insonning butun tarixi uning ko'zlarida yozib qo'yilgan.

Agar siz kimningdir tabiatini bilmoqchi bo'lsangiz, Xudodan o'sha odam haqidagi haqiqatni sizga ochib berishini so'rang, chunki siz aldanishni xohlamaysiz va qalbingiz tubida uning asl tabiatini his qilasiz va sezgiingiz noto'g'ri bo'lmaydi.

Istak, niyat va iroda:

"Istak" - bu kuchsiz istak, "niyat" esa biror narsa qilishga qat'iy qaror qilishdir: ma'lum bir istak yoki istakni bajarish. "Iroda" ga kelsak, uni quyidagicha ifodalash mumkin: "Men xohlagan narsamga erishgunimcha tinimsiz mehnat qilaman".

Irodangizni mashq qilganingizda, biror narsaga erishish uchun zarur bo'lgan narsani qilmasdan uni

xohlash o'rniga, hayotiy faoliyat kuchlarini bo'shatib, yo'naltira olasiz.

Biz umidimizni yo'qotmasligimiz kerak, balki Xudo bizga sharoitimizni yaxshilash, g'oyalarimizni yuksaltirish va hayotda o'zimiz va boshqalar uchun yangi va foydali narsalarni yaratish uchun imkoniyatlardan birini berishini anglashimiz kerak.

Agar biz hozirgi turmush tarzimizdan norozi bo'lsak, bizga qoniqish va xotirjamlik keltiradigan yangi yo'llar va usullarni o'rganishimiz kerak. Biz sharoitimizni yaxshilaydigan va hayotimizni yanada mazmunli va maqsadli qiladigan harakatlarni ko'rib chiqishimiz va keyin bu g'oyalarni amalda qo'llashimiz kerak.

Rabbim, Seni bilish muqaddas burchidan muhimroq burchni ko'rmaylik. Chunki har bir harakat, uning mohiyati qanday bo'lishidan qat'i nazar, faqat Sen bizga bergan yutuq kuchi orqali amalga oshirilishi mumkin. Shuning uchun Seni hamma narsadan ustun seveylik, chunki Sening hayoting va sevgingning inoyatisiz biz umuman yashay olmaymiz yoki seva olmaymiz. Biz Xudodan kelib chiqqanmiz va Uning mohiyati bizda Uning barcha pokligi, shon-shuhrati va cheksiz saodatida yashaydi.

Baxtdan xabardorlik:

Baxtli ongning mutlaq mavjudligi borasida hech qanday kelishmovchilik yo'q, chunki biz bu ongga ega bo'lganimizda, o'zimizning individualligimiz yoki kichik shaxsiyatimiz o'zgarganini va sevgi va nafrat, zavq va azobning ikkiligidan yuqoriga ko'tarilganimizni va oddiy cheklangan ong holatlari

aniq va ravshan ko'rinadigan darajaga yetganimizni his qilamiz.

Biz shuningdek, ichki kengayish va kengayishni, shuningdek, hamma narsaga umumiy hamdardlikni his qilamiz

Bu holatda dunyo shovqini yo'qoladi, hayajon yo'qoladi va bizda mavjudlikning birligi hissi paydo bo'ladi va kosmik yorug'likning aniq tasavvuri paydo bo'ladi.

Barcha nopokliklar va og'ishlar yo'qlikka aylanadi va biz o'zimizni boshqa dunyoga, abadiy saodat va cheksiz baxtli doimiylik manbaiga ko'chib o'tgandek his qilamiz.

Qo'rquv odatda nervlarga muntazam ravishda oqib keladigan hayot faoliyatini siqib chiqaradi va to'sqinlik qiladi, shuning uchun ular falaj bo'lib qolgandek ko'rinadi va tana sustlashadi va uning hayotiyliigi sezilarli darajada pasayadi (qo'rquv asab blokeridir!).

Qo'rquv qo'rquv sababini yo'q qilishga yordam bermaydi. U irodani susaytiradi va miyani tananing organlariga zaiflashtiruvchi signal yuborishga undaydi. Bundan tashqari, qo'rquv yurakni zaharlaydi, ovqat hazm qilishni buzadi va ko'plab jismoniy kasalliklarga sabab bo'ladi.

Agar xabardorlik Xudoga qaratilgan bo'lsa, siz hech narsadan qo'rqmaysiz va har qanday to'siq va to'siqlarni jasorat va imon bilan yengib o'tishingiz mumkin.

Muvaffaqiyatga erishish kuchi ongda. Dunyoning shubhalari va sizni pastga tushirishga urinayotganlarning tushkunligiga qaramay, o'z e'tiqodlaringizga sodiq qolsangiz, bu haqiqatni

anglaysiz. Aql kuchining chegarasi yo'q. Ushbu g'oyaga e'tiboringizni qarating va ongingizni maqsadlaringizga erishishga intilish va ijobiy harakat qilish qat'iyati bilan to'ldiring.

Ongingizni yuqori yutuqlarga yo'naltirishda davom eting. Ma'naviy boylikka erishing, shunda boylik va farovonlikning barcha boshqa turlari sizning ixtiyoringizda bo'ladi.

Ong cheksiz va cheksizdir; u eng uzoq yulduzlarga cho'ziladi va koinotdagi har bir atomga, eng kichik elektronlargacha singib ketadi. Inson o'zini buyuk inson oilasining a'zolari sifatida tan olish uchun oilaviy va milliy chegaralardan oshib, bu kosmik ong okeani bilan birlikni his qilishi kerak.

Hech kim insonga uning irodasidan foydalanish yoki noto'g'ri foydalanish orqali ta'sir qila olmaydi. Xudo unga bergan erkin irodadan foydalanib, Uni izlash kerak, shunda ular albatta Uni topadilar.

Shogird ijobiy ta'sirga ega bo'lgan, unga ilhom berishga, irodasini mustahkamlashga va farqlash qobiliyatini oshirishga yordam beradigan yaxshi odamlar bilan muloqot qilish juda muhimligini yodda tutishi kerak.

Ustoz Paramahansa bir guruh shogirdlariga shunday dedi:

Men sizga so'zsiz va shartsiz sevgimni berdim va aminmanki, buning evaziga sizning sevgingizni oldim.

Hayotimda tanigan ba'zi odamlar men ilgari orzu qilgan barcha narsalarga ega edilar, ammo ular bu istaklarni ro'yobga chiqarishdan baxt topa olishmadi.

Men avval Xudoni izladim va Uning doimiy yangilanib turadigan quvonchi har bir istakni ro'yobga chiqarishini, qalbni zavq va mamnuniyat bilan to'ldirishini va U mavjud bo'lgan har qanday hayajon yoki vasvasadan ko'ra jozibaliroq ekanligini angladim.

Inson boshqa birovning qalbiga ta'sir qilmasligi yoki uning his-tuyg'ularini buzmasligi kerak, chunki qalb hissiyotlarning markazidir va hissiy asoratlari qalbni xavotirga soladi va bezovta qiladi.

Inson o'zining shaxsiy xususiyatlarini aniqlash uchun o'ziga qarashi kerak

Ba'zi odamlar yozishni yaxshi ko'radilar, boshqalari musiqa bastalash yoki raqsga tushish va qo'shiq aytishga moyil bo'ladilar, ba'zilari esa moliya va iqtisodiyot sohasida ishlashga moyil bo'ladilar va hokazo.

Afsuski, mish-mishlar tarqatishni va g'iybat qilishni yoki janjallashish va janjal qilishni yoqtiradiganlar ham bor.

Inson o'zining yaxshi fazilatlarini o'zgartirishga urinmasligi kerak, balki o'z xohishiga qarshi qiladigan va natijada ularga baxtsizlik va pushaymonlik keltiradigan ishlardan xalos bo'lishi kerak.

G'ayritabiiy psixologik bog'liqlik:

Bu kasallik qurbonlari baxtga intilishda bir tomonlama bo'lib qoladilar. Baxt boylik to'plash, shon-shuhratga erishish yoki sog'liq yoki kuchga ega bo'lishda ekanligiga ishonib, ular o'zlarining yonayotgan ambitsiyalari qurbongohida hamma narsani - sog'liqni, yaxshi obro'ni, xotirjamlikni, sharafni va qadr-qimmatni qurbon qiladilar. Juda kech, ular faqat muvozanatli hayot, tabiat qonunlari

va Xudoning amrlarini hurmat qiladigan va faoliyatni xotirjamlik bilan uyg'unlashtiradigan hayot haqiqiy baxt keltirishi va olijanob hayotning maqsadini amalga oshirishi mumkinligini anglaydilar.

Nosog'lom bog'lanish buzilishlaridan aziyat chekayotganlar cheksiz orzu-havaslar bilan band bo'lib, hayotga nisbatan buzuq va noto'g'ri qarashga olib keladi. Masalan, bir tadbirkor katta muvaffaqiyatga erishdi va boylik orttirdi, ammo boyligidan bahramand bo'lishdan oldin, haddan tashqari tashvish va qo'rquv tufayli asabiy tushkunlikka tushib, yuragi ezilib vafot etdi. [Xudo sizga tasalli bersin]

Boshqalar esa maqsadga erishish uchun hamma narsa joiz deb hisoblashadi. Ushbu chalkashlik tufayli ular o'zlarining asl maqsadlarini sog'inishadi va hatto orzu qilgan narsalariga ega bo'lishsa ham, eng kichik qoniqishga ham erisha olmaydilar, chunki inson tabiati ulkan va ko'p qirrali bo'lib, barcha darajalarda muvozanatli rivojlanishni talab qiladi.

ruhiy sovuqlik

Bu kasallikning boshqa nomi ham bor: umidsizlik. Inson qachon paydo bo'lishini va umidsizlik, murosasizlik, xavotir va sabrsizlik kabi og'riqli alomatlarini boshdan kechirishini hech qachon bilmaydi. Eng yomoni, u ko'pincha uzoq davom etadi va uning qurbonlari, hatto tuzalib ketgan deb hisoblasalar ham, tez-tez osongina qaytalanadi.

Psixologik katar

Bu kasallik surunkali dunyoviy tashvishlar haqida o'ylashdan kelib chiqadi. Undan aziyat chekadiganlar odatda o'z irodalaridan foydalanishni e'tiborsiz qoldiradilar va shu tariqa doimiy qo'rquvlariga jasorat bilan qarshi turish va ularni ildizidan yo'q qilish o'rniga, ularga passiv ravishda bo'ysunadilar.

Er va xotinlar bir-birlari uchun orzu qila oladigan eng katta narsa bu hissiy ochiqlikni rivojlantiradigan va tushunish, his-tuyg'ularni hisobga olish va sevgi kabi olijanob fazilatlarni namoyon etadigan ma'naviy tushunishdir.

Biroq, ma'naviy o'sishni boshqalarga majburlab bo'lmasligini hisobga olish kerak.

Inson boshqalarga nisbatan mehr-muhabbatni his qilganda, uning mehr-oqibati atrofdagi yaqinlariga ilhom beradi va ularga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Xudo sog'inch ko'z yoshlari bilan poklangan va sevgi shamlari bilan yoritilgan qalblarni ziyorat qiladi.

O'qituvchi Paramhansa bir guruh talabalarga shunday dedi:

**Hayotingiz bog'idan har kuni ruhiy gul kutmang
Ishlaringizni ishonib topshirgan Xudo sizni o'z vaqtida mukofotlashiga va umidlaringizni ro'yobga chiqarishiga ishonib. Endi qalbingiz tuprog'iga ilohiy sevgi urug'ini sepganingizdan so'ng, uni duo va xayrli ishlar bilan o'stiring va uning atrofidagi zararli va parazit begona o'tlarni: shubha, zerikish va sustlik begona o'tlarini yo'q qiling.**

Muqaddas hislar unib chiqqanda, ularni asrab-avaylang va sog'inch va imon suvlari bilan sug'oring, shunda bir kuni ertalab o'zingizni bilishning muborak gulini ko'rib xursand bo'lasiz.

Biz barcha yaqinlarimiz va do'stlarimiz ortida yashiringan eng buyuk sevgilimizni hech qachon unutmasligimiz kerak va o'tkinchi dunyoviy narsalarga bo'lgan muhabbat qalblarimizni egallashiga yo'l qo'ymasligimiz kerak, bu qalblar

tengsiz va mavjudlikda hech qanday sevgidan ustun bo'lmagan abadiy, doimiy ilohiy sevgi bilan urishi kerak. Chunki ilohiy sevgi qalbni egallaganida, unda xotirjamlik hukm suradi va qalb quvonchi uni to'ldiradi.

Muqaddas Kitob insoniyatga Xudo haqida o'ylashni, ongini Unga bag'ishlashni, hamma narsani Unga topshirishni va Unga chin dildan, yolg'on va ikkiyuzlamachiliksiz ibodat qilishni maslahat beradi. Xudoni bilish hayotning asosiy maqsadi bo'lishi kerak. Dunyoviy burchlarni Xudo insoniyatga bergan kuchlar yordamisiz bajarib bo'lmaydi.

Inson hayotida hech narsa Xudodan muhimroq deb hisoblanmasligi kerak. Agar inson Xudoga chin dildan g'amxo'rlik qilsa va Unga nisbatan ruhiy burchini bajarsa, uning ahvoli har jihatdan yaxshilanadi va atrofdagi barcha sharoitlarga qaramay, ular o'zlarini xavfsiz va xotirjam his qiladilar.

Inson boshqalarning huquqlarini buzmasligi, ularning yerini, tinchligini, sevgisini, qadr-qimmatini yoki biron bir moddiy va ma'naviy boyligini tortib olmasligi kerak.

Agar o'zingizniki bo'lmagan narsani olish istagini his qilmasangiz, sizga kerak bo'lgan narsa yoki xohish sizga keladi. O'g'irlik birinchi navbatda ongda ildiz otadi, chunki odam boshqalarga hasad qila boshlaydi. Yomon niyat urug'larini ongdan sug'urib olish kerak.

Ma'naviy altruizm - bu inson tabiiy ravishda mo'l-ko'pchilikni jalb qiladigan yo'l va ularga ular bilgan va bilmagan manbalardan ne'matlar oqadi. Bu xatosiz ilohiy qonundir. O'g'rilar va xudbin odamlarga kelsak, ular hayotlarini moddiy boylik ortidan quvib o'tkazadilar, ko'zlari doim boshqalarnikiga qaraydilar,

hatto o'z xazinalari oltin bilan to'lib toshgan bo'lsa ham.

Moddiy xudbinlikdan voz kechilmaguncha, dunyo baxtni bila olmaydi

Bir necha yillik turmushdan so'ng, minglab er-xotinlar o'zlariga shunday savol berishadi:

"Sevgimiz qayerga ketdi?"

Bu odamlar uchun javob: U haddan tashqari lazzatlanish olovida yonib ketdi va xudbinlik va hurmatsizlikka berilib ketdi.

Bu qorong'u fazilatlar qalbga kirganda, sevgi kulga aylanadi

Erkak va ayol bir-biriga yomon munosabatda bo'lganda, ular birgalikdagi baxtlarini abadiy yo'q qilishadi

Erkak ayolga o'zining yaxshi fazilatlarini ko'rsatishga yordam berishi va ayolga u bilan shunchaki uning istaklarini bajarish uchun emas, balki yo'lda hamroh sifatida, hurmat va qadrga ega bo'lgan va hayotning eng yuqori qirralarining ifodasi deb bilgan holda ekanligini his qilishi kerak.

Ayollar erkaklarga ham xuddi shunday qarashlari kerak

Agar siz daraxt ildizlariga noto'g'ri turdagi o'g'it qo'llasangiz, mevalar kam va o'sishda sekinlashadi. Xuddi shunday, inson do'stlik daraxtini xudbinlik tuyg'ulari bilan oziqlantirganda, ularning nолоyiq niyatlari bu do'stlik mevalarini buzadi va buzadi.

Kimdir shunchaki boy yoki ta'sirchan bo'lgani va biz uchun biror narsa qila olgani uchun unga qiziqishni do'stlik deb atash mumkin emas. Xuddi shunday, kimningdir go'zal yuzi tufayli unga qiziqish ham do'stlik emas. Agar bu yuz o'zining yoshlik,

maftunkor jozibasini yo'qotsa, "do'stlik" yo'qolib, o'tmishdagi narsaga aylanadi.

Olijanob insonlar boshqalarga yordam berish uchun qiladigan yaxshi ishlar shon-sharaf va e'tibor uchun yoki o'z egosini qondirish uchun emas, balki barcha ishlar Xudoga bo'lgan muhabbat va Uning roziligini izlash uchun qilinishi kerak.

Boshqalarni g'iybat qilishdan, tuhmat qilishdan va g'iybat qilishdan zavqlanadiganlar hech qachon boshqalarga dalda beruvchi so'zlar va dono maslahatlar bilan yordam berish quvonchini bilmaydilar. Qattiq qoralash gunohkorni tushkunlikka soladi va ularning g'azabini qo'zg'atadi.

Ko'p odamlar qalblarida o'zlarining zaifliklari va og'riqli tug'ma jarohatlaridan xabardor va ularni o'tkir ta'qib va achchiq tanbeh bilan emas, balki sevgining tinchlantiruvchi, taskin beruvchi balzami bilan davolash mumkin.

Rabbim, menga Sen xohlagan narsani qilishga ijozat ber va ambitsiyalarim yoki istaklarim meni boshqarishiga yo'l qo'yma. Bu dunyoni har jihatdan yaxshiroq qiladigan ishlarni bajarishga yordam ber, toki fikrlarim va harakatlaring Sening ulug'vorligingni e'lon qilsin va boshqalarga Seni eslatsin.

Uyqu ne'matdir, chunki muammolaringiz qanday bo'lishidan qat'iy nazar, siz ulardan xalos bo'lasiz. Lekin siz uyg'oqlik paytida muammolardan ongli ravishda xalos bo'lishni o'rganishingiz kerak. Agar siz hech qachon shakarni tatib ko'rmagan bo'lsangiz, uning shirinligini bilmaysiz. Xuddi shunday, agar siz ongingizning imkoniyatlaridan to'liq

**foydalanmasangiz, uning ajoyib kuchini qadrlay
olmaysiz.**

**Hurmatli sudya boshqa birov uchun hayot yoki
o'limni anglatuvchi nozik masala bo'yicha yakuniy
qarorini chiqarayotgan bir paytda, u o'sha kuni
boshiga tushgan oilaviy muammolar haqida o'ylardi
va uydagi qoidalari bajarilmaganidan xafa bo'ldi!**

**Agar bunday sudya diqqatni jamlay olmagan
uchun begunoh odamning o'limiga olib keladigan
adolatsiz qaror chiqarsa, u holda u barcha
gunohlarning hakami bo'lgan Oliy sudya oldida
ayblanib, hukm qilinadi: bu hech qanday
tarafkashlikni bilmaydigan va qarindoshchilikka o'rin
yo'q bo'lgan universal qonun.**

**Kutilmagan bir voqeani boshdan kechirganimni
hali ham eslayman; tafakkur bulutlari ortidan
to'satdan ruhiy saodat tongi paydo bo'lib, borlig'imni
qamrab oldi.**

**Bu muborak tajriba barcha kutganlarimdan ham
oshib ketdi, chunki men ta'riflab bo'lmaydigan
quvonchni his qildim va baxt nuri ongning barcha
qorong'u burchaklarini yoritib, chalkashliklar va
savollar soyalarini yo'q qildi.**

**Bu yorug'lik — xuddi rentgen nurlari kabi — qo'pol
narsalarni teshib o'tib, menga oddiy ko'rish ufqidan
tashqarida, sharq va g'arbda, shimol va janubda,
oldimda va orqamda, tepamda va pastda, ichimda va
atrofimda va hamma joyda narsalarni ko'rsatdi.**

**Vayronkor shubha o'z ta'sirida falajga o'xshaydi.
U konstruktiv fikrlashga va iroda kuchiga to'sqinlik
qiladi.**

Bu yuqori kuchlarning xayrixoh ishlariga va koinot qonunlariga to'sqinlik qiladi, Xudoning ne'matlarining ruhga yetib borishiga to'sqinlik qiladi. Bu shuningdek, xavotir va ojizlik hissini keltirib chiqaradi.

U muvaffaqiyatga qarshilik ko'rsatadi va johillik, xurofot, adolatsiz tarafkashlik yoki nazoratsiz his-tuyg'ular va ehtiroslar tufayli g'oyalarni rad etadi.

Ma'naviy qayta tug'ilish o'zini johillik qafasidan ozod qilish va cheklangan ong cheklovlaridan qochish demakdir.

Inson hayoti ba'zan juda go'zal bo'lishi mumkin, ammo unga bog'lanib qolish jannat qushini tor qafasga solishga o'xshaydi. Agar siz qafas eshigini ochsangiz, qush unga ko'nikib qolgani uchun uchib ketishdan tortinishi mumkin.

Bu go'zal qush qo'rqadi va qafasdan chiqib, o'zi kelgan cheksiz erkinlikka qaytishni istamaydi, buning o'rniga o'z tabiatiga mos kelmaydigan kichik va cheklangan hududda qolishni afzal ko'radi.

Shunday qilib, inson ruhi tanaga ko'nikib qoladi va uning asiriga aylanadi, u cheksiz olamning bir qismi ekanligini va uning yer yuzidagi mavjudligi vaqtinchalik ekanligini va u samoviy uyiga qaytishi kerakligini bilmaydi.

Va tug'ma donolikni tananing cheklovlari va cheklovlaridan ozod qilish men ruhiy qayta tug'ilish deb atayman.

Aql kuchining chegarasi yo'q. Ushbu g'oyaga e'tiboringizni qarating va ongingizni maqsadlaringizga erishishga intilish va ijobiy harakat qilish qat'iyati bilan to'ldiring. Fikrlaringizni yuqori yutuqlarga yo'naltirishda davom eting. Agar siz ma'naviy boylikka erishsangiz, boylik va

farovonlikning barcha boshqa shakllari sizning ixtiyoringizda bo'ladi.

Inson o'z sa'y-harakatlari bilan istakni ro'yobga chiqara olmasa, ibodatda Xudoga murojaat qiladi. Shunday qilib, aytilgan har bir iltijo ichidagi yashirin istakni ochib beradi. Ammo Xudoni topish bilan barcha istaklar yo'qoladi va barcha istaklar amalga oshadi.

Inson qo'lidan kelganicha harakat qilishi va xolis, xolis va cheklovchi bog'liqliklardan xoli bo'lishi kerak. Shuningdek, u hayot unga qo'yadigan tadqiqotlarga (voqealar va vaziyatlarga) alohida e'tibor qaratishi kerak, chunki ularda u o'rganishi kerak bo'lgan saboqlar mavjud.

Bu dunyoga ezgu global maqsadlar kiritilishi va insoniyatni yuksak pog'onalarga ko'taradigan, uning fikrlarini takomillashtiradigan, istaklarini jilovlaydigan va ezgu iste'dodlarini rivojlantiradigan ideallar qabul qilinishi kerak.

Bularni shafqatsiz kuch va halokatli urushlar orqali emas, balki ma'naviy namuna va yaxshi o'quv dasturlari orqali faollashtirish mumkin. Siyosiy hokimiyat uni nazorat qiladigan va yo'naltiradigan ma'naviy tamoyillarsiz xavflidir.

Men ma'naviy tamoyillar haqida gapirganda, men aniq ta'limotlar, mazhablar yoki e'tiqodlarga aloqadorliklarni emas, balki universal qonunlarni: barchaga tegishli bo'lgan va ularga yaxshilik, farovonlik va tinchlik keltiradigan solihlik va fazilat qonunlarini nazarda tutyapman.

Har bir inson o'z xohish-istaklari daraxti ostida yashaydi, bu uning barcha xohish-istaklarini ro'yobga chiqaradi. Bu daraxt iroda kuchidir. Ilohiy irodaning aksi bo'lgan inson irodasi o'z mohiyatiga ko'ra insonning umid va istaklarini ro'yobga chiqarish kuchiga ega.

Lekin kimki o'z xohish-istaklarini, istaklarini va fikrlarini qanday boshqarishni bilmasa, Parvardigoriga ming marta shukr qilishi kerak, chunki uning tartibsiz fikrlari darhol amalga oshmaydi, aks holda yovvoyi istaklar qalbning xotirjamligini parchalaydigan, baxt suyagini ezadigan va ma'naviy tinchlik vohasini bepoyon cho'lga aylantiradigan yirtqich, ochko'z yo'lbarslarning avtomatik timsolini keltirib chiqaradi.

Qo'rquv, muvaffaqiyatsizlik, kasallik va johillik haqida o'ylashdan va ular haqida doimiy o'ylashdan ehtiyot bo'lish kerak, aks holda bu salbiy fikrlar noma'lum zulmatdan maxluqlar kabi paydo bo'lib, ularni boshqarish yoki nazorat qilish qiyin bo'lgan jiddiy muammolarni keltirib chiqaradi. Salbiy fikrlar shaxsga faqat zarar keltiradi; shuning uchun agar inson o'zi va boshqalar uchun yaxshilik istasa, ularni ijobiy fikrlar bilan almashtirish kerak.

Fikrlash, gapirish, his qilish yoki harakat qilish uchun zarur bo'lgan qobiliyatlarimizning barchasi Xudodan kelganini va U doim biz bilan ekanligini, bizni ilhomlantirishini va yo'naltirishini anglaganimizda, biz darhol tartibsizliklardan xalos bo'lamiz.

Bu anglash bilan sof quvonch chaqnashlari paydo bo'ladi va ba'zan insonning borligi qo'rquv haqidagi fikrlarni darhol yo'q qiladigan chuqur ma'rifatga cho'mdiriladi.

Har bir so'z, yaxshi yoki yomon bo'lishidan qat'i nazar, o'z tebranishlarini - izlarini - tanada, miyada va fikrning hayot energiyasida moyillik va istaklar shaklida qoldiradi. Shunday qilib, barcha nutqning tebranishlari ongda ijobiy yoki salbiy tendentsiyalarni qoldiradi. Haqiqatni buzib ko'rsatish impulsalaridan xalos bo'lgan kishi o'zida ulkan kuchni yaratadi, shunda ular yolg'on guvohlik bermaydilar va ularning barcha so'zlari haqiqat bo'ladi.

Ey Rabbim, menga shirin, foydali va tetiklantiruvchi so'zlarni gapirish orqali haqiqatga xizmat qilish uchun ovozimdan foydalanishga kuch ber.

Muqaddas kuylaringizning tebranishlaridan baraka topsam bo'lsin, deb hayotimning nayida o'lmas kuylaringizni chaling.

**Ey kosmik sevgilim
Yuzingiz porlab turgan zargarlik buyumlarida
porlayotganini ko'rmoqdaman**

Va men atirgul barglarida sizning qizarishingizni ko'rdim

Va men qushlarning sayrashida sizning ovozingizni eshitaman va men hayratda qolaman

Va men har bir qalbda siz bilan uchrashishni orzu qilaman

**Men quvonchdan to'lib-toshganman
Transcends tavsifi**

Qo'rquvdan ozodlik

Usta Paramhansa Yogananda

Koinotdagi hamma narsa energiya yoki tebranishdan iborat. Nutq tebranishi fikr tebranishidan ko'ra kuchliroq namoyon bo'lish yoki ifodadir. Barcha insonlarning fikrlari efirda to'lqinlanadi. Fikrlar yuqori tebranish darajasiga ega bo'lgani uchun ular hali oshkor qilinmagan. Yaxshiyamki, biz hamma odamlarning fikrlarini bilmaymiz!

Radio tugmalarini bosish yoki burish orqali (va hozirgi kunda boshqa usullar bilan) siz turli xil kuylar va tovushlarni eshitishingiz mumkin. Agar radio to'lqinlari qabul qilgichingizga o'tadigan efir qatlamlari ichidagi ichki ong bo'lmaganida, siz barcha eshittirish tovushlarini birdaniga eshitgan bo'lar edingiz.

Xudo efirni yaratdi va inson ongini ushbu muhit orqali tebranishlarni uzatish va qabul qilish vositalarini yaratishga ilhomlantirdi. Radio to'lqinlari tarqalishi uchun efirga, uzatish va qabul qilish uchun esa elektr energiyasiga tayanadi. Bu tebranuvchi radio to'lqinlar kosmos orqali har qanday rezonansli qabul qilgichga uzatiladigan g'oyalardir.

Yaqin insoningiz yonida bo'lganingizda, siz uning fikrlarini his qilasiz, lekin agar sizda yuqori darajada rivojlangan sezgir idrok bo'lmasa, uzoqdagi odamning fikrlarini his qila olmasligingiz mumkin. Muntazam ravishda diqqatni jamlash va meditatsiya texnikasini qo'llaydiganlar chuqur xotirjamlikni his qilishadi va bu amaliyot natijasida ularning fikrlari yanada takomillashib, boshqalarning fikr va niyatlarini hatto uzoqdan ham sezish imkonini beradi!

Biz hammamiz inson uzatuvchi va qabul qiluvchimiz: siz boshqalarning fikrlarini qalbingiz, his-tuyg'ular markazi orqali qabul qilasiz va o'z fikrlaringizni ruhiy ko'zingiz, diqqat markazi va

irodangiz orqali uzatasiz. Sizning antennangiz miyada, yuqori, intuitiv ong markazida. Tasavvur qiling-a, siz uydan uzoqdasiz va u yerda nima bo'layotganini bilmoqchisiz. Agar his-tuyg'ularingiz juda xotirjam va ongingiz tinch bo'lsa, siz uyda oilangizning his-tuyg'ulari va fikrlarini his qila olasiz. Agar sizda diqqatni jamlash qobiliyati katta bo'lsa, fikrlaringiz istalgan joyga kirib borishi mumkin va his-tuyg'ularingiz hayotiy energiya bilan to'ldiriladi.

Masofa nisbiydir, chunki energiya fazoni siqib chiqaradi. Aloqa texnologiyalari rivojlanishi bilan masofa kamayadi. Tasavvur qiling-a, siz uxlab yotgansiz va boshqa mamlakatga uchayotganingizni, keyin shaharga poyezdda ketayotganingizni, keyin esa orolga suzib ketayotganingizni, yo'l davomida bir nechta portlarda to'xtayotganingizni tushingizda ko'rgansiz. Bularning barchasi tushda bir necha daqiqa ichida sodir bo'ladi, chunki fikr olamida masofalar yo'q.

Butun dunyo va makon g'oya sifatida mavjud va unda ongning kuchi yotadi. Men ko'zlarimni yumib, minglab kilometr uzoqlikdagi narsalar haqida o'ylashim mumkin. Makon va vaqt shunchaki aqliy tuzilmalardir. Tushdagi issiq kofe va sovuq muzqaymoq o'rtasidagi farq nima? Uyg'onganingizda, tush dunyosidagi muzqaymoq shunchaki g'oya ekanligini va issiq kofe ham g'oya ekanligini tushunasiz - ikkalasi ham shunchaki turli xil g'oyalar edi. Aql hamma narsaga qodir va hamma narsani biluvchi kuchga ega. Men gapirayotgan ong - bu Xudoning ongi. Va U fikr orqali hamma joyda bo'lgani kabi, biz ham shundaymiz.

Radio tinglashga harakat qilganingizda, ba'zan eshittirishga hamroh bo'lgan statik tovushlarni eshitasiz. Xuddi shunday, hayotingizda mazmunli

biror narsaga erishishga harakat qilganingizda, sizning taraqqiyotingizga xalaqit beradigan va to'sqinlik qiladigan boshqa turdagi aralashuvga duch kelasiz. Bu aralashuv yomon odatlardir.

Qo'rquv - bu sizning ruhiyatingizga ta'sir qiladigan yana bir turdagi bezovtalik. Yaxshi yoki yomon odatlar singari, qo'rquv ham konstruktiv, ham halokatli bo'lishi mumkin. Masalan, xotin: "Agar men bugun kechqurun tashqariga chiqsam, erim jahli chiqadi, shuning uchun chiqmayman", desa, u konstruktiv, do'stona qo'rquv bilan harakatlanadi. Do'stona qo'rquv va qo'rquq qo'rquv o'rtasida farq bor. Men bu yerda odamni boshqalarga keraksiz zarar yetkazmaslikka ehtiyot bo'lishga undaydigan do'stona qo'rquv haqida gapiryapman. Qo'rquq qo'rquv irodani falaj qiladi. Oila a'zolari faqat do'stona qo'rquvni his qilishlari va bir-birlariga haqiqatni aytishdan qo'rquqmasliklari kerak. Burch hissi bilan harakat qilish yoki xizmat va sevgida shaxsiy istaklarini boshqalarga qurbon qilish qo'rquv tufayli qilishdan ko'ra ancha yaxshi. Hatto inson ilohiy qonunlarni buzishdan tiyilsa ham, bu jazodan qo'rquqishdan emas, balki Xudoga bo'lgan muhabbatdan bo'lishi kerak.

Qo'rquv qalbdan kelib chiqadi. Agar siz kasallik yoki baxtsiz hodisadan vahimaga tushsangiz, bir necha marta chuqur, sekin va muntazam ravishda nafas olishingiz kerak, har bir nafas chiqarishda bo'shashish kerak. Bu qon aylanishingizning normal holatga qaytishiga yordam beradi. Agar yuragingiz chindan ham xotirjam bo'lsa, siz umuman qo'rquvni his qilmaysiz.

Og'riq hissi natijasida yurakda xavotir uyg'onadi. Shunday qilib, biz qo'rquv o'tmishdagi tajribalarga asoslanganligini ko'ramiz. Ehtimol, bir kishi o'tmishda yiqilib, oyog'ini sindirib olgan va shuning uchun ular

bir xil tajribani takrorlashdan qo'rqishadi. Bunday og'riqli tajribalar haqida doimo o'ylash iroda va asablarni falaj qiladi, bu esa yana bir yiqilish va oyog'ini sindirishga olib kelishi mumkin! Bundan tashqari, yurak qo'rquv tufayli falaj bo'lganda, tananing hayotiyligi eng past darajaga tushadi va bu kasallik mikroblarining tanaga kirib, zarar etkazishiga imkon beradi.

Kasallikdan qo'rqmaydigan odam deyarli yo'q. Qo'rquv odamlarga og'riqdan qochish uchun ehtiyot chorasi sifatida berilgan, doimiy ravishda kattalashtirilishi yoki unga e'tibor qaratilishi uchun emas. Qo'rquv bilan doimiy ravishda shug'ullanish qiyinchiliklardan qochish va duch keladigan muammolarni hal qilish harakatlarimizga xalaqit beradi. Ehtiyotkorlik qo'rquv donolikka asoslangan, masalan, ma'lum bir ovqatni iste'mol qilish istagiga qaramay, uni sog'lom emas deb hisoblash. Kasallikdan qo'rqish kasallikni o'zida mujassam etadi. Odamlar shunchaki bu haqda o'ylab kasallikni keltirib chiqaradilar. Agar siz doimo shamollashdan qo'rqsangiz, undan qochish uchun nima qilsangiz ham, unga ko'proq moyil bo'lasiz. Qo'rquv bilan irodangiz va asablaringizni falaj qilmang. Xavotir sizni irodangizga qarshi qo'zg'atganda, siz qo'rqqan tajribangizni yaratishga yordam berasiz. Kasalliklari va zaif tomonlari haqida doimo gapiradiganlar bilan haddan tashqari ko'p muloqot qilish ham aqlsizlikdir. Bu masalalarga e'tibor qaratish ongingizga qo'rquv urug'ini ekishga yordam beradi. Sil, saraton yoki yurak kasalliklaridan qo'rqadiganlar bu qo'rquvni o'z fikrlaridan chiqarib tashlashlari kerak, aks holda ular bu nomaqbul holatlarni o'zlariga olib kelishadi. Bemorlar va qariyalarga kelsak, ularga kuchli, ijobiy kayfiyatdagi odamlar bilan o'ralgan yoqimli va qo'llab-

quvvatlovchi muhit kerak, ularni rag'batlantirish va ko'tarish uchun. Ijobiy fikrlar va his-tuyg'ular Fikr katta kuchga ega Kasalxona xodimlari o'ziga bo'lgan ishonchlari tufayli kamdan-kam hollarda kasal bo'lishadi; haqiqatan ham ularning kuchli fikrlari ularni yoshartiradi va ularga doimiy hayot manbai beradi.

Shu sababli, yoshingiz ulg'aygan sari boshqalarga yoshingizni aytmaslik yaxshiroqdir. Buni aytishingiz bilan ular sizning yoshingizni tashqi ko'rinishingizdagi aks ettirishini ko'rishadi va buni sog'liq va hayotiylikning pasayishi bilan bog'lashadi. Qarish g'oyasi xavotirga sabab bo'ladi va odamni hayot va kuchdan mahrum qiladi. Shuning uchun, yoshingizni o'zingiz uchun sir saqlang. Biz o'zimizga o'lmas mavjudotlar ekanligimizni, biz sog'lom ekanligimizni va dunyo yaxshiliklarga to'la ekanligini eslatib turishimiz kerak.

Shuning uchun ehtiyotkorlik qo'rquvdan ustun bo'lishi kerak. Profilaktik choralar ko'rilishi va kasallik sabablarini bartaraf etish va qo'rquvdan xalos bo'lish uchun barcha sa'y-harakatlarni amalga oshirish kerak. Mikroblar hamma joyda shunchalik ko'pki, agar odamlar ulardan qo'rqsalar, hayotdan zavqlana olmaydilar. Barcha zarur tibbiy choralarga qaramay, agar odam o'z uyini mikroskop ostida tekshirsa, ishtahasi va ovqatlanish istagi yo'qoladi.

Nimadan qo'rqsangiz ham, fikrlaringizni undan uzoqlashtiring. Uni Xudoga qoldiring va Unga bo'lgan ishonchingizni mustahkamlang. Ko'p azob-uqubatlar odatda xavotirdan kelib chiqadi. Kasallik hali boshlanmagan bo'lsa ham, nima uchun azob chekasiz? Ko'pchilik odamlarning kasalliklari qo'rquvdan kelib chiqqanligi sababli, qo'rquvdan xalos bo'lish ularni darhol ozod qiladi va shifo darhol bo'ladi. Har kecha,

uxlashdan oldin, o'zingizga shunday deb tasdiqlang: "Xudo men bilan, va kim Xudo bilan birga bo'lsa, qo'rqishga hojat yo'q". O'zingizni Xudoning Ruhi va Uning kosmik energiyalari bilan o'rab oling, sizga hujum qiladigan har qanday mikrobyo'q qilinishiga ishonib. "Ey Xudo, Qodir Tangrim" yoki "Ey Rabbim, Yordamchi" ni to'liq ishonch bilan takrorlash sizni himoya qiladi, kuchaytiradi va o'zingizni qulay va sog'lom his qilishingizga yordam beradi. Agar siz Xudo bilan uyg'unlikda bo'lsangiz, Uning haqiqati sizga oqib keladi va siz o'zingizning tubingizda qiyinchilik va o'lmas ruh ekanligingizni bilasiz.

Qachonki qo'rqsangiz, kaftingizni yuragingizga qo'ying va chapdan o'ngga ishqalab: "Ey Rabbim, bu qo'rquvni mendan olib tashlang va ongim va fikrlarimni har qanday chalg'ituvchi narsadan xalos qiling", deb ayting. Radio shovqinlaridan xalos bo'lishning yo'llari bo'lgani kabi, agar siz doimo yuragingizni chapdan o'ngga ishqalasangiz va doimo yuragingizdan qo'rquvni yo'q qilish g'oyasiga e'tibor qaratsangiz, qo'rquv Xudoning yordami bilan yo'qoladi va siz butun borlig'ingizni to'ldiradigan ilohiy quvonchni his qilasiz.

Qo'rquv har doim inson bilan birga bo'ladi va undan qutulish Xudo haqida o'ylash va Uning borligini his qilish orqali mumkin.

Xudoga ishonib va qilayotgan har bir ishingizda samimiy bo'ling Ko'plab taqlidchilar bor; ularning uzun ro'yxatiga ismingizni qo'shmang Nima qilayotganingizni o'zlashtiring va uni hech kim qilmagan noyob tarzda bajaring Xohish samimiy va iroda bo'lsa, ijodkorlik uchun maydon ochiq Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganingizda barcha tabiat sizga javob beradi

Odamlar ko'pincha o'zlarini birinchi o'ringa qo'yishadi, lekin biz boshqalar haqida o'ylashimiz va ularga qo'limizdan kelganicha yordam berishimiz, o'zimiz xohlaganimizdek ularga ham yaxshilik tilashimiz kerak. Buni ixtiyoriy va chin dildan qilganimizda, mehr-shafqat doiramiz kengayib borayotganini va biz bilan boshqalar o'rtasidagi mehr-oqibat rishtalari chuqurlashib, mustahkamlanib borayotganini his qilamiz.

1000 kishilik muhitda, agar hamma o'zini do'stona tutsa, har bir kishining 999 ta do'sti bo'ladi. Ammo agar o'sha muhitdagi har bir kishi boshqalarga dushman bo'lib o'zini tutsa, har bir kishining 999 ta dushmani bo'ladi.

Sevgi kuchi bilan odamlar qalbini zabt etish - bu hayotda har kim erisha oladigan eng katta g'alabadir. Doim boshqalarning yaxshiligi haqida o'ylashga harakat qiling, shunda butun dunyo sizning oyoqlaringiz ostida ekanligini topasiz. Bu boshqalar uchun yashab, o'lgan buyuk insonlarning eng ulug'vor yutug'i edi. Faqat o'zlari uchun yashaydigan ulkan moddiy kuchga ega bo'lganlar tezda unutilib ketishadi. Ammo boshqalar uchun yashaydiganlar abadiy yodda qoladi. Payg'ambarlar yer yuzida bo'lganlarida oltin taxtlarga ega bo'lmaganlar, lekin ular millionlab odamlarning qalbida sevgi taxtida o'tirishadi. Bu har qanday inson egallashi mumkin bo'lgan eng yaxshi taxtdir.

Inson bu dunyoga yig'lab keladi, boshqalar esa uning kelishidan xursand bo'lishadi. Ular o'zlariga berilgan umr davomida ishlashlari va xizmat qilishlari kerak, toki bu dunyodan ketish vaqti kelganda, ular jilmayib ketishsin, dunyo esa ular uchun motam tutsin.

Xudo bu dunyoni insoniyat o'z aql-zakovatidan foydalanib, ma'naviy bilimlarga ega bo'lishi va ilohiy fikrni tushunishi uchun yaratdi va bu kuch o'ziga va boshqalarga foyda keltirish uchun to'g'ri yo'naltirilishi kerak.

Agar Xudo bizga sevgisini qalbimizga singdirib, muhabbat ato etmaganida, biz hech qachon insoniy sevgini bilmagan bo'lar edik. Xudo bizga juda saxovatli va mehribon bo'lgani uchun, U bizning maqsadimiz va qidiruvimizning maqsadi bo'lishi kerak. U bizga O'zini yuklashni xohlamaydi, lekin U haqida o'ylamasdan va U bilan bog'lanmasdan hech qanday baxtga erishib bo'lmaydi.

Xudo bizni boshqa barcha mavjudotlardan ajratib turadigan tana va ongning sirli ishlashi

Hayotdagi boshqa har qanday mo''jiza va mo''jiza bizni uni izlashga va topishga undash uchun yetarli turtki bo'lishi kerak.

Kim buni chin dildan va halollik bilan bajarsa, u o'z maqsadiga erishadi va muvaffaqiyatga erishadi

Men bu yo'lga qadam qo'yganimda, hayotim dastlab tartibsiz va tartibsiz edi, ammo takroriy urinishlar va tinimsiz harakatlar tufayli bulutlar tarqala boshladi va hamma narsa hayratlanarli darajada aniq bo'ldi. Men bilan sodir bo'lgan hamma narsa Xudoning borligi va bu hayotda U bilan bog'lanish va Uni bilish imkoniyatining rad etib bo'lmaydigan isboti edi. Oh, izlovchi Xudoni topganida boshdan kechiradigan xotirjamlik, xotirjamlik va ichki xotirjamlik! Shunda dunyo yorug' va tabassumli bo'ladi, hamma narsa to'g'ri bo'ladi va hech narsa qalbgga qo'rquv sola olmaydi.

Mana shunday qilib biz qiyinchiliklarga duch kelishimiz va hayot va yorug'lik farzandlariga xos

bo'lgan jasorat va jasorat bilan hayot kurashida kurashishimiz kerak.

Xazinalarni kashf etish

Teacher: Paramhansa Yogananda

Tarjimasi: Mahmud Abbos Masud

Koinotda boylik va boylik konlarini ochib berishga, hisobga olinmagan va biz ilgari hech qachon orzu qilmagan xazinalarni kashf etishga qodir kuch bormi?

Sog'liq, baxt va ma'naviy ma'rifatga intilishda biz murojaat qila oladigan va unga tayanadigan koinotda biron bir kuch bormi?

Ma'rifatli o'qituvchilar bu kuchning mavjudligini tasdiqlaydilar va agar insoniyat ularni ochiq fikr bilan sinab ko'rsa, ular uchun ishlaydigan haqiqat qonunlari va tamoyillarining samaradorligini namoyish etdilar.

Dunyoda muvaffaqiyatga erishish nafaqat mashg'ulotlar va o'zini o'zi ta'minlashga, balki mavjud imkoniyatlardan maksimal darajada foydalanishga bo'lgan qat'iyatga ham bog'liq.

Hayot imkoniyatlari tasodifan kelmaydi; ular yaratiladi va tug'iladi. Insonlar o'zlari uchun mavjud bo'lgan va mavjud bo'lgan barcha imkoniyatlarni yaratganlar (bu hayotda ham, uzoq o'tmishda ham, shu jumladan oldingi hayotlar yoki mujassamlanishlarda ham). Ular bu imkoniyatlarni yaratganliklari sababli, ulardan to'liq va eng yaxshi tarzda foydalanishlari va foyda olishlari kerak.

Agar biz yo'limizda to'siq bo'lishi mumkin bo'lgan har qanday to'siqlarni yengish uchun tabiiy qobiliyatlarimizdan tashqari barcha mavjud tashqi vositalar va resurslardan foydalansak, Xudo bizga bergan kuchlarni rivojlantiramiz:

borlig'imizning tubidan kelib chiqadigan cheksiz kuchlar. Bizda ikkita buyuk kuch bor: aql kuchi va iroda kuchi va biz bu ikkita muqaddas sovg'adan to'liq foydalanishimiz kerak.

Insonning muvaffaqiyati yoki muvaffaqiyatsizligi uning odatiy fikrlash tarzining tabiati va shakliga bog'liq. Inson hayotida qaysi biri kuchliroq: muvaffaqiyat haqidagi fikrlarmi yoki muvaffaqiyatsizlik haqidagi fikrlarmi? Agar fikrlash ko'p vaqt salbiy bo'lsa, vaqti-vaqti bilan ijobiy fikrlar muvaffaqiyatga erishish uchun yetarli bo'lmaydi. Ammo agar inson halol fikrlasa, u izlayotgan narsasini topadi va maqsadiga erishadi, hatto o'zini zulmat qurshab olganini his qilsa ham.

Har bir inson o'zi uchun javobgardir. Qiyomat kunida boshqa hech kim ularning nomidan javob bermaydi yoki hisob bermaydi.

Bizning o'tmishdagi harakatlarimiz bizni joylashtirgan dunyodagi ishimiz boshqa hech kim uddalay olmaydigan narsadir. Va bizning ishimiz faqat boshqa odamlarga qandaydir tarzda xizmat qilgandagina muvaffaqiyatli hisoblanadi.

Hech qanday muammo haqida o'ylamaslik yoki doimiy ravishda qayta ko'rib chiqmaslik kerak. Vaziyatni bir muddat tinch qo'ying, shunda ular o'z-o'zidan hal bo'lishi mumkin. Biroq, odam uzoq vaqt davomida idrok etish qobiliyatini yo'qotadigan darajada uxlamasligi kerak. Dam olish davrlaridan chuqurroq mulohaza yuritish va qalbdagi xotirjam ufqlarga erishish uchun foydalanish kerak.

O'zingiz bilan uyg'unlikda bo'lganingizda, qilayotgan barcha ishlaringiz haqida aniq o'ylay olasiz. Fikrlaringiz tarqoq bo'lib qolsa ham, ularni to'plashingiz va qayta jamlay olasiz. Bu muqaddas uyg'unlikka erishish qobiliyatiga harakat va mashq orqali erishish mumkin.

Muvaffaqiyatga erishish uchun ijobiy fikrlashdan tashqari, iroda, mehnatsevarlik va qat'iyatlilik ham muhimdir. Barcha tashqi ko'rinishlar va hodisalar iroda kuchining natijasidir, ammo bu kuch ko'pincha ongli va oqilona ishlatilmaydi.

Ongli iroda kabi avtomatik iroda ham mavjud va barcha harakatlarning harakatlantiruvchi kuchi qat'iyatlilik yoki irodadir, bu kuchsiz inson yura olmaydi, gapira olmaydi, ishlay olmaydi, o'ylay olmaydi yoki his qila olmaydi. Shuning uchun iroda kuchi barcha harakatlarning harakatlantiruvchi kuchidir va bu faoliyatdan foydalanmaslik jismoniy va ruhiy jihatdan to'liq harakatsizlik va sustlikni anglatadi. Odamlar hatto qo'llarini harakatlantirish uchun ham iroda kuchidan foydalanadilar va bu kuchdan foydalanmasdan yashashning iloji yo'q.

Avtomatik iroda kuchi - bu iroda kuchidan ongsiz ravishda foydalanish. Ongli iroda kuchi - bu qat'iyat va harakat bilan birga keladigan hayotiy energiya; u oqilona va o'ychan yo'naltirilishi kerak bo'lgan kuch generatoridir. Inson o'zini ongsiz, avtomatik iroda kuchidan emas, balki dono, fikrlovchi iroda kuchidan foydalanishga o'rgatganda, u o'z iroda kuchidan zararli maqsadlar uchun yoki arzimas va foydasiz narsalarni sotib olish uchun emas, balki foydali va konstruktiv tarzda foydalanilishini ta'minlashi kerak.

Kuchli va samarali irodani rivojlantirish uchun avval imkonsiz deb o'ylagan ishlarni niyat qilish va bajarishga qaror qilish kerak. Osonroq vazifalardan boshlang va o'zingizga bo'lgan ishonch, kuch va irodangiz o'sib borishi bilan asta-sekin qiyinroq va qiyinroq ishlarni bajarishga harakat qiling.

Birinchidan, yaxshi va olijanob maqsad qo'yilganligiga ishonch hosil qilish va unga barcha kuch va imkoniyatlar bilan erishishga intilish, yo'lida qanday to'siqlar bo'lishidan

qat'i nazar, taslim bo'lmaslik yoki muvaffaqiyatsizlikni tan olishdan butunlay bosh tortish kerak.

Inson biror vazifani darhol o'zlashtirish uchun to'liq irodasini ishga solishi va yangi sarguzashtga kirishdan oldin kuch sarflamasligi yoki ishlarni tugallanmagan holda qoldirmasligi kerak.

Sizga tinchlik bo'lsin

Boshqa odamlarning axloqiy me'yorlarini qanday o'qish kerak

Boshqalarning axloqini o'rganish insonni o'z fe'l-atvorini yaxshilashga yordam beradigan narsalar haqida ko'proq xabardor qiladi. Biroq, axloqni salbiy o'rganish haqiqat va vijdonga ziddir va halokatli oqibatlariga olib keladi.

Hamma boshqalarni fosh qilish va obro'sizlantirishning yagona maqsadi bo'lgan "maxfiy axloq politsiyasi"dan qochadi. Boshqalarni tanqid qilishni yoqtiradiganlarning aksariyati, o'zlarining "sof" vijdonlariga ko'ra, boshqalarda ko'rgan kamchiliklari va kamchiliklariga ega bo'lishlariga qaramay, tanqidga o'zlari chiday olmaydilar.

Xarakterni o'rganish, ayniqsa, bitta asosiy sababga ko'ra muhimdir: biz doimo boshqalardagi yaxshi fazilatlarni kuzatishimiz va o'zimizda shu fazilatlarni rivojlantirishimiz kerak. Men muayyan odamlar bilan muomala qilishim kerak bo'lganda xarakterni o'rganaman. Lekin mening tanlovim butunlay boshqa nuqtai nazardan kelib chiqadi. Ba'zan men qo'pol odamni yonimda bo'lishiga yo'l qo'yaman, umid qilamanki, ular foyda ko'rishadi. Agar ular mening ma'naviy yo'l-yo'riqlarimga o'zlari uchun javob berishsa, ular yaxshi tomonga o'zgaradilar;

agar bo'lmasa, men qo'limdan kelganini qilgan bo'laman.

Men bemorga yordam berish uchun o'zini kasallikka duchor qiladigan shifokorga o'xshayman. Barcha shifokorlar bu tavakkalni o'z zimmalariga olishadi, chunki ular xizmat qilish va yordam berishni xohlashadi. Ruhiy shifokor haqida ham shunday deyish mumkin. U boshqalarni tekshirish va ularning zaif tomonlari va azoblarini ko'rsatishni o'z zimmasiga oladi, bu ularga ruhlarini yaxshilashga yordam beradi.

Iso alayhissalom: "Hukm qilmang, aks holda sizlar ham hukm qilinasizlar" degan (va Qur'onda biz o'qiymiz: "Albatta, ba'zi shubhalar gunohdir"). Bu yomon niyat va boshqalarga zarar yetkazish istagi bilan qo'zg'atilgan tanqidni aniq qoralashdir. Bunday xatti-harakatlar qo'pol bo'lib, odamlar o'rtasidagi do'stlik va mehr-oqibat muhitini buzadi. Tanqid chinakam sevgi bilan va boshqa odam xohlasa, mutlaqo foydasizdir. Uni faqat o'sha odamga yordam berish niyatida berish kerak. O'zini tuta bilishni o'rganganlar boshqalarga yordam berish huquqiga ega. Shu nuqtai nazardan, axloqni o'rganish ham samarali, ham foydalidir.

Xarakterni o'rganishning bir sohasi fiziognomiyaga asoslangan. Insondagi barcha ko'zga ko'ringan xususiyatlar uning tanasida aniq aks etadi, deyiladi. Bu bayonotni umumlashtirib bo'lmaydi, chunki barcha fiziologik xususiyatlar yoki namoyon bo'lishlar psixologik hayotni aniq bashorat qila olmaydi.

Aristotel fe'l-atvorni tushunish uchun qo'llanma sifatida fiziognomiyani o'rgangan. Hind ustozlari yanada chuqurroq va chuqurroq borishadi. Ularning aytishicha, inson hayotining asosiy g'oyalari ko'zlarda namoyon bo'ladi. Va ko'zlar qalbning eng ichki

sirlarini - nafaqat bu hayotning, balki o'tmishdagi mujassamlanishlarning ham - ochib bersa-da, faqat ma'rifatli ustozning ongi bu tushunchalarni o'qiy va tahlil qila oladi.

Ba'zan siz yo'lda ketayotganingizda, to'satdan o'tib ketayotgan odamning ko'zida bir narsani payqaysiz va vaziyatga qarab o'zingizga: "Men u odam bilan o'zimni noqulay his qilyapman" yoki "Menga bu odam yoqadi" deb aytasiz.

Ko'zlar butun voqeani hikoya qiladi. Qo'rquv, g'azab, hasad, ochko'zlik, saxovat, sevgi, jasorat, ma'naviyat va barcha yaxshi va yomon fazilatlar ko'zlarda aks etadi. Maxfiy agentlar yuz mushaklarini nazorat qila oladilar, shunda ularning ifodalari niyatlarini oshkor qilmaydi. Lekin ular ko'zlaridan shubhani yashira olmaydi yoki olib tashlay olmaydi (shuning uchun ba'zilar qora ko'zoynak taqishadi!). Biroq, yogining ko'zlari hali ham shunday, chunki u xotirjam, osoyishta ilohiy ruh haqida o'ylaydi.

Har bir yuz va tana xususiyati o'rganilgan. Hatto boshdagi ko'zga ko'ringan tepaliklar ham tahlil qilingan. Ammo tashqi ko'rinish har doim ham butun voqeani aytib beravermaydi va turli madaniyatlar o'z kuzatuvlari va tadqiqotlaridan turli xulosalar chiqaradilar. Ba'zilarning aytishicha, ortiqcha vaznli odamlar zavq izlovchi va ishlashni istamaydigan, ozg'in odamlar esa ma'naviyroq.

Sezar Kassiydan ehtiyot bo'lgan, uni o'z hokimiyatiga tahdid deb bilgan. Ba'zi yozuvchilar ozg'in odamlar juda ko'p o'ylashadi, shuning uchun ularda go'sht yetishmaydi, degan nazariyani ilgari surganlar. Biroq, tarix shuni ko'rsatadiki, ham ozg'in, ham semiz odamlar yaxshi hukmdor bo'lganlar.

Agar siz hozir doimiy ravishda ortiqcha vaznga ega bo'lsangiz, demak, ilgari ko'p marta ortiqcha

vaznga ega bo'lgansiz (avvalgi mujassamlashuvlarda). Yoki agar siz doimiy ravishda ozg'in bo'lsangiz, demak, o'tmishdagi bir nechta mujassamlashuvlarda ham shunday bo'lgansiz. Siz o'tmishdan (ortiqcha vazn yoki ozg'inlikka) moyillikni meros qilib olgansiz. Va nima yeyishingizdan qat'i nazar, bu fikrlash tarzi dominant bo'lib qoladi va o'zini namoyon qilishga ko'proq qodir.

Fiziognomiya, inson tabiatini talqin qilishga qaratilgan fan sifatida, agar insonning ko'plab mujassamlanishlari davomida uning ongidan o'tgan barcha fikrlar uning tanasida namoyon bo'lishini hisobga olsak, haqiqiy fan hisoblanadi. Biroq, buning uchun o'sha odamda fiziognomiyaning xususiyatlarini to'liq va aniq ajratib olish uchun ma'rifatli ruhiy ustozning o'tkir sezgisi talab etiladi.

Masalan, Sokrat juda xunuk edi. Bir kuni u buyuk munajjimga duch keldi va u unga: "Sokrat, sen men ko'rgan eng yomon va eng yovuz odamsan", dedi. Sokratning shogirdlari munajjimga juda g'azablanishdi, ammo ularning ustози shunday javob berdi: "To'g'ri aytasiz, men ilgari bularning barchasida edim, lekin hozir bu jirkanch fazilatlarni donolik bilan yengib chiqsam ham, qilgan ishlarim hali ham bu tanada muhrlanib qolgan, bu esa uni jirkanch ko'rsatadi".

(Bu bizga asrlar davomida eng taniqli arab yozuvchilaridan biri bo'lgan Abu Bahr al-Jahizning paydo bo'lishini eslatadi, u haqida shunday deyilgan :)

Agar cho'chqa ikkinchi marta o'zgartirilsa ham, u baribir Al-Jahiznikidan unchalik xunuk bo'lmaydi.

Do'zax o'rnini bosuvchi odam; u har bir burchakdagi chang zarrasidir (e'tibor bering)

Hech bir ikki yuz bir-biriga mutlaqo o'xshash emas. Har bir yuz bu hayotda va avvalgi hayotlarda namoyon bo'lgan fazilatlar va xususiyatlar tufayli farq qiladi. Bu shunchaki odamlarni hozirgi ko'rinishiga, yoqimli yoki yoqimsizligiga qarab yaxshi yoki yomon deb baholash emas. Assisilik Avliyo Fransisk jismonan jozibali emas edi, uning shogirdi, birodar Makedoniy esa kelishgan odam edi. Ammo Makedoniy Avliyo Fransiskda bo'lgan buyuk ma'naviy go'zallikka ega emas edi.

Fiziognomiya bilan bog'liq yana bir tadqiqot sohasi patognomiyadir: insonning his-tuyg'ularini yoki ularning his-tuyg'ularini imo-ishoralar, yuz ifodalari va tana harakatlari orqali ifoda etish usulini talqin qilish hamda ularning muayyan hodisalarga bo'lgan munosabatini o'rganish orqali.

His-tuyg'ular va odatlar insonning subyektiv xususiyatlarini ko'rsatadi, ammo ko'pchilik odamlar o'zlarini boshqalarga oshkor qilishni istamagani uchun o'zlarining haqiqiy his-tuyg'ularini yashirish qobiliyatini rivojlantirganlar.

Ikki er xotinlarining birga cho'kib ketgani haqidagi xabarni eshitishdi. Biri chuqur qayg'u ko'rsatdi, ikkinchisi esa jim qoldi. Biroq, tashqi ko'rinishda qayg'u ifoda etgan kishi aslida xotinini yuz ifodalari orqali hech qanday qayg'u ko'rsatmagan eridan kamroq sevardi. Shunday qilib, patogenez - haqiqiy his-tuyg'ular va reaksiyalarni tushunish - juda chuqur tadqiqot sohasidir.

Odamlarni his-tuyg'ulari va tashqi ko'rinishiga qarab aniqroq va ishonchliroq tahlil qilish mumkin. Men eng aniq va ishonchli tahlil uchun ikkala usulni ham birlashtiraman. Menga trening uchun kelganlarning barchasi ongi va his-tuyg'ulari qanday munosabatda bo'lishini ko'rish uchun muayyan

vaziyatlarga joylashtiriladi. Agar ular salbiy munosabatda bo'lsalar, men ularni tuzatishga harakat qilaman. Lekin men buni faqat odam mendan maslahat so'rsa va menga ularni boshqarish uchun vakolat va ruxsat bersa qilaman.

Ba'zi odamlar G'arb musiqachilari odatda juda hissiy bo'lganligi sababli hissiy jihatdan bog'lanib qolishadi va G'arb musiqasining katta qismi insoniy sevgi hikoyalari atrofida aylangani uchun hissiydir. Hindistonda musiqa Xudo tushunchasi atrofida markazlashgan va bu uning hissiyot bo'ronlarini tinchlantirish va chuqur ma'naviy xotirjamlik olib kelish qobiliyatining siri. Bu barcha G'arb musiqachilari hissiy yoki barcha hind musiqachilari ma'naviy degani emas, garchi ular ehtimol shunday bo'lsa ham. Musiqachi uchun sanskritcha so'z "Xudoni ulug'lovchi" degan ma'noni anglatadi.

Hissiy odamlar bilan muomala qilganda, siz ularga kamdan-kam hollarda ishonishingiz yoki ularning izchilligiga ishonishingiz mumkin. Bugun ular siz bilan, ertaga esa ular sizni tark etishadi yoki sizga qarshi chiqishadi. Men odamlarning monastirga kelib, bir necha kun ichida sizni o'zlarining namunali sadoqatiga ishontirishga harakat qilayotganini ko'rganman, lekin qisqa vaqtdan so'ng ular yo'q bo'lib ketishadi va siz ularni boshqa hech qachon ko'rmaysiz.

Do'stlikni buzish va uning muqaddasligini buzishdan ko'ra menga hech narsa zarar yetkazmaydi. Do'stligimni kimgadir bersam, uni hech qachon qaytarib olmayman.

Mexanik va fikrlovchi odamlar turlarini farqlash oson. Birinchisi harakat qilishni xohlaydi, ikkinchisi esa o'ylashni va mulohaza qilishni xohlaydi. Ikkalasi ham kerak. Mexanik turlari darhol harakat qilishni

xohlaydi va shuning uchun o'z energiyasini ma'naviy boyituvchi faoliyatga yo'naltirishda ularga yo'l-yo'riq ko'rsatadigan odamga muhtoj. Ikkala turga ham uyg'un muvozanatga erishishga yordam berish uchun men mexanik turiga ko'proq meditatsiya qilishni va o'ylashni maslahat beraman, fikrlovchi turiga esa ko'proq mulohaza yuritishni va harakat qilishni maslahat beraman.

Ortiqcha ovqatlanish, chekish va spirtli ichimliklar ichish kabi yomon odatlarga berilib ketganlarga ehtiyotkorlik bilan munosabatda bo'lish kerak, chunki ularning istaklarini qondirishiga to'sqinlik qilish faqat g'azabni keltirib chiqaradi. Agar siz ochko'z odamdan ovqatni tortib olsangiz, u xafa bo'lib qoladi. Agar ular chinakam yaxshilanish istagini ko'rsatmasa, bu qullarga aql-idroklariga yordam berish befoyda.

Ruhiy muvozanatga ega bo'lganlar Xudoni tan oladilar. Koinot Parvardigori ruhiy muvozanat taxtida o'tiradi. Va bu muvozanat orqali insoniyat mukammal tinchlikdan bahramand bo'ladi.

Hind falsafasiga ko'ra, har bir inson uchta asosiy fazilatdan biri bilan boshqariladi:

Satva: Bu to'g'ri ovqatni oqilona iste'mol qiladigan, yaxshi odatlarni rivojlantiradigan va Xudoni sevadigan ma'naviy odamlarning xususiyatidir.

Rajas: Bu doimiy faol bo'lgan, o'limigacha ishlashda davom etadiganlarga xos xususiyatdir.

Tamas: Bu hayotlarini janjal, g'azab, hasad, shahvoniy zavqlarga berilish, sustlik va odamlar orasida tartibsizlik va betartiblik yaratish bilan to'ldiradiganlarga xos xususiyatdir.

Ma'naviy taraqqiyotga to'sqinlik qiladigan har qanday odatni yengish kerak va izlovchi o'z fikrlari va harakatlarning xo'jayini bo'lishi kerak. Ularning yaxshiligi qayerda ekanligini juda kam odam biladi.

Quyidagi usuldan foydalanib, siz istalgan odamni hukm qilishingiz mumkin. Barcha odamlarning to'qson to'qqiz foizi bu sinovdan o'ta olmaydi: kimdirdan o'z manfaatlari uchun biror narsa qilishni so'rang va ular buning aksini qilishadi. Nima uchun? Chunki ular o'z xohishlariga qarshi turishga kuchlari yetmaydi. Ularning dunyoviy odatlari chuqur ildiz otgan va kuchli. Ko'pincha odamlar siz taklif qilgan narsani - hatto bu o'z manfaatlari uchun ekanligini bilsalar ham - ularga ta'sir qila olmasligingizni isbotlash uchun qilmaydi. O'zini takomillashtirishni istaganlar o'zini tuta oladigan va xotirjam bo'lganlar bilan muloqot qilishlari kerak. Yuqori ma'naviy mavqega ega bo'lganlar bilan aloqa o'rnatishga harakat qiling, shunda siz katta foyda ko'rasiz. Zaiflar kuchlilar, hatto eng kuchlilar bilan ham muloqot qilishlari kerak! Kurashchi faqat o'zidan kuchliroq odam bilan kurashish orqali kuchayadi.

Ba'zilar ayol mushuk kabi ayyor deyishadi. Lekin erkak ham tulki kabi ayyor bo'lishi mumkin. Mushuk uy hayvoni kanareykani yeydi va keyin meditatsiya qiluvchi yogi yoki hurmatli oqsoqol kabi jim o'tirib, o'sha jirkanch ishda o'zini begunoh qilib ko'rsatadi.

Ba'zi odamlar boshqalarning tinchligi va baxtini buzishdan zavqlanishadi. Ularning maqsadi bezovta qilish va asabiylashtirishdir va ular yirtqich bo'rilar kabi o'zini tutishadi, jamiyatda janjal va janjallarni qidirib yurishadi, tinchlikni buzmaguncha va keskin muhit yaratmaguncha tinchlik topmaydilar.

Ba'zi odamlar doim gangib yuradigan joylarga o'xshar edi. Avval inson yaratilgan, keyin esa xudo Tuashtari oyning muloyimligini, g'oz ko'krigidan olingan momiqning yumshoqligini, gullarning yangiligini va joylarning shovqinini olib, bularni birlashtirib, ayol yaratgan, deyishardi. Erkakning

quvonchini so'z bilan ifodalab bo'lmas edi. Ammo bir muncha vaqt o'tgach, u Tuashtarining oldiga borib: "Qanday go'zal jonzot! Men uni chin dildan qadrlayman, lekin u tinimsiz gapiradi va mening hayotimni baxtsiz qildi", dedi. Ikki oy o'tgach, erkak Tuashtarining oldiga qaytib: "Men juda xafa bo'ldim, iltimos, ayolni menga qaytaring", dedi. Keyin, bir muncha vaqt o'tgach, u yana kelib: "Iltimos, uni mendan oling", dedi. Ammo bu safar Tuashtari: "Men xohlamayman! Siz uni saqlab qolishingiz kerak!", deb javob berdi.

Bechora! U u bilan yashay olmasdi, lekin usiz ham yashay olmasdi!

Ayollar ham erkaklardan shikoyat qilishlari mumkin. Agar erkaklar va ayollar bir-birlarining tabiatini tushunmasalar, ular bilmagan holda va ahmoqona ravishda bir-birlarini azoblaydilar. Ular Xudoning nazarida tengdirlar. Hech bir erkak ayolsiz tug'ilmaydi, ayol ham erkaksiz tug'ilmaydi. Ularning tashqi va ichki fazilatlari o'rtasida muvozanatni yaratish ikkalasining ham burchidir. Erkaklar hissiyotdan ko'ra ko'proq aql bilan boshqariladi, ayollar esa aqldan ko'ra ko'proq hissiyot bilan boshqariladi. Ikkalasi ham har tomonlama rivojlangan va to'liq shaxs bo'lish uchun aql va hissiyot o'rtasida psixologik muvozanatga erishishga intilishlari kerak.

Ba'zi odamlar — Xudo meni bu gaplarim uchun kechirsin — eshaklar kabi o'zini tutishadi. Shahvoniy qullikning oqibatlaridan uzoq va uzoq azob chekishlariga qaramay, ular o'jarlik va qat'iyat bilan yomon odatlarini oziqlantirishda davom etadilar. Aftidan, ularning xotiralari juda yomon. Ular shahvatparastliklarining og'riqli oqibatlarini tezda unutishadi va o'z tajribalaridan hech narsa

o'rganishmaydi. Bu jihatdan ular chorva mollariga o'xshaydi, yoki undan ham yomonroq!

Tabiatda har xil hayvonlar har qanday his-tuyg'u va xususiyatni ifodalaydi. Ammo insoniyat ularning barchasini o'zida mujassam etgan. Inson ilon, bo'ri, tulki yoki sher kabi harakat qilishi mumkin. Bizning ichimizda do'zax manbai yoki jannat manbai yotadi. Biz fikrlarimiz, so'zlarimiz va amallarimizda farishtalik fazilatlari va olijanob fazilatlarni tobora ko'proq namoyon qilishni o'rganishimiz kerak.

Ko'zlar, his-tuyg'ular va jismoniy xususiyatlarni tahlil qilish orqali xarakterni o'rganish mumkin bo'lsa-da, biz tushuntirganimizdek, eng buyuk, eng ulug'vor va eng aniq usul xarakterni ichki ko'rish yoki intuitiv tuyg'u yordamida o'rganishdir. Agar his-tuyg'ularingiz va ongingiz xotirjam bo'lsa, siz uchrashgan yoki muloqot qilgan har bir insonning tabiatini u yoki bu tarzda his qila olasiz va his-tuyg'ularingiz intuitiv va rostgo'y bo'ladi va hech kim sizni alday olmaydi yoki chalg'it olmaydi.

Mening vazifam - har qanday odamlarni o'qitish va yordam uchun kutib olish. Birovning salohiyatini bitta soha bilan cheklab qo'yish va uni faqat bitta nuqtai nazardan tahlil qilish adolatsizlikdir. Lekin bu odam o'zgaradimi yoki o'zgarmaydimi, idrok sizga shunchaki ularning ko'zlari, his-tuyg'ulari yoki yuz ifodalarini kuzatishdan ko'ra ko'proq narsani aytib beradi, tabiatidan qat'i nazar. Idrok eng katta analitik kuchdir. Xuddi oyna oldida turgan narsani aks ettirgani kabi, ongingiz ham oyna xususiyatiga ega bo'lganda, siz boshqalarning asl fazilatlarni qalbingiz oynasida aks ettirilganini ko'rasiz.

Agar siz boshqalarga yordam berishga harakat qilsangiz, mulohaza qilsangiz va xotirjamlikni saqlasangiz, sizga murojaat qilgan yoki siz bilan

muloqot qilgan har bir kishining asl fe'l-atvori aniq va xira bo'lmaydi. Sizga tinchlik bo'lsin

**Umumjahon donolik dengizidan olingan
marvaridlar**

Asabiylikdan xalos bo'lish uchun ichki xotirjamlikni
rivojlantirish kerak

Tabiiy xotirjamlikka ega bo'lgan inson har qanday
vaziyatda ham muvozanatni saqlaydi va xotirjamlikni
saqlaydi. Ular, shuningdek, his-tuyg'ularning ularni
boshqarishiga va noto'g'ri qarorlar qabul qilishga undashiga
.yo'l qo'ymaydi

U imkoniyatparastlar tomonidan noloyiq foyda olish
.uchun ishlatiladigan gulli, shirin gaplarga aldanmaydi
Tabiiy xotirjamligi tufayli u kamdan-kam hollarda
aldanadi yoki adashadi. Darhaqiqat, uning yuragi u bilan
muomala qilayotgan odamlarning asl mohiyatini ochib beradi
.va ularning niyatlarini ajoyib aniqlik bilan ochib beradi
U qon aylanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadigan g'azab va
.qo'rquv bilan tana to'qimalarini zaharlamaydi
G'azablangan ona tomonidan ishlab chiqarilgan ona suti
bolaga zararli ta'sir ko'rsatishi isbotlangan haqiqatdir. Kuchli
his-tuyg'ular tanaga zarar yetkazishi va uni yo'q qilishi
.mumkinligiga ko'plab dalillar mavjud
Muvozanat go'zal va u bizning his-tuyg'ularimiz,
fikrlarimiz va harakatlarimizning asosi hamda hayotimiz
.aylanadigan o'q bo'lishi kerak

* * *

Ong miya, his-tuyg'ular va barcha tirik hujayralarni idrok
etishdan iborat bo'lgani uchun, u inson tanasini faol va
.hushyor yoki sust va tushkun holatda ushlab turishi mumkin
Aql hukmronlik qiladi va barcha hujayra subyektlari
hukmron xo'jayinning kayfiyatiga mos ravishda harakat
.qilishadi

Kundalik ovqatimizning ozuqaviy qiymatiga g'amxo'rlik
qilganimiz kabi, har kuni ongimizga beradigan psixologik
.ozuqalarga ham e'tibor berishimiz kerak

* * *

Tabiatda sodir bo'ladigan va o'zi bilan birga
vayronagarchilik, vayronagarchilik va ommaviy zarar
keltiradigan pandemiyalar, ofatlar va zo'ravon o'zgarishlar
."ilohiy farmon" emas

Bu ofatlar inson fikrlari va xatti-harakatlari tufayli
yuzaga keladi. Dunyodagi yaxshilik va yomonlikning
tebranuvchi muvozanati insonning yomon niyatlari va
noto'g'ri harakatlari tufayli zararli to'lqinlar va
tebranishlarning to'planishi bilan buzilgan joyda betartiblik
.hukm suradi va keng ko'lamli vayronagarchilik sodir bo'ladi
Insoniyat o'zining noto'g'ri fikrlash va xatti-harakatlarini
tuzatmaguncha, dunyo urushlar, falokatlar va fojialardan
aziyat chekishda davom etadi. Urushlar ilohiy taqdir sifatida
emas, balki keng tarqalgan moddiy xudbinlik tufayli sodir
bo'ladi. Agar odamlar individual, sanoat, siyosiy, ma'naviy va
milliy xudbinlikdan xalos bo'lishsa, urushlar yo'q bo'lib
.ketadi

Moddiy ruh inson ongini egallab, fikrga hukmronlik
qilganda, u shaffof salbiy nurlanish chiqaradi. Bu salbiy
tebranishlarning kumulator kuchi tabiatning elektr
muvozanatiga jiddiy zarar yetkazadi, zilzilalar, suv
.toshqinlari va boshqa ofatlarga sabab bo'ladi
Xudo bunga javobgar emas. Tabiatni boshqarish
mumkin bo'lishidan oldin insoniy g'oyalar nazorat qilinishi
.kerak

* * *

Ma'naviy tabiatga ega fikrlar va so'zlar cheksiz donolik
.va ilohiy sevgini taratuvchi qimmatbaho toshlardir
Ruhning har bir nafis ifodasi oddiy ongning arzon
metallini Xudoga yaqinlik va Uning borligini his qilish oltiniga
.aylantiradigan faylasuf toshiga o'xshaydi

Inson uchun unutuluvchanlik uyqusidan ruhning
.uyg'onishigacha bo'lgan ongini uyg'otish vaqti keldi
Ey Rabbimiz, biz Sendan xabardorligimizni johillik va tor,
cheklangan fikrlar tubidan tinchlik, yorug'lik, sevgi va
.umuminsoniy mehr-shafqat ufqlariga ko'tarishni so'raymiz

* * *

:Muvaffaqiyatga erishish uchun
Avvalo, maqsadingizni aniqlang va Xudodan sizni ushbu
maqsadga erishishga olib boradigan to'g'ri yo'ldan borishga
.ilhomlantirishini so'rang va mulohaza qiling
Keyin olgan ichki ko'rsatmalaringizga muvofiq harakat
qiling, shunda maqsadingizga erishasiz
Ong xotirjam bo'lganda, narsalar tiniqroq va ravonroq
bo'ladi va muvaffaqiyatga tezroq erishiladi, chunki kosmik
kuchning ishlashini to'g'ri qonunni qo'llash orqali isbotlash
.mumkin

* * *

Odamlar bilan muomala qilishda xushmuomalalik va
xushmuomalalikdan foydalanish kerak. Bu ikkiyuzlamachilik
.emas, balki boshqalarning his-tuyg'ulariga hurmat
Inson tosh emas, balki fikrlovchi va ongli mavjudotdir va
.odamlarga jonsiz toshlardek munosabatda bo'lmaslik kerak
Doim boshqa odamlarning ishlari bilan band bo'lgan
odam muammolar manbaiga aylanadi
Agar aytmoqchi bo'lgan gapingiz ijobiy natija bersa va
boshqa odam uni qabul qilsa, unda buni ochiqchasiga ayting.
Biroq, ba'zida aytmoqchi bo'lgan odamingiz buni eshitishni
.istamaydi va siz xohlagan narsaning aksini qiladi
Inson boshqalar bilan til topisha olganda, u xushbo'y
.atirgulga o'xshaydi
Atirgul bog'i yonidan o'tayotganingizda, ba'zan atirgul,
yasemin yoki gardeniyalarning hidini sezasiz va: "Voy! Bu
.hidlar naqadar yoqimli!" deb aytasiz
Yaxshi qalblar bilan ham shunday bo'ladi, ularning
olamiga kirishingiz bilan ularning hayotining xushbo'y hidi

sizni o'rab oladi. Bu ruhni yuksaltiradigan va uning
.xabardorlik darajasini oshiradigan xushbo'y hid
Agar siz yoqimsiz hid yaqinidan o'tsangiz, u yerda
qolishni xohlamaysiz
Jahldor, janjalkash, tajovuzkor va bahsli odam bilan
uchrashganingizda, u chiqaradigan yoqimsiz hid tufayli u
.bilan qolishni xohlamaysiz

* * *

Ko'pchilik hayotni umuman tushunishga harakat
qilmaydi
Ular hech qanday maqsadsiz mexanik hayot kechirishadi
va yerdagi hayotlari tugagach, bu dunyoni ongsiz ravishda
.tark etishadi

Biz avtomatik ravishda ishlaydigan mashinalar kabi
shunday yashashimiz kerak emas, balki hayotning maqsadini
.topishimiz va unga erishishimiz kerak

Yosh ham, qari ham omon qolish uchun kurashishlari
kerak. Ko'pchilik abadiy haqiqatlarni izlamaslik uchun
o'zlarini oqlaydilar va: "Bizning harakatlarimizni bu ideallar
bilan yarashtirishimiz mumkin emas", deyishadi. Shunga
qaramay, ular ovqatlanishda va kundalik ishlari haqida
.o'ylashda hech qanday qiyinchilikka duch kelmaydilar
Tahlil qilib ko'rsak, har bir insonning tabiati uch qismdan
iborat ekanligini aniqlaymiz: jismoniy, aqliy va ma'naviy.

Odamlar hayotlarini hayotning moddiy ehtiyojlarini
ta'minlashga sarflashadi va bundan boshqa hech narsa
qilishmaydi, balki inson farovonligi ham uning intellektual va
.ma'naviy ehtiyojlarini qondirishda yotadi

Shuning uchun biz hayotimizni soddalashtirishimiz va
baxtli, tinch va xotirjam yashashimiz, ehtiyojlarimizni tahlil
qilishimiz va kamaytirishimiz hamda keraksiz istaklarni
yaratmasdan bu ehtiyojlarni qondirishning to'g'ri va qonuniy
yo'lini bilishimiz kerak, chunki ko'plab istaklar ko'plab
.muammolarni keltirib chiqaradi

* * *

Cheklov zanjirlari va erkinlik kalitlari barchasi ong
.katakombalarida yotadi

* * *

Ey Rabbim, men Sening huzuringdagi jannatga
.muhabbat va sog'inchga to'la qalb bilan kiranman
Mana mening yonayotgan orzularim qalbim eshiklarini
ochadi va meni sizning yorqin ilohiy nuringizni ko'rishning
.buyuk zavqiga to'ldiradi

* * *

Umumiy qoida sifatida, men buyruq berishni
yoqtirmayman, chunki siz kimdandir biror narsani qilmaslikni
.so'rashingiz bilan, u odam uni bajarishda turib oladi
Shuning uchun, men inson faqat o'zini buyurishi yoki
taqiqlashi kerakligini taklif qilaman. Taqiqlangan meva
dastlab shirin ta'mga ega, ammo oxirida uning ta'mi achchiq
bo'ladi. Shuning uchun ehtiyot bo'lish va hech kimning
.erkinligi va baxtini o'g'irlashiga yo'l qo'ymaslik kerak

* * *

Xudo bizni eslamasak ham, bizni eslaydi. Agar U
yaratilishni bir lahzaga ham unutsa, hamma narsa yo'q bo'lib
.ketadi

Xudodan boshqa kim bu Yerni kosmosda suzib yurgiza
oladi? Va yana kim daraxtlar o'sishiga va gullarning
?gullashiga sabab bo'la oladi
Ha, qalbimizni urib turadigan Xudodir. U har kuni
ovqatimizni hazm qiladi va tanamiz hujayralarini yangilaydi.
Ammo Uni eslaydigan va Unga munosib tarzda shukr
!qiladiganlar qancha kam

* * *

Yuqori atmosfera orqasida
Quyosh nurlari va hujayralar pulsining orqasida
Yurak urishi va pichirlangan fikrlar ortida
Men ibodat qiladigan fikrlar ortida
Sog'inch to'lqinlarim ortida
Va materialni yashirish ortida

Sen borsan, ey Mutlaq Cheksiz
Jonim seni sog'inadi
Siz shunchaki yulduzlarning eng chekkasida emassiz
Aksincha, bu mening his-tuyg'ularimning titrashida
U mening fikrlarimda porlaydi
Bu mening irodamni qat'iyat va hayotiylik bilan
charxlaydi

Men sizning muborak teginishingizni his qilyapman
Va qalbim tubida sizning huzuringizdan xursandman

* * *

Moviy pardaga chizilgan tog 'manzaralari
Inson tanasining aql bovar qilmaydigan mexanizmi
Va chiroyli shakllangan gullar
Va yaxshi qalblarning oliyjanoblighi
Va yuksak g'oyalarning ulug'vorligi
Va sevgining chuqurligi
Ularning barchasi bizga ulug'vor Yaratguvchini eslatadi
Va nihoyatda go'zal

* * *

Sevgi oltin binodir
Abadiyat Shohi tomonidan qurilgan
Butun kosmik oila uchun
Sevgi yashirin olovdir
Ilohiy amr bilan erigan
Koinotdan qo'pollik
Va u ko'rinmas moddaga aylanadi
Abadiy sevgidan
Sevgi to'xtamasdan va uzilishlarsiz oqadigan daryoga
o'xshaydi

Kamtar va halol qalblar yurtida
Lekin u o'zini qalblarning toshga aylangan qoyalariga
o'rab oladi

Mag'rurlik, xudbinlik va mag'rurlik bilan
Chunki u buni yengib o'tolmaydi
Va undan o'tib ketish

* * *

Xudoni bilganlarning xohishi yo'q
O'zlarini boshqalarning qalbiga joylashtirish uchun
Yoki ular ajoyib ko'rinadi
Chunki ularning yagona istagi ma'naviy ongni
uyg'otishdir
Xohlovchilarning qalbida
Va ularning ilhomi Xudoni sevish va Unga murojaat
qilishdir

* * *

Bir paytlar soqov bir kishi asal yeb o'tirgan ekan, kimdir
.undan asalning ta'mi haqida so'rabdi
Soqov gapira olmasa ham, savol beruvchiga asalning
.ta'mi shirin ekanligini tushuntiradigan harakatlar qildi
Xuddi shunday, ong yuqori ong holatiga kirib, cheksiz
mavjudlik to'liqligiga tegsa, u Xudo bilan aloqada ekanligini
va bu tajriba yoqimli ekanligini biladi, ammo bu aloqaning
holatini so'z bilan ifodalashning iloji yo'q, bu ta'riflab
.bo'lmaydigan darajada
Og'riq odam uchun haqiqiy bo'lsa-da, u baribir og'riq
tuyg'usini boshqalarga yetkaza olmaydi, toki ular uni aynan
.u his qilganidek his qilsinlar
Bu yuqori ma'naviy idroklarga tegishli. Ular hech kim
.so'z bilan ifodalay olmaydigan narsadir
Xudo haqidagi bilimga faqat shaxsiy tajriba orqali
erishish mumkin

* * *

Tongning qalbidan sizga qurbonlik sifatida yorug'lik
gullarini uzib oldim
Va siz ertalabki ma'badda hushyorlik chiroqlarini
yoqdingiz
Ma'naviy xotirjamlikka to'lgan kishi
Va men sizning muborak yuzingizni ko'rdim
U soyalar ortidan ko'rinadi

Menga tikilib turgan va hali ham tikilib turgan o'sha
sevimli yuz
Asrlar davomida mehr-oqibat va rahm-shafqat bilan
Men endi taqdirni ayblamayman
Seni mendan uzoqlashtirgan zulmat o'zim yaratgan
narsadir
Endi sof quvonchingiz oynasida
Men o'zimni ko'raman va bilamanki, mening mohiyatim
cheksiz quvonchdir
Men sevgimni abadiyligingning muqaddas joyiga to'kib
tashlayman
Va men sizga intizorlik bilan qalbimning madhiyalarini
ko'taraman
Va men sizga yuragimning eng chuqur tuyg'ularini
ishonib topshiraman
Buyuk sevgi va doimiy sog'inchdan
* * *

Yaxshi ishlar qilgani uchun boshqalar tomonidan tanqid
qilinganlar baxtlidir, chunki olijanoblik va qadr-qimmat bilan
.yashab, o'ladiganlarni abadiy saodat jannati kutmoqda
Xudbinlik, imkoniyatparastlik, hasad va adovat bilan
boshqariladigan, yaxshilik qilishda faol bo'lganlarga zarar
!yetkazishga harakat qiladiganlarning holiga voy
Masxara, kinoya, g'iybat, qasos, xurofot va yolg'on -
bular o'z egasiga qaytadigan va unga eng katta zarar
.yetkazadigan zaharlangan yovuzlik nayzalaridir
* * *

Xudodan chiqadigan ong va energiyadan kelib
chiqadigan hislar bizga dunyoni ko'rsatadi va ruhni o'z
manbasidan va boshqa yaratilishlardan alohida mavjudot
.sifatida tasvirlaydi
Jismoniy tana ruhni qamoqqa olgan, bu esa
umuminsoniy ruhning aksidir. Unutuvchanlikdan aziyat
chekkan ruh endi o'zining ilohiy mohiyatini eslamaydi, balki
jismoniy tanasini o'zining asl o'zi deb biladi. Shuning uchun u

o'zining barcha kamchiliklarini qabul qiladi va o'zining cheklovlari va kamchiliklarini o'ziga bog'laydi. Bunday .holatdagi ruh "ego" yoki "men" deb ataladi
Lekin bu "ego" yoki bu kichik, cheklangan "men"
o'zining tana bilan aloqasi vaqtinchalik ekanligini va o'lmas, o'lmas mohiyatga ega ekanligini anglaganida, uni ruh deb .atash mumkin
Uning o'zining asl tabiati haqidagi xabardorligi qanchalik ko'p mustahkamlansa va ongi qanchalik ko'tarilib, kengaysa, u kosmik ong bilan chambarchas bog'liqligini va butun insoniyat uning global oilasi ekanligini shunchalik ko'p his .qiladi

* * *

Biz Uning sovg'alaridan bahramand bo'lar ekanmiz,
Sovg'alar Beruvchini unutmasligimiz kerak
Minnatdor qalb ongda ma'naviy o'sish va hayotdagi yaxshi narsalarning oqib o'tishi uchun yo'l ochadi, chunki .kanal ochilishi bilanoq, ruhiy kuch u orqali oqib o'tadi
Biz hayotning barcha ne'matlari uchun minnatdor bo'lishimiz va fikrlash, nutq va harakatning barcha kuchi Xudodan kelishini va U hozir biz bilan ekanligini, bizni boshqarayotganini va ilhomlantirayotganini anglashimiz .kerak

Bu tushuncha shogirdning ongida mustahkam o'rnashgandan so'ng, uning ichida ma'rifat chaqnaydi Ba'zan ilohiy kuch katta tezlik bilan oldinga ko'tarilib, to'siqlarni supurib tashlab, ong va qalbdan chiqindilarni olib .tashlaydigan shiddatli dengiz to'lqini kabi keladi
Butun dunyo Xudoga moyil emas, lekin ba'zi joylarda .Unga chanqoq va Uni sog'inayotgan qalblar bor
Xudo ibodatlarimizga javob bermayotgandek tuyulishi mumkin bo'lsa-da, chin dildan izlovchi harakat qilishdan to'xtamaydi, balki javob olmaguncha vijdonining tubidan .iltijolarini davom ettiradi

Xudoni topishdan oldin, odamlar moddiy istaklarni
qondirish bilan shug'ullanishadi, lekin Uni topgandan so'ng,
bu istaklar o'z ta'mini va jozibasini yo'qotadi, bu befarqlik
tufayli emas, balki izlovchi qalbini to'ldirib, barcha orzularini
.qondirayotgan qalb quvonchini his qilgani uchundir
Odamlar butun hayotlarini moddiy narsalarga erishishga
intilish bilan o'tkazadilar, agar ular sarflagan kuchlarining
to'rtdan bir qismini avval Xudoga murojaat qilishga
sarflasalar, nafaqat ba'zilari, balki barcha qalb istaklari
.amalga oshishini bilishmaydi
Qalblarimiz minnatdorchilikka to'lsin va hayotimiz
shukrona bilan to'lsin

* * *

Insonning shaxsiyatidan xudbinlik va nomaqbul
xususiyatlarni olib tashlamasdan turib, do'stlarni jalb
.qilishning iloji yo'q
To'g'ri xulq-atvor haqiqiy do'stlikning poydevoridir
Inson sof niyatlarga ega bo'lib, xudbinlikdan xoli
bo'lganda, uning asl tabiati namoyon bo'ladi va haqiqiy
.do'stlari soni ko'payadi

* * *

Xotirjamlik - bu hayot tajribalari bilan shug'ullanishimiz
.kerak bo'lgan ideal holat
Bezovtalik xotirjamlikning aksi va uning keng tarqalgan
.tabiati uni keng tarqalgan global ofatga aylantiradi

* * *

Barcha kuchlarning manbai bo'lgan kosmik yorug'lik
zulmat ortida yashiringan va fikrlar tinchlanadigan va
.yorug'liklar tekshiriladigan sukunat tubida paydo bo'ladi
Aqliy diqqatni jamlashning yuqori holatlari mavjud va
izlovchi bu holatlarga qanchalik ko'p ko'tarilsa, u so'z bilan
ta'riflab bo'lmaydigan ajoyib ruhiy quvonch holatlarini
shunchalik ko'p boshdan kechiradi va keyin u zavq bilan
:anglaydi

Men hamma joyda qidirgan narsam"

U endi men bilan birga, u mening ichimda chuqur
yashaydi

U mening qalbimda va ruhimda
Jimlik ichida men uning borligini his qilyapman
Va zulmat devorlari ortida men uni ko'raman

* * *

Nafrat keltirib chiqaradigan va urushlar keltirib
chiqaradigan qayg'ular haqiqiy ma'naviyat, rahm-shafqat va
mehr-oqibat yuksak va ustunroq kuchlar ekanligini
.isbotlaydi

Nafrat halokatli, sevgi esa mavjud bo'lgan eng buyuk
.konstruktiv kuchdir

Shuning uchun, aziz do'stlarim, inson nafratning
behudaligi va urushlarning fojialaridan saboq olishi va
Xudoni sevishi kerak, chunki Uni sevish muvaffaqiyat, omad
va boshqa hech narsa bera olmaydigan to'liq qoniqishni
.beradi

Dunyoga haqiqiy yutuqlarni faqat sevgi olib keladi. Agar
barcha mamlakatlar bir-birini sevsa va bir-biriga kuch va
noto'g'ri usullar bilan emas, balki sevgi va mehr-oqibat bilan
yordam berishga tayyor bo'lsa, unda yer yuzining har bir
burchagida yaxshilik, muvaffaqiyat va farovonlik hukm surar
.edi

* * *

Inson cheklovlar changalida yashaydi
Keyingi lahzada xafa bo'lmasligini yoki kimdir uning
?yuragini sindirmasligini u qayerdan biladi

Yagona haqiqiy xavfsizlik - bu buyuklar tomonidan
qo'lga kiritilgan xavfsizlikdir. Bunday xavfsizlikka ega bo'lish
va uni boshqalarga berish - bu yagona haqiqiy erkinlik va
.eng oliy donolikdir

* * *

Xudo mavjudotdagi eng shirin narsadir
Qalbingiz nimani orzu qilsa, Xudodan topasiz. Men
hayotimning bir lahzasini ham behuda sarflamadim va meni

Xudodan chalg'itadigan hamma narsadan voz kechdim va
.boshqa hech narsada topa olmaydigan baxtni topdim
Men ilohiy ong holatida yashayman va men
yashayotgan holatni boshdan kechirishni istaganlar ham
.shunday bo'lishini istayman
Men shuningdek, menga mehr-muhabbatini bergan
barchaga Xudoning sevgisini va Uning huzurining inoyatini
.ular bilan baham ko'rish orqali javob qaytarmoqchiman

* * *

Men kosmik dengizning ko'pigiman
Quvonch tubidan taralayotgan
Men raqsga tushadigan quvonch oqimiman
Haddan tashqari baxt to'lqinlari ustida
Qo'limdan kelganicha harakat qilyapman
Shunday qilib, men eng katta quvonch dengiziga
aylanaman
Baxtim to'lqinlari cheksizlikka kengaysin
Va har tomonga yoyish uchun
!Nihoyat kosmik baxtning qalbida dam olish uchun

* * *

Odamlar faqat hayotning o'rtasini ko'rishadi; hayotning
boshi va oxiri ulardan yashiringan
O'lim oxiri deb o'ylash mantiqsizdir
Aql-idrok, zukkolik va hayotga to'la iste'dodli bizlar o'lim
vaqtida uxlab qolishimiz bilan yo'q bo'lib ketishimizni
!tasavvur qilish mumkinmi
Inson butunligicha ijodiy g'oyalar va ma'naviy ongning
to'plamidir va o'lim bu nomoddiy massani va bu yumshoq
.ongni yo'q qilishga qodir emas

* * *

Agar siz Xudoni sof va shartsiz sevgi bilan sevsangiz, U
boshqalarning ongiga fikrlarni joylashtiradi va bu fikrlar
sizning xohishingizni, hatto hech kimga oshkor qilmagan
.xohishingizni ham bajarish vositasiga aylanadi

Shuning uchun, o'zingizga har qanday narsani jalb qila
oladigan ruhiy magnitlanish - bu siz rivojlantirmoqchi bo'lgan
.joziba turidir

Yaxshi, olijanob va pok narsalarni istasangiz, ilohiy
magnetizmni o'ziga tortasiz, bu sizga bilgan va bilmagan
.joyingizdan yaxshi narsalar va ne'matlarni olib keladi

* * *

Agar o'g'rilar, giyohvandlar va alkogolistlardan ularning
turmush tarzi yoqadimi yoki yo'qmi deb so'ralganda, ularning
.javobi, ehtimol, "Albatta yo'q" bo'lar edi
Ular noto'g'ri ishlarini boshlaganlarida baxtli bo'lishlarini
o'ylashgan, lekin qilmishlarining oqibatlari ular uchun zararli
.va zararli bo'lishini hech qachon anglamaganlar

Shuning uchun yuragim og'riyapti va xato qilganlar
uchun ko'z yoshlar to'kyapman, chunki Xudo haqqi, ular
chinakam menman va agar Xudo menga mehr-shafqat
.qilmaganida, men ham ularga o'xshab qolardim
Yovuzlikning o'zi bir turdagi afyundir. Shuning uchun
bizda gunohkorlar to'g'ri yashashni va to'g'ri fikrlashni
.o'rganadigan maxsus boshpanalar bo'lishi kerak
Qamoqxona reabilitatsiya uchun to'g'ri joy emas.
Bunday odamlar ularga yordam bera oladigan ta'sirchan,
.ijobiy shaxslar atrofida bo'lishlari kerak

* * *

Stansiyangiz quvonchidan
Men sizning yoqimli, ohangdor qo'shiqlaringizni har kuni
tinglayman

Bu mening qalbinga tanish va aziz tuyuladi
Ilgari men sizning muborak radiostansiyangizni
tinglashga harakat qilgan edim
Lekin sizning dasturingiz juda uzoqday tuyuldi
Kichik fikrlarim doirasidan tashqarida
Lekin meditatsiya kalitiga bir necha marta teginishdan
keyin
Men siz bilan til topishishga muvaffaq bo'ldim

Sen menga efir qanotlarida kelding
Siz mehr-oqibat kuylarini chalayotgan edingiz
Va xotirjamlik

* * *

G'oyalar qalb buloqlaridan oqib tushayotgan daryolardir
Xudo bilan uyg'unlikda bo'lish eng buyuk va eng muhim
burchlardan biridir

Xudo qalbning eng chuqur tubidan chiqayotgan qalb
tilini tinglaydi

Odamlar Xudo ibodatlariga javob bermaydi deb
o'ylashadi, chunki ular Xudo ba'zan ularning kutganlaridan
va Undan so'raganlaridan boshqacha tarzda javob berishini
.anglamaydilar

U har doim ham ularning xohish-istaklariga, ular Uning
umumiy irodasiga mos kelmaguncha, muvofiq javob
.bermaydi

* * *

Men gullarning qalbidan nektar ichaman
Va men yumshoq ipak gilam ustida cho'zilib yotaman
Yoki oltin kapalaklar ortidan yuguring
Men tepaliklar va tog'larning burilishlari orasida sayr
qilmoqchiman

Yumshoq, tetiklantiruvchi tungi shabada hamrohligida
Papatyalar va anemonlar orasida
Shudring tomchilari bilan bezatilgan
Aqlli hidni ulug'lash uchun bir zum to'xtab qolaman
Tebranayotgan shoxlari bor daraxtlardan taralayotgan
xushbo'y hid

Va qushlarning qanotlari bilan jonim osmonga ko'tariladi
Hamma joyda tasavvur doirasidan tashqarida
Va qo'shiq aytayotgan bulbullar bilan men jim
qo'shiqlarimni kuylayman

Va men cheksiz osmon bilan kengayaman
Quyosh nuri iplaridan men quvonchlarimni yarataman
Va oy nurlari bilan qayg'ularimni yuvib tashlayman

Va tun zulmatida men qorong'u kechinmalarimni o'chirib
tashlayman

Va tong bilan men yangi dunyo yarataman
Cheksiz quvonchdan

* * *

Biz noyob kanallarmiz, chunki biz o'zimizni
kengaytirishimiz yoki toraytirishimiz mumkin
Bizga iroda erkinligi va tanlash kuchi berilgan. Ba'zi
odamlar hayotlarining yo'lini to'plangan johillik loyi bilan
to'sib qo'yadilar va bilim oqimining uni tozalashiga yo'l
.qo'ymaydilar

Haqiqat dengizi o'sha tor teshiklardan kattaroq kuch
bilan oqib o'tishga harakat qiladi, ammo natijasi bo'lmaydi

Va boshqalar ham borki, ular o'z hayotlarining
kanallarini o'z-o'zini tarbiyalash va ma'naviy madaniyat bilan
qazishda, kengaytirishda va chuqurlashtirishda davom
etadilar, shu bilan ilohiy donolik ular orqali oqib o'tishiga va
.qalblarini nur va baraka bilan to'ldirishiga imkon beradilar

* * *

Tirnoqlar ustiga chalgancha yotish - bu deyarli hech kim
qilishni xohlamaydigan ish, ammo biz bunday jasur va
hayajonli harakatni amalga oshirishga imkon beradigan ruhiy
.kuchga qiziqishimiz kerak

Baxtsiz hodisalar, kasalliklar va nosog'lom odatlar
natijasida yuzaga keladigan jismoniy og'riqlar va
noqulayliklarni barchamiz bilamiz. Jismoniy og'riqning
tirnoqlariga ta'sir qilmasdan yotish qobiliyati hayot
?ne'matlaridan biri ekanligini kim inkor eta oladi

O'zining tana emasligini anglashga imkon beradigan ong
holatiga yetgan har bir kishi og'riqni his qilmaydi
Ongini boshqara oladigan kishi og'riqdan xalos bo'ladi
.va tana ustidan to'liq hukmronlik qiladi

Tabiiyki, bu bir kechada sodir bo'lmaydi, lekin tinimsiz
harakat mo''jizalar yaratadi

* * *

Biz hayot va o'limni vahima qo'zg'amasdan qabul
qilishimiz va keyingi hayotni bilishimiz uchun bu hayotning
.saboqlaridan maksimal darajada foydalanishimiz kerak
Bu yerning ortida cheksiz ufqlar bor, u yerda biz abadiy
.yo'qotgan deb o'ylagan yaqinlarimiz bilan yana uchrashamiz
Albatta, biz o'limni so'ramasligimiz yoki uni
izlamasligimiz kerak, lekin u kelganda, bizni bosh mukofotni
olishga imkon beradigan oxirgi sinov ekanligini anglashimiz
.kerak

* * *

Izlovchi Xudoni izlashning muhimligini anglab yetganda,
u ikkilanmaydi, balki qat'iyatini charxlaydi va ongini muborak
.maqsadiga qaratadi

Unda istak paydo bo'lganda, u uni tafakkur va ma'naviy
istaklar bilan oziqlantiradi, toki qalbida Xudoning borligini his
.qilmaguncha

Bu hayot dengizida hayot kemasini boshqarishning eng
.xavfsiz va eng ishonchli usuli

* * *

Sizning ichingizda sevgi, mehr-oqibat, tushunish va
tinchlik xushbo'y hidli nafis fikrlarning ulug'vor va ajoyib
bog'i bor. Uning gullari yer yuzidagi gullar va moddiy
.xushbo'y o'tlardan beqiyos darajada go'zaldir

Sof sevgingizni berganingizda, siz xushbo'y atirgul
ekasiz va bu sevgining hidi va bu tushunchaning xushbo'yligi
har qanday yer yuzidagi guldandan uzoqroq turadi va bu
!haqiqat

* * *

Ijodiy fikrlash, diqqat bilan o'qish va rostgo'y so'zlarni
takrorlash salbiylikdan xalos bo'lish va ijobiy fikrlashni
.shakllantirishning foydali vositalaridir

Tasdiqlash va iltijolarni chuqur diqqat bilan takrorlash
to'g'ri fikrlash tarzini shakllantirishga yordam beradi,
natijada ijobiy fikrlash avvalgidek salbiy fikrlash kabi tabiiy
.bo'lib qoladi

* * *

Biz ma'naviy quvonch xazinasini asrab-avaylashimiz va
bu quvonchni boshqalarning qalbiga singdirishimiz kerak va
hech narsa bizni ichki quvonchimizdan mahrum qilishiga yo'l
.qo'ymasligimiz kerak

Kunlar qashshoqlashib, ong osti biz hamma narsani
yo'qotganimizni anglatsa ham, biz baribir shovqin-suronni
.quvonchning cheksiz sukunati bilan bostirishimiz kerak
Ey quvonch do'stlari, yuksak ambitsiyalaringiz va
maqsadlaringiz, ezgu amallaringiz va yuksak fikrlaringiz
taxtiga o'zingizni toj kiying, shunda siz har bir fikr va har bir
.tuyg'u tuzilishida Xudoni quvonch sifatida his qilasiz
Shuningdek, biz ilohiy sevgi daraxtini ongsizlar
tuprog'iga ekishimiz kerak. Agar biz bu sevgini his qilsak,
qo'rquvlar yo'qoladi va tashvishlar Xudoning yordami bilan
.yo'qoladi

* * *

Kimdir tug'ilishdanoq irodasi zaif va kuchli bo'la olmaydi,
deyish noto'g'ri, chunki bu odam buyuk bo'lib, hayotning
.barcha jabhalarida ajoyib narsalarga erishishi mumkin

* * *

Abadiy

?Ey Abadiyat, o'sha kun qachondir tong otarmikan
Sizdan uzluksiz qayerda so'rayman
Va men sizga cheksiz savollar yuboraman
!?Va men sizdan javob olamanmi
Zaif, ingichka begona o'tlarni qanday o'stirish kerak
Ularning boshlari egilmasdan ko'tariladi
Va shiddatli bo'ronlar tomonidan larzaga kelmasdan
U baland daraxtlarni ildizi bilan sug'urib tashlaydi
Va ulkan inshootlar vayron bo'ladi
!Va ulkan dengizlar to'lqinlanmoqda
?Birinchi uchqun uning ko'zlarini qanday qilib porladi
Va birinchi daraxt paydo bo'ldi
Va birinchi baliq

Va birinchi qush
?Va to'ng'ich bola
?Ularning birinchi tashrifi qachon bo'lgan
Bu birinchi qavatdagi uy
!?Mo'jizalar uyi
Qo'lingizni ushlab turishni qanchalik orzu qilaman
Dengiz va quruqlikni shakllantirgan zot
!Ey Abadiyat

* * *

Dunyo asosan qorong'u, lekin yuzlari baxt nuri bilan
porlayotganlarni ko'rganimizda
Ularning tabassumlari bizning qayg'ularimizni yo'q qiladi
va tashvishlarimizni qorong'ulikda porlayotgan chiroq kabi
.tarqatadi

Uning nuri oldida zulmat yo'qoladi
Yuzlarimizdan qalb tabassumi porlasin. Ilohiy sevgi
shabadasi tabassumlarimizni olib, ularni g'amgin qalblarga
sochib yuborsin, toki bu tabassumlarning nuri boshqalarning
.qalbidan zulmatni yo'q qilsin

* * *

Boshqalarning his-tuyg'ulariga e'tiborli bo'lish eng ajoyib
fazilatlardan biridir va u insonga eng katta joziba
.bag'ishlaydi

Masalan, agar kimdir chanqagan bo'lsa, boshqalar
haqida o'ylaydigan odam ularning ehtiyojini sezadi va ularga
.suv taklif qiladi

His-tuyg'ularga e'tiborli bo'lish, boshqalarni anglash va
ular haqida o'ylash demakdir
Boshqalarni hurmat qiladigan va ularning his-tuyg'ularini
qadrlaydiganlar instinktiv ravishda nimaga muhtoj
ekanliklarini bilishadi

* * *

Shogirdlardan biri uning ma'naviy yo'lida davom eta
olishiga shubha qildi. Uni ruhlantirish uchun ustoz
:Paramhansa unga shunday dedi

Xudo uzoqda emas, balki yaqin va men Uni hamma"

"joyda ko'raman

Talaba e'tiroz bildirib: "Lekin siz Xudoni biladigan

.ustozsiz, janob!" dedi

:O'qituvchi javob berdi

Barcha jonlar teng va siz bilan mening o'rtamizdagi"

yagona farq shundaki, men Xudoga Uni sevishimni isbotlash

".uchun harakat qildim, shunda U menga O'zini ochib berdi

* * *

Biror kishi juda yoqimli film tomosha qilishga berilib

ketganda, u boshqa hamma narsani unutadi va diqqatini

.faqat filmga qaratadi

Xudoning sevgisiga berilib ketgan, ilohiy sevgilisidan

boshqa hamma narsani unutgan odam bilan ham shunday

.bo'ladi

Oddiy odam ilohiy mavjudlikni his qilish uchun yetarlicha

sog'inch va ishtiyoqqa ega emas, chunki ong ilohiy

narsalarga emas, balki moddiy narsalarga e'tibor qaratishga

.odatlangan

Agar filmlar, jinsiy aloqa va dunyoviy zavqlar insonning

e'tiborini torta olsa, unda quvonch manbai va mavjudotdagi

!eng yoqimli narsa bo'lgan Xudo haqida nima deyish mumkin

Lekin muammo shundaki, ko'pchilik odamlar Xudoni

bilishni xohlamaydilar va agar siz Uni bilsangiz, oliy ruhiy

.ekstazga cho'mgan holda soatlab vaqt o'tishini ko'rasiz

Nima qilsam ham, Xudo men bilan bo'lmasa, men hech

qanday quvonchni his qilmayman

* * *

Agar odamlar moddiy qashshoqlikdan qochishni

istasalar, ular ma'naviy qashshoqlikni nafrat qilishlari kerak,

chunki bu barcha insoniy azob-uqubatlarning asosiy

.sababidir

Ham ma'naviy, ham amaliy inson baxtli insondir va

.faqat baxtli inson muvaffaqiyatli insondir

Agar shahar aholisi moddiy farovonlikning barcha
qulayliklaridan bahramand bo'lsa ham, bu o'sha shaharda
.qotillik va jinoyatchilikni to'xtata olmaydi
O'zaro xizmat qilishning umumbashariy tamoyillarini
qo'llash, odamlar o'rtasidagi o'z-o'zidan paydo bo'ladigan
hamkorlik, ma'naviy hayotga muhabbat va qalb istaklarini
nazorat qilish har qanday jamiyatning uyg'un, sog'lom, baxtli
.va farovon hayot kechirishi uchun zarurdir

* * *

Xudo ibodatlaringizga javob bermaydi deb o'ylamang.
Unga pichirlagan har bir so'zingiz Uning koinot qalbiga
muhrlangan. Agar Xudoning javob berishining ko'p usullarini
kuzatsangiz, U sizga haqiqatan ham doim javob berishini
.ko'rasiz

Sizning sog'inchingiz qanchalik kuchli va kuchli bo'lsa,
.javob shunchalik tez va ajoyib bo'ladi

* * *

Hayotda tananing ehtiyojlarini qondirish va uning
istaklarini qondirishdan boshqa hech qanday oliy maqsadni
ko'rmaydigan odamlar bor. Bu hislar bilan cheklangan
.yashash holatidir

Va intellektual va hunarmandchilik faoliyati, qishloq
xo'jaligi, savdo, sotib olish va sotish va umuman amaliy
hayot bilan bog'liq barcha narsalar orqali xizmat qiladigan
.odamlar

Ular doimo ishlarni bajarish bilan band va hayotdagi
yagona tashvishlari pul topishdir, bu pullarni ko'pincha
.shahvoniy zavqlarga sarflashadi

Ular orasida ijodiy temperamentga ega rivojlangan
shaxslar bor

Pul topish va professional hayotda muvaffaqiyatga
erishish tajribasidan so'ng hayot sirlarini tushunishga
harakat qilayotgan boshqaruv va ijrochilik qobiliyatiga ega
.odamlar bor

Ular his-tuyg'ular buyruqlarini yengish uchun o'zini tuta
bilishga tayanadilar, hayotga jiddiyroq yondashadilar va
zararli moyilliklarga qarshi kurashish, o'z-o'zini boshqarish va
.hayot kompasini to'g'ri yo'nalishga yo'naltirishga ishonadilar
Tafakkurga moyil, tabiatan ma'naviy va boshqalarga
ilhomlantiruvchi yuksak g'oyalarni yetkaza oladigan odamlar
.bor

* * *

Dunyo va insoniyatga azob berayotgan yovuzliklarni
faqat Xudo tuzatishga qodir, ammo insoniyat ilohiy
mavjudlikni tan olish va Xudoning cheksiz yaxshiligini o'zida
.ko'rsatish uchun harakat qilishi kerak
:ishonch hosil qilish uchun

Har kuni ertalab men tanamni, ongimni va barcha
qobiliyatlarimni sizga bag'ishlayman, ey Cheksiz
Yaratguvchi, xohlagan usulingizda foydalanishingiz uchun,
.toki siz men orqali o'zingizni ifoda etishingiz uchun

* * *

Inson o'zini o'zi qabul qila olishi uchun u o'z fikrlarini
boshqarishi kerak

Siz chuqur fikrlashni mashq qilishingiz va ongingizni
biror g'oyaga jamlaganingizda, e'tiboringiz chalg'ib
ketmasligi yoki bir g'oyadan boshqasiga o'tmasligi uchun
.ongingizni jamlashingiz kerak

Ko'p odamlar hayotning yuzaki qismida yashaydilar,
ammo bilim durdonalariga ega bo'lish uchun fikr dengiziga
.chuqur sho'ng'ish kerak

Chuqur fikrlaydiganlar baxtli insonlardir, chunki ular
o'zlarini atrof-muhitdagi xavotir sabablaridan aqliy jihatdan
.uzoqlashtira oladilar

Oddiy odamning qochishning iloji yo'q, chunki u doimo
baliqchi uchun oson tutiladigan baliq kabi suv yuzasida
.yashaydi

* * *

Bu ijodkorlik ruhining g'ayrioddiy xususiyati, uning egasini dunyo oldida hech kim qilmagan yangi foydali narsalarni dunyoga olib kelgan buyuklar kabi yorqin nurda .turishga majbur qiladi

Bu yorqin daholar cheksiz ijodiy ruhga ega edilar, ular orzu qilingan maqsadga erishilmaguncha to'xtamaydigan .iroda bilan qo'llab-quvvatlanardi

Xudo o'sha buyuk insonlarni shunday ulug'vorlikka ega bo'lishlari uchun ularga rahm-shafqat ko'rsatganmidi? Va ilohiy iroda ularni boshqalardan ustun qo'yish uchun ?tanlaganmidi

Mutlaqo yo'q. Shunchaki ular o'zlarining ijodiy iste'dodlaridan har bir insonning merosi bo'lgan buyuklik va shon-sharafni namoyish etish uchun foydalanganlar, chunki u barcha ijodkorlik va innovatsiyalarning manbai bo'lgan .Xudo suratida yaratilgan

* * *

Odamlar baxtni simob kabi quvadilar, ammo baxtni topishning yo'li bor, bu esa Xudoga Uning ne'matlari uchun shukr qilish va hayotda olgan ne'matlarimiz uchun minnatdor .bo'lishdir

Hayotimizdagi ne'matlar uchun Xudoga minnatdorchiligimiz abadiy tinchlik, farovon hayot va yangilangan quvonch manbai bo'lgan Uni tanib-bilishning .asosiy talabidir

Biz Xudoga sevgimizni berganimizda, Uning tinchlik, qoniqish va mamnuniyat kabi muborak in'omlarini qabul qila .boshlaymiz

Bu dunyodagi eng baxtli odamlar ijobiy fikrlashni, foydali ish qilishni va qo'llaridan kelganini saxovat va mehr bilan berishni o'rganganlardir. Ular hayotda muvaffaqiyatga .erishganlardir

Inson qanchalik ijobiy ongga, minnatdor qalbgga va mehribon qalbgga ega bo'lsa, u o'zida Xudoni shunchalik ko'p .his qiladi

Va har safar shogird Xudoga pichirlab: "Ey Rabbim, Sen naqadar saxovatli!" deb aytganda, u his qilayotgan tinchlik va baxt Xudoning ne'mati ekanligini anglaydi va o'z fikrlari va harakatlarini uni doimo Ilohiy huzurga yaqin .tutadigan tarzda yo'naltirishni xohlaydi

Bu yaqinlikka mulohaza yuritish, ijobiy fikrlash va sog'lom mulohaza orqali erishish mumkin. Bular, o'z navbatida, tabiiyki, minnatdorchilik va berish ruhi natijasida .yuzaga keladi

Agar bizni o'rab turgan yoki bizga azob keltiradigan balolar, qiyinchiliklar, kasalliklar, dardlar, tashvishlar va qo'rquvlar haqida o'ylash o'rniga, bizda mavjud bo'lgan ne'matlar va shukrona va minnatdorchilikka loyiq barcha yaxshi narsalar haqida mulohaza qilsak, unda biz Xudoni tanii boshlaymiz va buning uchun biz tinchlik yoki baxt deb .ataydigan ma'naviy ong bilan mukofotlanamiz
Qalblarimiz sevgi va quvonch bilan uradi va ongimiz yorqin g'oyalar bilan porlaydi

* * *

Ko'pchilikning ongi bir ot kuchiga ega dvigatellarga !o'xshaydi

Har bir inson ongidagi ulkan salohiyatga qaramay, juda .kam odam faollashishini kutayotgan kuchlardan foydalanadi
Odamlarning qiziqishlari odatda ovqatlanish, ishlash, o'yin-kulgi, uxlash va shunga o'xshash hayot ehtiyojlari bilan .cheklangan va cheklanadi

Lekin odamlarda eng buyuk fazilatlardan biri bor, bu esa .yaratish yoki yangilik kiritish qobiliyatidir

Bu sirli, jumboqli kuch nima? G'arb amaliy va sanoat innovatsiyalari hamda amaliy fanlar diyori. Sharq ma'rifat va .ma'naviy ijod diyori

Tashabbuskorlik ruhi - bu ilgari hech kim qilmagan ishni .innovatsion usullar bilan ijodiy bajarish qobiliyatidir

Bu Yaratuvchidan olingan ijodiy kuchdir

* * *

Agar ichki o'zgarish imkoniyati bo'lmaganida, biz
nimaga aylanishimizning urug'lari yotgan joyda, biz
tabiatimizning noma'lum qismida o'zgarishlarni amalga
.oshira olmagan bo'lar edik

Lekin biz kelajakda kim bo'lishimizga ta'sir qilish
imkoniyatiga egamiz. Potentsialimizni erta o'rgatish
o'zimizdagi bu noma'lum qismni faollashtirishda yoki
e'tiborsiz qoldirilgan taqdirda uni falaj qilishda muhim rol
.o'ynaydi

O'simliklar ildizlarini tuproqqa cho'zganidek, biz ham
o'g'itlash, begona o'tlarni yo'qotish, tuproqni yumshatish,
sug'orish va to'sish orqali o'zimizdagi yaxshi fazilatlarni
.rivojlantirishimiz kerak

Shuningdek, biz ruh tuprog'idan begona o'tlarni kesib,
ildiz otishimiz kerak

Hayotimizning mevalari, katta, kichik, o'rta, sog'lom yoki
kasal bo'lishidan qat'i nazar, ko'p jihatdan o'z bog'larimizdagi
daraxtlarga qanchalik yaxshi g'amxo'rlik qilishimizga bog'liq
.bo'ladi

Bizda buni qilish erkinligi bor va agar biz erkin
tanlovimizdan qo'limizdan kelganicha foydalansak, tashqi
natija yaxshi bo'ladi va natijada tabiatimizning noma'lum
qismida yangi va yaxshi urug'lar paydo bo'ladi va bular o'z
.navbatida kelajakda hayotimiz qanday bo'lishini belgilaydi

* * *

Fikrlashning salbiy va ijobiy natijalari

Fikr juda aldamchi, chunki u ham salbiy, ham ijobiy
natijalarga olib kelishi mumkin

Hali ham eslayman, bir safar opamlardan biri tomoq
og'rig'idan azob chekayotgan edi va men ilgari hech qachon
bunday kuchli tomoq og'rig'ini ko'rmagan edim; u hech narsa
.yeyolmasdi yoki yuta olmasdi

U menga qo'ng'iroq qildi va yig'lab: "Iltimos, menga
.yordam berish uchun hamma narsani qiling", dedi

Men unga ovqat olib keldim va ovqatlanishini so'radim.

U qo'lim uning tomog'iga tegayotganini bilmasdi, men aqliy
.kuchimni shu yerga qaratdim

To'satdan u hech qanday og'riq sezmasdan
ovqatlanayotganini sezdi va tomog'ining bitib ketishidan
.xursand bo'ldi

Men uni tark etganimdan keyin, u o'rnidan turib, oynada
tomog'iga qaradi va yaralar hali ham joyida ekanligini
.ko'rgach, og'riq yana kuchayib, qichqira boshladi
Uyga kelib, uni og'riqda ko'rganimda, undan: "Nima
.qilding?" deb so'radim

."U javob berdi: "Tomog'imga qaradim
Men unga: "Xudoning nurida tomog'ingiz sog'lom
ekanligini ko'rdim va shuning uchun ahvolingiz yaxshilandi,
lekin siz kasallikni ko'rdingiz va shuning uchun og'riqni his
.qilyapsiz", dedim

.Keyin men unga: "Bu suvni iching", dedim
Uning ongi sezgir bo'lgani uchun, u suvni yutib yubordi
va yana o'ziga keldi va u boshqa hech qachon oynada
.tomog'iga qaramadi

Shunday qilib, fikr muhim rol o'ynaydi. Ko'pincha
noto'g'ri tushunchalar tufayli yuzaga keladigan nevrologik
kasalliklarga kelsak, ong o'z kuchidan to'g'ri foydalanilganda
.tez tiklanishga yordam beradi

Izoh: Bu hikoya shifokorga murojaat qilmaslik yoki
davolanishni istamaslik kerak degani emas, shuning uchun
aniqlashtirish zarur

* * *

:Biz quyidagilarni ayta olishimiz kerak
Bu cheklangan tananing orqasida men mutlaq va"
"cheksizlikni his qilyapman

Xudo men bilan ekanligini his qilmagunimcha ma'ruza
qilmayman, U bilan to'liq uyg'unlikda bo'lmagunimcha ta'lim
bermayman. Va men shu darajadan gapirganimda, meni
.tinglaganlar eshitganlarini unutmasligini bilaman

Sabr-toqatli bo'lganlar Xudoni bilib olishadi va umid qilamanki, izlanishlarini davom ettirishni istaganlar Uning .muborak huzuriga tegadilar

* * *

Baxtga intilish barcha istaklarning eng kuchlisidir Haqiqiy va abadiy baxt faqat Xudoda topiladi va Uning huzurini kashf etganingizda, siz buyuk quvonchga to'lasiz - .boshqa hech narsada topib bo'lmaydigan quvonch Agar sizga butun dunyo berilsa, uni qanday boshqarishni bilmas edingiz va hamma narsadan og'ir yuk va xavotirni his .qilardingiz

Dunyoning eng mashhurlari va erkaklarining hayotiga nazar tashlang, shunda ularning jahldor, taqdir qo'li bilan harakatlantirilgan va o'ynalgan qo'g'irchoqlar kabi har .tomondan ta'qib qilinganini ko'rasiz Lekin dunyo nuri bilan birlashgan kishi baxtli insondir, .chunki u Yaratguvchisi bilan bog'langan

* * *

Yomon odatlardan xalos bo'lish uchun doimo harakat qilish kerak, chunki inson o'zini pessimistik va g'amgin his qilishi bilanoq, u o'z qalbining tuprog'iga nosog'lom .urug'larni sepadi Zararli odatlarga berilib ketishda davom etish o'zini yo'q qilishning bir turidir. Biroq, barcha yoqimsiz va qayg'uli sinovlarga qaramay, har kuni o'zingizni xushchaqchaq va nekbin his qilishga intilish yangilanish va ma'naviy uyg'onish .belgisidir

* * *

Onglarining qotib qolishiga va toshga aylanishiga yo'l .qo'yganlar, aslida o'layotganlardir Hayot sirini hal qilishni istaganlar har kuni hayotlarini yangilashlari, o'zlarini qandaydir tarzda takomillashtirish ustida ishlashlari, ijodiy fikrlashni rivojlantirishlari va .konstruktiv faoliyat bilan shug'ullanishlari kerak

Va eng muhimi, ular Xudodan donolik so'rashlari kerak,
chunki donolik bilan barcha go'zal va ulug'vor narsalar
.keladi

* * *

Xudo bizga oila berdi, toki biz o'zimizdan
qarindoshlarimizga bo'lgan sevgimiz doirasini
kengaytirishimiz va keyin bu sevgi chegaralarini barchani
.qamrab olishi uchun kengaytiraylik
Yaqinlarimiz bizdan, o'lim yoki boshqa holatlar tufayli,
olib ketiladi, toki biz sevgimizni faqat odamlar bilan
cheklamaslikni, balki barcha insoniy niqoblar ortida
yashiringan eng yaqin qo'shnimiz Xudo bo'lgan sevgining
.o'zini sevishni o'rganishimiz uchun

* * *

Qachonki men xushmuomala odamlarni uchratsam,
ularning ongi va mantig'iga murojaat qilishga harakat
qilaman, shu bilan birga, umuman tinglashni istamaganlari
.uchun qiziqmaganlar bilan kamdan-kam gaplashaman
Xudoni izlashda samimiy bo'lganlarga kelsak, men ular
bilan ochiq fikr orqali muloqot qilishga va qalblariga ilohiy
.sevgi urug'larini ekishga harakat qilaman

* * *

Film yoki spektakl tomosha qilayotganda, agar
tomoshabinlar spektaklni tomosha qilishdan oldin hikoya
syujetini barcha tafsilotlari bilan bilsalar, spektakl o'z zavqini
.yo'qotadi

Xuddi shunday, bu hayotning barcha sirlarini bilmaslik
tavsiya etiladi, chunki hayotimizning boblaridan kosmik
drama o'tmoqda va u sodir bo'lishidan oldin nima bo'lishini
.bilish hayajonli emas
Biz yakuniy natija haqida qayg'urmasligimiz kerak, balki
Xudodan hayot o'yinidagi rollarimizni iloji boricha to'liq
bajarishimizga, bu rollar zaiflik yoki kuch, kasallik yoki
sog'liq, mag'rurlik yoki kamtarlik, boylik yoki qashshoqlikni
o'z ichiga olishidan qat'i nazar, bizga yo'l-yo'riq ko'rsatishini

so'rashimiz va oxirida bu murakkab hikoyaning ma'nosini
.anglashimiz kerak

* * *

Hamma boshqa odamga qaraganda ko'proq pulga ega
bo'lishni xohlaydi va pulga ega bo'lganda ham, baribir
qoniqmaydi, chunki ular o'zlaridan boyroq odamlar borligini
.bilib olishadi

Odamlar bor narsalariga qanoat qilish o'rniga, o'zlarining
injiqliklari va istaklarini yaratib, o'zlariga azob-uqubatlar
.botqog'ida yashaydilar

Boshqalarga qaraganda ancha ko'p narsaga ega
bo'lgan, ammo baxtli bo'lmagan odamlar bor, aksincha, ular
ko'proq narsaga intilish bilan yonib, xavotir va xavotirga
.berilib ketishadi

Do'stlarim, Xudoning yo'li eng oson yo'ldir va biz uchun
avvalo Xudoga murojaat qilish va Undan biz uchun eng
yaxshisini so'rash eng yaxshisidir va biz Uning saxovatli
qo'lidan kerakli narsalarni olamiz, chunki U samimiy
ibodatlarga javob beradi va sevganlarining istaklarini
.bajaradi

* * *

Dunyoviy bog'liqliklar va mol-mulkdan chinakam baxt
kutish ahmoqlikdir, chunki ular buni bizga boshidanoq olib
.kela olmaydilar

Shunga qaramay, millionlab odamlar dunyoviy hayotda
faqat Xudoda mavjud bo'lgan baxtni, barcha quvonch va
zavq manbai bo'lgan baxtni topishga urinishlaridan keyin
.yuraklari ezilib, ezilib o'lishadi

* * *

Odamlar Xudodan sovg'alar olgandan keyin Unga shukr
qilishlari tabiiy hol, lekin ular kamdan-kam hollarda Unga
shukr qilishadi yoki U bergan hayot in'omi va qalblariga
singdirgan ma'naviy fazilatlar uchun Unga shukr qilishni
.o'ylashadi ham

Xudoning huzurini his qilganimizda yoki ibodatlarimizga
Undan javob olganimizda qalbimizni Xudoga ko'tarish oson,
lekin Unga bizga yashirin yo'l-yo'riq ko'rsatgani va biz
bilmagan holda biz bilan birga bo'lgan muborak huzuri uchun
minnatdorchilik bildirish naqadar ajoyib. Bu Xudoga ishonish,
Uning oldida kamtarlik va Uning donoligidan mamnunlik
.belgisidir

Xudo bizning sevgimiz va sog'inchimizga o'z yo'lida
javob beradi va aynan kamtarinlarning qalbi doimo in'om
etuvchi ilohiy manbadan kelgan mo'l-ko'l ne'matlar va
yaxshiliklar uchun minnatdorchilik va minnatdorchilikka
.to'ladi

* * *

odamning dushmani uning qornidir (odamning qorni
uning dushmani)

Oshqozon tananing eng zaif qismi bo'lib, ko'pincha eng
yomon zo'ravonlikka duchor bo'ladi. Ovqat hazm qilish tizimi
ortiqcha ovqatlanish yoki nosog'lom ovqatlarni iste'mol qilish
natijasida buzilganda, bu har xil sog'liq muammolariga olib
.kelishi mumkin

Inson oynada yuziga qaraganida, o'zini yaxshi deb
o'ylaydi, lekin tanasida juda ko'p toksinlar to'planganini
anglamaydi. Agar ular bu toksinlardan qanday qutulishning
to'g'ri yo'lini bilmasalar va agar organizm ulardan samarali
.ravishda qutula olmasa, kasalliklar paydo bo'ladi

* * *

Yosh shogirdlardan biri maslahat so'radi va o'qituvchi
:Paramahansa unga shunday dedi

Dunyo sizga yomon odatlar va og'ish moyilliklarni
singdiradi, lekin dunyo javobgar bo'lmaydi, shuningdek, bu
moyillik va odatlardan kelib chiqqan xatolaringiz uchun javob
.bermaydi yoki hisob bermaydi

Xo'sh, nega barcha vaqtingizni yolg'onchi do'stingizga
sarflashingiz kerak? Kuniga bir soatni ma'naviy va ilmiy
.kashfiyotlar uchun ajrating

Hayot, oila, pul va boshqa hamma narsani beruvchi
Xudo sizning vaqtingizning yigirma to'rt qismidan biriga loyiq
?emasmi

* * *

:Bir talaba so'radi
Janob, nega ba'zi odamlar avliyolar va muqaddas"
"?kishilarni masxara qilishadi va masxara qilishadi
:O'qituvchi Paramahansa javob berdi
Yovuz odamlar haqiqatdan nafratlanishadi, dunyoviyalar"
esa oqim bilan suzib yurishga rozi bo'lishadi. Ikkala guruh
ham o'zgarishni yoqtirmaydi. Shuning uchun, Xudoning solih
odamlari haqidagi shunchaki fikr ularni bezovta qiladi va
".tinchligini buzadi

Bu odamlarni ko'p yillar davomida qorong'u xonada
yashagan odamga o'xshatish mumkin. Kimdir chiroqni
yoqqanda, to'satdan paydo bo'lgan yorug'lik yarim ko'r
odamni bezovta qiladi va unga g'ayrioddiy hodisa bo'lib
.tuyuladi

* * *

Temirchining og'ir bolg'asining o'z irodasi yo'q. Agar u
uni qo'li bilan ko'tarib tushirmasa, u ishlatilmagan holda
.joyida qoladi

Lekin inson iroda erkinligiga ega, shuning uchun u
Xudoning qo'lida yaxshi vosita va solih vosita bo'lishni
.tanlashi mumkin

Xudo odamlarning qattiq, jonsiz bolg'a bo'lishini emas,
balki bu yerda ilohiy maqsadlarga erishish uchun iroda
.erkinligidan foydalanishlarini istaydi

* * *

Pul, albatta, yaxshi didning ko'rsatkichi emas. Ko'pgina
badavlat odamlar keraksiz narsalarni sotib olishadi, keyin
esa ular uylarida estetik jihatdan yoqimsiz va foydasiz
.uyumlarga aylanib qoladi
Uyni jozibador qilish uchun ko'p pul kerak emas; did
asosiy element hisoblanadi

Lekin uyni obodonlashtirish g'oyasi ba'zi odamlarni
o'ziga jalb qiladi, shuning uchun ular bunga berilib ketishadi
.va o'zlarini moddiy narsalar bilan cheklashadi
Yig'ilib qolgan va shoshilinch to'lovlarni to'lashga majbur
bo'lgan har bir kishi sodda hayot va moliyaviy bosimlardan
.xalos bo'lishni orzu qilishi kerak

Lekin bu erkinlik dangasalik va bekorchilikka berilish
yoki hamma narsani asossiz yoki mantiqsiz tashlab ketish
.bilan kelmaydi

Bir safar bir kishi katta yo'qotishga duch keldi va
:shunday dedi

Voy, holimga voy! Men boyligimni yo'qotdim va xotinim"
meni tashlab ketdi, shuning uchun men hamma narsani
".tashlab, zohid bo'lishga qaror qildim
Bu odam, do'stlarim, hamma narsani tashlab ketmadi,
!aksincha, hamma narsa uni tark etdi
Psixologik muhit va qoniqish hissi baxtga erishishning
.ikkita muhim elementidir
Barcha istaklarni tekshirib va saralab bo'lgach,
:quyidagilarni aytish mumkin
Zarur moddiy ehtiyojlarni qondirishda hech qanday"
."qiyinchilik yo'q va ularga ega bo'la olmaslik oqlanmaydi

* * *

:Talabalardan biri so'radi
"?Janob, Xudoni bilish uchun nima qilishim kerak"
:O'qituvchi Paramahansa javob berdi
Bo'sh vaqtning har bir daqiqasida u haqidagi chuqur
fikrlarga sho'ng'ing, u bilan qalbdan qalbga, jondan jonga
gapiring

U yaqinlikdan ham yaqinroq va sevgilidan ham azizroq.
Men uni xasis pulni sevganidek sevaman va men uni sevgiga
chalingan, oshiq odamning sevgilisiga bo'lgan sevgisi bilan,
xuddi bir nafas havo uchun cho'kib ketayotgan odam kabi
.sevaman

Siz o'zingizning cheksiz sog'inchingiz va kuchli
".intilishingizni ifoda etsangiz, U sizning oldingizga keladi

* * *

Barcha sa'y-harakatlarimiz nafaqat sog'liq va moddiy
xavfsizlikka erishishga, balki hayotning ma'nosini izlashga
.ham qaratilishi kerak

Qiyinchiliklar bizni yengib o'tganda, biz avval
atrofimizdagilarga murojaat qilamiz va yordam deb o'ylagan
barcha moddiy o'zgarishlarni amalga oshirishga harakat
.qilamiz

Lekin biz boshi berk nuqtaga yetib, "Barcha urinishlarim
muvaffaqiyatsizlikka uchradi, yana nima qila olaman?"
deganimizda, muammomizga samarali yechim topish haqida
.jiddiy o'ylay boshlaymiz

Fikrlarimizga yetarlicha chuqur kirib borganimizda,
Xudoning yordami bilan o'zimizdan javob olamiz. Bu o'z-
.o'zidan ibodatga javob olishning bir shaklidir

* * *

:O'qituvchi Paramahansa ba'zi talabalarga shunday dedi
Hayotga salbiy qarashdan ehtiyot bo'ling. Atrofingizda"
shuncha go'zallik bo'lsa-da, nega axlat uyumlariga bunchalik
"?ko'p e'tibor qaratasiz

San'at, musiqa va adabiyotning eng ajoyib"
namunalarida kamchilik topish mumkin. Lekin ularning
jozibasi va ulug'vorligidan bahramand bo'lish yaxshiroq va
"?foydaliroq emasmi

Hayotning yorqin va qorong'u tomonlari bor, chunki"

"nisbiylik dunyosi yorug'lik va soyalarga asoslangan
Agar fikrlaringiz yomonlik bilan oziqlanishiga yo'l"

".qo'ysangiz, o'zingizga xunuklik va buzuqlik keltirasiz
Hamma narsada faqat yaxshilikni izlang, shunda"

"go'zallik ruhini o'zlashtirasiz

* * *

Ustoz Paramahansa bir guruh shogirdlariga shunday

:dedi

Xudo biz uchun Yerga bu tashrifni tashkil qildi, lekin"
ko'pchiligimiz bu yerdagi ba'zi narsalarni o'zimiznikidek
".qabul qilib, nomaqbul mehmonlarga aylanamiz
Yer yuzidagi yashash joyimiz vaqtinchalik ekanligini
unutib, biz ko'plab uyushmalar va munosabatlarni yaratamiz,
masalan: "mening uyim", "mening ishim", "mening pulim",
".mening oilam" va boshqalar
Lekin yer yuzidagi vizamiz tugagach, barcha insoniy
aloqalar yo'qoladi va biz o'zimizga tegishli deb o'ylagan
barcha narsalarimizni tashlab ketishga majbur bo'lamiz.
Bizga doim va hamma joyda hamroh bo'lgan yagona va
".abadiy qo'shnimiz Xudodir
Endi bilingki, siz ruhsiz, tana emassiz. Nega o'lim sizga
?shafqatsiz va to'satdan o'rgatishini kutasiz

* * *

Agar biror kishi kasal bo'lib qolsa, u kasalligini yengish
uchun qo'lidan kelgan barcha ishni qilishi kerak. Shifokorlar
ularga tuzalish umidi yo'qligini aytsalar ham, ular
xotirjamlikni saqlashlari kerak, chunki qo'rquv qudratli ilohiy
".mavjudlik tuyg'usini yashiradi
Azob chekayotgan odam xavotir va ruhiy tushkunlikka
berilish o'rniga, Xudoning himoyasi va do'stona g'amxo'rligi
".ostida xavfsiz va xotirjam ekanligiga o'zini ishontirishi kerak

* * *

Xavotir ongning simsiz tizimida shovqin borligini
anglatadi
Ilohiy madhiya hushyorlik va xotirjamlik madhiyasi,
".bezovtalik esa tartibsizlikdir
Xotirjamlik - bu ruhning simsiz aloqasi orqali gapiradigan
".ilohiy ovozdir

* * *

Hayotini yangilamoqchi bo'lganlar avval hayotlariga
kiritmoqchi bo'lgan ijobiy narsalarni aniqlab olishlari, keyin
esa har kuni amal qiladigan dastur tuzishlari kerak, shunda

ular qarorlariga rioya qilish natijasida katta baxtni his
.qilishadi

O'zini takomillashtirish jadvaliga rioya qilmaslik irodani
susaytiradi va taraqqiyot yo'lida to'siqlar qo'yadi
Insonning eng sodiq do'sti va eng yomon dushmani bu
o'zi

Hayotning tabiiy tartibiga moslashganlar samarali
yutuqlarga erishadilar. Hech qanday qonun insonning yaxshi
tomonga o'zgarishiga va o'zining ezgu intilishlarini ro'yobga
chiqarishiga to'sqinlik qilmaydi. Hech qanday to'siqlar
insonning yuksak maqsadlariga erishishiga to'sqinlik qila
olmaydi, agar ular bu to'siqlarni bilvosita tan olmasalar va
.ularni yengib o'tolmasligiga o'zlarini ishontirmasalar
Ilhom manbalaridan

Jismoniy qonunlar va ma'naviy qonunlar, yoki inson ongi
mexanizmlarini tushunish natijasida yuzaga keladigan
mo''jizalar o'rtasida hech qanday farq yo'q. Olimlar jismoniy
qonunlar yordamida mo''jizalar yaratadilar, ma'naviy
jihatdan rivojlanganlar esa aqliy mo''jizalar yaratadilar.
Tasavvur qilib bo'lmaydigan ixtirolar va yangiliklar oqimi
bilan ajralib turadigan bu ilmiy mo''jizalar davrida olimlar
ma'naviy tushunchaga ega bo'lganlar tomonidan
qo'llaniladigan ma'naviy qonunlarni chuqurroq o'rganishlari
.kerak

Ma'naviy mo''jizalar yoki ilohiy ne'matlar shunchaki
g'ayritabiiy kosmik qonunlarning qo'llanilishidir. Oddiy odam
uchun bu harakatlar mo''jizaviy ko'rinadi, lekin aslida ular
.qandaydir yashirin, yuqori qonunlardan foydalanishdir

Men milliardlab yulduzlarning go'zalligini tatib ko'rdim
Kosmosning kengligida sochilib ketgan
Va begunoh zavqlardan nektarni so'rib oldim
Va men barcha qayg'ularimni yoqadigan o'choq yasadim
Va men yorug'lik mash'alalarini ko'tarib yurdim

Va har bir qalbg'a sof sevgi singdirildi
Unda otalik, onalik va birodarlik mehr-muhabbati
uyg'unlashgan
Men uni mast bo'lguncha ichdim
Bir tomchi tinchlik uchun ma'naviy kitoblar siqildi
She'rlar tabiatdan ilhomlanib yozilgan
Va men baxt uyasidan shirinlikni o'g'irladim
Men asosiy ma'nolarni fikr konidan ajratib oldim
Va men o'qidim
Va men tabassum qildim
Va men ishladim
Va men rejalashtirdim
Va men titrab ketdim
Men juda ishtiyoqli edim
Va bularning barchasi yetarli emas edi
U bularning ko'pincha so'nib ketadigan tushlar ekanligini
anglab yetganida
Orzu-istaklar amalga oshmasdan oldin
Lekin orzularni mendan haydab chiqarishim bilanoq
Va men tinchlik ma'badida o'tirdim
Mening orzuim kuchayib bordi
Va men ruhimning qo'shiq aytishini eshitdim
!Faqat Xudo qoladi

Har bir inson cheksiz kuchni o'zida mujassam etgan va
biz bu kuchni qilayotgan har bir ishimizda namoyon
qilishimiz kerak. Biror narsa yaratmoqchi bo'lganimizda, biz
faqat tashqi manbalarga tayanmasligimiz, balki ichki
tubimizga chuqur kirib borishimiz va cheksiz manbani
.izlashimiz kerak
Barcha muvaffaqiyatli ish usullari, barcha ixtirolar,
barcha musiqiy tebranishlar, ilhomlantiruvchi g'oyalar va
ulug'vor va ajoyib kompozitsiyalar Xudoning yozuvlarida
.qayd etilgan

Avval maqsadni aniqlab olishimiz, keyin energiyamizni
ifodalashimiz mumkin bo'lgan tegishli harakatlarga
yo'naltirish uchun ilohiy yordam so'rashimiz va ongimiz
tinchlanib, keyingi qadamni aniq ko'rmaguncha mulohaza
.yuritishimiz kerak

Keyin biz olgan ichki ko'rsatmalarga muvofiq harakat
qilishimiz kerak va biz xohlagan narsaga erishamiz. Aql
xotirjam bo'lganda, narsalar tez va osonlikcha aniq bo'ladi -
!bu naqadar ajoyib

Siz qisqa vaqt ichida orzularingizga erishasiz va barcha
narsalarda muvaffaqiyat sizniki bo'ladi, chunki koinot
kuchlari to'g'ri qonunni boshqarishga va uning
samaradorligini namoyish etishga qodir. Agar biz o'zimizni
tekshirsak, Xudoning yordami bilan buning haqiqatini anglab
.yetamiz

Shogirdlardan biri ustoz Paramahansadan taqiqlangan
shaytoniy vasvasani yengishning eng samarali usullari
:haqida so'radi va u unga shunday dedi

Agar siz donolikda mustahkam o'rnashib olmagan
bo'lsangiz, avvalo - vasvasaga duch kelganingizda - darhol
harakatni yoki kuchli impulsni to'xtatib, keyin sodir bo'lgan
.voqealar haqida o'ylashingiz kerak

Agar avval o'ylashga harakat qilsangiz, vasvasa sizni
irodangizga qarshi yengib chiqadi va siz o'zingizni qilishni
istamagan ishni qilayotganingizni ko'rasiz, chunki bu holda
.vasvasa aqlni yengib chiqadi

Siz shunchaki qat'iy ravishda "Men bunday qilmayman"
deyishingiz kerak, keyin o'rnidan turib keting. Bu
.shaytonning tuzoqlaridan qochishning eng ishonchli yo'li

Obsesif hujumlar paytida "Men xohlamayman" kuchini
qanchalik ko'p rivojlantirsangiz, shunchalik kuchliroq bo'lasiz
va baxtingiz shunchalik katta bo'ladi, chunki baxt vijdoningiz
.aytganini qilishga bog'liq

Vasvasaga "yo'q" deganingizda, nimani nazarda
tutayotganingizni va aytayotganingizni chin dildan
aytishingiz kerak
Taslim bo'lmang va irodasi zaif odamlar doim "ha"
deyishini, buyuk qalblar esa adabiy "yo'q"larga to'la
.ekanligini unutmang

Ma'naviy tarbiya jarayonida biz his-tuyg'ularimiz va
impulslarimizni boshqarishni o'rgandik, shaxsiy xohishlarimiz
hayotimizni boshqarishiga yo'l qo'ymaymiz. Xudo bizga
bergan barcha narsalar uchun minnatdor bo'ldik. Odamlarda
juda ko'p narsa bor, lekin ko'pchilik doimo norozi va shikoyat
qiladi, hech narsaga ega bo'lmasalar ham, o'zlarini norozi his
qilishadi, go'yo ularda hech narsa yo'qdek va ularning
.istaklari cheksizdek tuyuladi

Ertalab, er soqolini — va ehtimol mo'ylovini — qirib
tashlagandan so'ng, yuzini yuvib, kiyingandan so'ng, u
keyingi istagan narsasi — nonushta. U bir nechta luqma yeb
qo'yishi bilanoq, xotini o'ziga xos didiga mosroq narsa
tayyorlaganini orzu qiladi, xotin esa, o'z navbatida, undan
ham yaxshiroq idishlar, likopchalar va idishlarga ega
.bo'lishini orzu qiladi

Shunday qilib, ular kundan-kunga bunga va shunga
intilishadi, toki hech narsa ularni qoniqtirmaguncha,
munosabatlari yaqinligini yo'qotmaguncha va hatto baxtning
o'zini ham yo'qotmaguncha. Ular his qilayotgan nafrat tufayli
eng yaqinlariga qarshi chiqadilar. Xotin eridan shikoyat qiladi
va janjallashadi, er bolalarga baqiradi va bolalar isyon
ko'tarib, yomon odamlar bilan muammoga duch kelishadi.
Gap shundaki: narsalarga egalik qilish yomon emas, lekin
mol-mulkning bizga egalik qilishiga yo'l qo'yish noto'g'ri.
Baxt izlayotganlar haddan tashqari bog'lanib qolmasligi yoki
.egalik qilmasligi kerak

Jannati mening ichimda va men go'zal manzaradan yoki
aziz do'stlarim bilan uchrashganimdan xursand bo'lganimda,

ichki jannati o'sha manzaradan yoki o'sha do'stlarni
ko'rishdan zavqlanishimni oshiradi. Bu ichki mamnuniyatsiz,
hatto yer yuzidagi jannat ham chidab bo'lmas do'zaxga
.aylanadi

Fikrlash, nutq, his qilish va harakat qilishning barcha
kuchlari Xudodan kelib chiqishini va U doimo biz bilan
ekanligini, bizni ilhomlantirishini va yo'naltirishini anglash
xavotir, chalkashlik va sarosimadan darhol xalos bo'lishga
olib keladi. Bu anglash bilan ilohiy quvonch chaqnashlari
.paydo bo'ladi

Ba'zan chuqur ma'naviy nur butun mavjudotni qamrab
.oladi, qo'rquv tushunchasini yo'q qiladi va yo'q qiladi
Okean to'lqinlari singari, ilohiy kuch ham ulkan tezlik
bilan keladi, yurakdan o'tib, uni qudratli muborak oqim bilan
yuvib tashlaydi, undan barcha to'siqlar va shubhalar,
.asabiylashish va qo'rquvlarni olib tashlaydi
Ilohiy mavjudlikka teginganimizda, biz shunchaki
jismoniy tanalar ekanligimiz haqidagi illyuziya yo'qoladi.
Bunga chuqur va diqqat markazida bo'lgan ma'naviy fikrlash,
Xudo haqida mulohaza yuritish va ongimizni ochish uchun
.Undan yordam so'rash orqali erishish mumkin
Shunda biz tananing Xudoning kosmik okeanidagi
.shunchaki kichik bir energiya pufagi ekanligini anglaymiz

Biror kishi qattiq psixologik tajribalar ostida qolsa yoki
kuchli qo'rquvlarga berilib ketsa, u uxlashga harakat qilishi
.kerak

Agar u buni uddalay olsa, uyg'onganida psixologik
taranglik yo'qolganini va qo'rquvlar o'z ta'sirini yo'qotganini
ko'radi, chunki ruh uyqu holatiga kirganda, u vaqtincha
tanaga va uning tajribalariga bog'liqlik bilan bog'liq
.muammolardan yuqoriga ko'tariladi

Buyuk holat - bu chuqur, ongli meditatsiya orqali yuqori
ongga teginishdir. Biz hech narsa bizning tinchligimizni

buzmasligiga yoki bizni xotirjamligimizdan mahrum
.qilmasligiga qat'iy qaror qilishimiz kerak
Ong hayot sharoitlariga to'liq berilib ketganda, u baxtli
ruhiy qalbning asl mohiyatini anglay olmaydi. Lekin biz bir
vaqtning o'zida Xudo bilan yaqin aloqamizni, Uning nuri bizni
o'rab turganini va Uning tinchligi bizda yashayotganini eslab
harakat qilsak, voqealar bizga ta'sir qilmaydi va noqulay
.vaziyatlar bizning tinchligimizni buzmaydi

Inson o'z impulslarini kuzatishi kerak. Ochko'z odam
ham, intizomli ruhiy odam ham ovqat yeydi. Shunday ekan,
ovqatlanish ko'pincha ochko'zlik bilan bog'liq bo'lgani uchun
?gunoh deb aytish joizmi

Gunoh fikrda, niyatda yotadi. Ochko'z odam ochligini
qondirish uchun ovqat yeydi, ruhiy odam esa tanasini
sog'lom saqlash uchun ovqat yeydi va bu ikkalasi o'rtasida
.katta farq bor

To'g'ri va noto'g'rini farqlash uchun inson o'zini tahlil
qilishi va o'zidan qilmoqchi bo'lgan ish to'g'ri yoki noto'g'ri
ekanligini so'rashi kerak. Biz o'zimizga nisbatan to'liq halol
.bo'lishimiz kerak

Inson o'ziga nisbatan halol bo'lsa, xato qilish ehtimoli
juda kam va agar shunday qilsa ham, ular tezda o'z yo'llarini
to'g'rilay oladilar. Biz qilayotgan ishimizda vijdonimizga amal
qilishimiz kerak, chunki vijdon bizning ichimizdagi farqlovchi
.kuchdir

Qanchalik ko'p vazifa va majburiyatlarga ega
bo'lishimizdan qat'i nazar, vaqti-vaqti bilan ongimizni
tashvishlar va boshqa barcha tashvishlar va
mashg'ulotlardan butunlay ozod qilishni unutmasligimiz
.kerak

Ayniqsa, xavotirda bo'lsangiz va o'zingizni xavotirga
botgan his qilsangiz, ichki xotirjamlikka e'tibor qaratib, bir
.daqiqada davomida salbiy fikrlarni o'ylamaslikka harakat qiling

O'sha paytda biz uchun tushunish oson emas edi, lekin
endi ular bizga o'rgatgan tinchlik yo'lini tushunaman

Tinchlik omonatlari

Agar biror kishi bank hisobiga hech qanday pul
kiritmasdan chek yozishda davom etsa, uning puli tugaydi va
.balansi bo'shab qoladi

Xuddi shunday, agar inson hayotining hisobiga
muntazam ravishda xotirjamlik qo'ymasa, uning kuch,
xotirjamlik va baxt zaxiralari kamayib, oxir-oqibat yo'q bo'lib
ketadi, bu esa hissiy, aqliy, jismoniy va ma'naviy
bankrotlikka olib keladi. Xudo haqida mulohaza yuritish va
Uning muborak huzurini his qilish bizning ichki kuchimizni
to'ldiradi va bizni barcha zarur hayotiy elementlar bilan
.to'ldiradi

Faqat hozirgi zamonda yashash o'rniga, biz o'tmish va
kelajakda bir vaqtning o'zida yashashga harakat qilamiz, bu
esa ongga og'ir yuk tushiradi, uni charchatadi va narsalar
bilan samarali kurashish qobiliyatini cheklaydi. Shuning
uchun biz aqliy yukimizni yengillashtirishimiz kerak. O'tmish
abadiy yo'q bo'lib ketdi, shuning uchun nega uni ongimizda
?olib yurishimiz kerak

Ong o'z yuklarini birma-bir, birma-bir yengib chiqsin.

Oqqush tumshug'i bilan tortib olgan suyuqlikning faqat
qattiq qismini yeydi; xuddi shunday, biz faqat o'tmishdan
olgan saboqlarimizni ongimizda saqlashimiz va keraksiz
.tafsilotlarni unutishimiz kerak

Bu ongni ancha yengillashtiradi. Zamonaviy insonning
zavqi, boshqalarning mahrumligi va azob-uqubatlari
qaramay, bor narsasini ko'paytirish va ko'proq narsaga ega
.bo'lishdan iborat

Lekin inson uchun ortiqcha hashamatsiz, kamroq
ishtiyoq va xavotir bilan oddiy hayot kechirish yaxshiroq
emasmi? Bor narsasidan zavqlanmaslik darajasiga
.shoshilishdan zavq yo'q

Odamlar ma'naviy uyqudan uyg'onib, moddiy narsalarga
bo'lgan ehtiyojlaridan ustun turadigan kun keladi. Sodda
hayot ko'proq xavfsizlik, tinchlik va osoyishtalik keltirishini
.anglaydigan kun keladi

Sevgi kuchi bilan odamlar qalbini zabt etish hayotda har
kim erisha oladigan eng katta g'alabadir

Bular boshqalar uchun yashab, vafot etgan buyuk
insonlarning eng ajoyib yutuqlari edi. Faqat o'zlari uchun
yashaydigan ulkan moddiy kuchga ega bo'lganlar tezda
unutilib ketishadi. Ammo boshqalar uchun yashaydiganlar
.abadiy yodda qoladilar

Payg'ambarlar yer yuzida yashaganlarida oltin taxtlarga
ega bo'lmaganlar, lekin ular millionlab odamlarning qalbida
sevgi taxtida o'tirishadi. Bu har qanday inson egallashi
.mumkin bo'lgan eng yaxshi taxtdir

Inson bu dunyoga yig'lab keladi, boshqalar esa uning
kelishidan xursand bo'lishadi. Ular o'zlariga berilgan umr
davomida ishlashlari va xizmat qilishlari kerak, toki bu
dunyodan ketish vaqti kelganda, ular jilmayib ketishsin,
.dunyo esa ular uchun motam tutsin

Xudo bu dunyoni insoniyat o'z aql-zakovatidan
foydalanib, ma'naviy bilimlarga ega bo'lishi va ilohiy fikrni
tushunishi uchun yaratdi va bu kuch o'ziga va boshqalarga
.foйда keltirish uchun to'g'ri yo'naltirilishi kerak

Agar Xudo bizga sevgisini qalbimizga singdirib
bermaganida, biz hech qachon insoniy sevgini bila olmagan
.bo'lar edik

Xudo bizga juda saxovatli va mehribon bo'lgani uchun, U
bizning maqsadimiz va qidiruvimizning maqsadi bo'lishi
kerak. U bizga O'zini yuklashni xohlamaydi, lekin U haqida
o'ylamasdan va U bilan bog'lanmasdan hech qanday baxtga
.erishib bo'lmaydi

Bizni boshqa barcha mavjudotlardan ajratib turadigan
tana va ongning sirli ishlashi va hayotdagi boshqa barcha
mo''jizalar bizni uni izlashga va kashf etishga undashi kerak.

Chin dildan va astoydil harakat qilganlar o'z ishlarida
.muvaffaqiyat qozonishadi va maqsadlariga erishadilar
Men bu yo'lga birinchi marta qadam qo'yganimda,
hayotim dastlab tartibsiz va tartibsiz edi, ammo takroriy
urinishlar va tinimsiz harakatlar tufayli bulutlar tarqala
boshladi va hamma narsa hayratlanarli darajada
ravshanlashdi. Men bilan sodir bo'lgan hamma narsa
Xudoning borligi va bu hayotda U bilan muloqot qilish va Uni
.bilish imkoniyatining aniq isboti edi

Oh, izlovchi Xudoni topganida topadigan tinchlik va
osoyishtalik! Shunda dunyo yorug' va tabassumli bo'ladi,
hamma narsa yaxshi bo'ladi va hech narsa qalbgga qo'rquv
.sola olmaydi

Mana shunday qilib biz qiyinchiliklarga duch kelishimiz
va hayot va yorug'lik farzandlariga xos bo'lgan jasorat va
.jasorat bilan hayot kurashida kurashishimiz kerak

Bir vaqtning o'zida juda ko'p ishlarni qilishimiz
kerakligini his qilganimizda, biz juda xafa bo'lamiz
Nima qilish kerakligi haqida tashvishlanishning o'rniga,
:quyidagilarni aytish yaxshiroqdir
Bu vaqt faqat meniki va men bu vaqt ichida bosim meni"
bosib ketishiga yo'l qo'ymasdan qo'limdan kelganini
".qilaman

Soat bir daqiqada 24 soatni aylana olmaydi va shunga
.o'xshash, siz 24 soatlik ishni bir soat ichida bajara olmaysiz
Hozirgi paytda qilishimiz kerak bo'lgan ishni bajarish
uchun yetarlicha harakat qilishimiz va buni xotirjam va
stresssiz bajarishimiz kerak, shunda kelajak o'z-o'zidan o'zi
.hal bo'ladi

Hozirgi lahzadan zavqlaning va tinchlik tebranishlari
bilan uyg'unlashishga harakat qiling
Buni qanchalik ko'p qilsangiz, shuncha ko'p ichingizda
sizning manfaatingiz uchun ishlaydigan, hayotingizni

boyitadigan va sizni baxtli qiladigan muborak kuchni his
.qilasiz

Qo'rquv va xavotir bilan kurashish
Og'riq hissi natijasida yurakda xavotir paydo bo'ladi.

Shunday qilib, biz qo'rquv o'tmishdagi tajribalarga
asoslanganligini ko'ramiz. Ehtimol, odam o'tmishda yiqilib,
oyog'ini sindirib olgan va shuning uchun o'sha tajribani
.takrorlashdan qo'rqadi

Bunday og'riqli sinovlarga doimiy e'tibor qaratish iroda
va asablarni falaj qiladi, bu esa yiqilishga va yana oyog'ining
sinishiga olib kelishi mumkin! Bundan tashqari, yurak
qo'rquv tufayli falaj bo'lib qolganda, tananing hayotiyligi eng
past darajaga tushadi, bu esa kasallik mikroblarining tanaga
.kirib, zarar yetkazishiga imkon beradi

Kasallikdan qo'rqmaydigan odam deyarli yo'q. Qo'rquv
insonga og'riqdan saqlanish uchun ehtiyot chorasi sifatida
berilgan va uning maqsadi uni kattalashtirish va doimiy
.ravishda u haqida o'ylash emas edi

Doimiy qo'rquv bilan mashg'ul bo'lish qiyinchiliklardan
qochish va duch keladigan muammolarni hal qilishdagi
harakatlarimizga xalaqit beradi. O'lchovli qo'rquv donolikka
asoslangan, masalan, ma'lum bir ovqatni iste'mol qilishni
xohlasa ham, uni zararli deb hisoblash. Kasallikdan qo'rqish
kasallikni anglatadi. Odamlar shunchaki bu haqda o'ylash
orqali kasallikni o'zlariga olib kelishadi. Agar siz doimo
shamollashdan qo'rqsangiz, undan qochish uchun nima
.qilsangiz ham, unga ko'proq moyil bo'lasiz

Qo'rquv irodangiz va asablaringizni falaj qilishiga yo'l
qo'ymang. Xavotir sizni irodangizga qarshi qo'zg'atganda, siz
qo'rqqan tajribangizni yaratishga yordam berasiz. Kasalliklari
va zaif tomonlari haqida doimo gapiradigan odamlar bilan
ko'p vaqt o'tkazish ham aqlsizlikdir. Bu narsalarga e'tibor
.qaratish ongingizga qo'rquv urug'ini ekishi mumkin
O'pka sil kasalligi, saraton yoki yurak xastaligiga
chalinishdan qo'rqadiganlar bu qo'rquvni o'z fikrlaridan

chiqarib tashlashlari kerak, aks holda bu ularga noxush
.holatlarni keltirib chiqaradi

Bemorlar va qariyalarga kelsak, ularga ijobiy fikrlar va
his-tuyg'ular orqali ularni ruhlantirish va kayfiyatlarini
ko'tarish uchun kuchli va ijobiy fe'l-atvorli odamlar orasida
.iloji boricha yoqimli va yoqimli muhit kerak
Fikr katta kuchga ega. Kasalxona xodimlari o'ziga
bo'lgan ishonchlari tufayli kamdan-kam hollarda kasal
bo'lishadi; haqiqatan ham ularning kuchli fikrlari ularning
energiyasini yangilaydi va ularga doimiy ravishda hayotiylik
.baxsh etadi

Sog'inch qo'shig'i

Katta sog'inch bilan, sizga qalbidagi qo'shiqlarni
bag'ishlayman

Men barcha ma'naviy xazinalarni sizning oldingizga
qo'yaman

Men siz uchun cheksiz sevgi va cheksiz sadoqat asalini
to'pladim

Vijdonim hujayralarida; meniki bo'lgan hamma narsa
siznikidir

Ey Rabbim, men yolg'on umidlar va behuda istaklar
cho'lida chanqadim

Va endi men Sening sevging va tinchliging buloqlaridan
ichdim va chanqog'imni qondirdim

Men endi dunyoviy istaklarga chanqoq emasman
Men sizning muborak, xushbo'y shabadalaringiz menga
.qarab oqayotganini his qilyapman va tetiklashyapman

Va mening baxtimning shamlari sizning quvonchingiz
nuri bilan porlaydi

Men chanqoqlik va charchoqdan deyarli o'lib qoldim
Aldamchi yer yuzidagi vohalar sarobi orasida

Va endi men sizning muborak ruhingizning baxtli
to'lqinlariga cho'mdim

Men sizning muqaddas dengizingizda cho'kib, abadiy
!sizda yashashni istayman

Gullar tili
Xudo eng buyuk rassomdir
Uning mutlaq go'zalligi gullarning go'zalligida aks etadi
Gullar va atirgullarni ko'rganimizda uni eslash naqadar
!ajoyib
Xudo ko'rinmasdir
Biroq, u biz bilan gaplashmoqda
Gullar orqali
Va minglab boshqa yoqimli va yoqimli mavjudotlar
Va u bizni o'zining samoviy hidi bilan to'ldiradi
U bizga O'zining mavjudligini har kuni yaratganlari orqali
tasdiqlaydi
Gullar bir maqsad uchun yaratilgan
U o'zining go'zalligi, kamtarona xizmati bilan barchaga
xizmat qiladi
Biz Xudoning mo'jizalari haqida hamma narsadan
ko'proq gaplashdik
Har bir gul ilohiy mavjudlikning o'ziga xos yoqimli
hikoyasini aytib beradi
Gullar asrlar davomida ishlatilgan
Faqat bezak uchun emas, balki Xudoning xushbo'yligi va
go'zalligini ochib berish uchun
Biz Xudoning borligini gullar va atirgullar orqali his
qilishimiz mumkin
Chunki har bir gul ilohiy tuzilish bo'lib, u orqali biz
Xudoning namoyon bo'lishini idrok etamiz
Go'zallikni sevadigan go'zal
Dala nilufarlariga e'tibor bering, hatto Sulaymonning}
{butun shon-shuhratida ham emas
U ulardan biri kabi kiyingan edi
Xavotirlar: ularning tabiati va ular bilan qanday
kurashish kerak
Xavotirlar befoyda, ular faqat qalbimizni ko'proq
tashvishlar bilan to'ldiradi

Ish kuningizni tugatganingizda yoki ketayotganingizda,
buni unuting. Uni yodingizda saqlamang va uyingizga olib
.ketmang

Xavotirlar ong atrofida qorong'u, g'amgin bulutlarning
qalin qatlamini hosil qiladi, bu esa odamni qoqinishga majbur
qiladi, chunki ularning yo'li aniq va oson emas. Biz Xudoga
tobora ko'proq tayanishni o'rganishimiz kerak. Bu o'z-o'zidan
fan va o'zgarmas yoki o'zgartirilmaydigan doimiy ilohiy
qonundir. Kim qo'lidan kelganini qilsa va shu bilan birga
ilohiy yordam so'rasa, yo'lidagi to'siqlar olib tashlanadi,
qiyinchiliklar shiddati kamayadi va Xudo ular uchun
eshiklarni ochadi. {Kim Xudoga tavakkal qilsa, U ularga
kifoya qiladi} {Xavotirlaringizni Rabbimizga tashlang,
shunda U ularni boshqaradi}

Bilingki — Xudo bilimingizni oshirsin — hayotdagi
qiyinchiliklar va tashvishlardan chiqishning har doim yo'li
bor. Agar biz bir oz to'xtab, mulohaza qilsak va
xavotirimizning sababi haqida o'ylash o'rniga uni yo'q qilish
haqida yaxshilab o'ylasak, Xudo biz uchun eshiklarni ochadi
va bizni hech qachon tasavvur qilmagan yo'llarga
.yo'naltiradi

Ko'p odamlar o'z tashvishlari haqida gapirish uchun
menga kelishadi, shuning uchun men ulardan xotirjam
bo'lishlarini va mulohaza yuritishlarini, ilohiy yordam
so'rashlarini va o'zlarini xotirjam his qilmaguncha va
ma'naviy xotirjamlikka erishmaguncha muammolarini hal
.qilishning boshqa yo'llari haqida o'ylamasliklarini so'rayman
Aql xotirjam bo'lganda, ruhga ilohiy tinchlik tushsa va
imon mustahkamlansa, muammolarga yechimlar tog'lar
.ortidan ko'tarilayotgan quyosh kabi paydo bo'ladi
Muammolarni e'tiborsiz qoldirish ulardan xalos bo'lishni
kafolatlamaydi va ular haqida tashvishlanish ham ijobiy
.natijalarga olib kelmaydi

Xotirjam bo'lguningizcha meditatsiya qiling, keyin
muammoingiz haqida o'ylang va Xudodan yordam so'rab

chin dildan ibodat qiling. Muammoga e'tiboringizni qarating,
shunda siz xavotirsiz yoki mashaqqatli harakatsiz yechim
.topasiz

Chin dildan va samimiy ibodat har doim Xudo tomonidan
ijobat bo'ladi. Ammo agar ibodat g'ayrat va samimiyat bilan
.qilinmasa, unga ijobat bo'lmasligi aniq

Hamma bir paytlar ibodat tufayli istaklaridan biri amalga
oshganini tushunadi

Orzu orzuga aylanganda, u Xudoning qalbiga ta'sir qiladi
.va U istalgan narsani beradi

Xudo biror narsani xohlasa, butun tabiat Uning irodasiga
javob beradi

Xudo biz Unga chin dildan, chuqur imon va qat'iyat bilan
murojaat qilganimizda javob beradi

Ba'zan U sizning xohishingizni yoki ehtiyojigingizni
qondirish uchun ishlaydigan ma'lum bir g'oyani kimningdir
boshiga solib javob beradi

Bunday odam Xudoning qo'lida kerakli natijaga erishish
uchun vosita bo'lib xizmat qiladi

Odamlar bu qudratli kuch qanday ishlashini bilishmaydi
U juda aniq hisob-kitoblar bilan ishlaydi, "agar" yoki
."agar bo'lmasa" uchun joy qoldirmaydi
Ko'rinmas narsalarga ishonish" deganda aynan shu"
.ma'noni anglatadi

.Va U zot unga kutmagan joydan rizq beradi

Ruh madhiyalaridan

Daraxtlar xo'rsinadi

Va shamol sho'xlik qiladi

Va quyosh tabassum qiladi

Va daryo oqadi

Va osmon yuqoriga ko'tariladi

pushti-qizil dog'lar

Va yer qora plashini o'zgartiradi

Yulduzli olmoslar

Kun davomida kiyish uchun

Ko'zni qamashtiruvchi oltin rangli kostyum
Tabiat o'zini bezatadi va o'zini bezatadi
Ketma-ket fasllarning quvnoq ranglarida
Va g'uvullagan oqim
Siz hech qachon gapirishga harakat qilmaysiz
Ovozlar duduqlanish bilan xiralashgan holda
Yashirin fikr haqida
Va qalb tubidan kelib chiqadi
Va qushlar qo'shiq aytadilar
Va u tan olishga harakat qiladi
Noma'lum narsalar bilan
Bu uning ichida aylanmoqda
Lekin inson
Gapirish va tushuntirishga qodir
Aniq va aniq so'zlar bilan
Hamma qila olmagan narsa haqida
Uni oshkor qilish haqida
Koinotning Xo'jayini haqida
Hamma joyda mavjud
Xabardorlikni oshirish

Bizning ichki psixologik muhitimiz hayotning dastlabki
bosqichlaridan boshlab tashqi muhit bilan o'zaro ta'sirimiz
.orqali shakllanadi

Bu ichki muhit va intellektual odatlar, o'tmishdagi hayot
tomonidan shakllantirilgan istak va moyilliklardan tashqari,
ko'pincha bizning harakatlarimiz va xatti-harakatlarimizni
.avtomatik ravishda boshqaradi

Intellektual yangilanishga yoki ongni tanadan ruhga va
ma'naviy haqiqatlarga ko'tarishga kelsak, hayotning boshida
ruh o'zini namoyon qilishdan va tana orqali istaklarini ifoda
.etishdan zavqlanadi va natijada u tananing asiriga aylanadi

Biz o'zimizni jismoniy darajadan yuqori darajada
yashashga o'rgatishimiz kerak. Aqliy rivojlanish jismoniy yoki
moddiy o'sish bilan chambarchas bog'liq. Shuning uchun,
tabiiy evolyutsiyaga ko'ra, ruh ma'naviy ong darajasiga

yetish uchun bir necha bosqichlardan o'tadi, bu esa avval
moddiy muvaffaqiyatga, keyin esa aqliy muvaffaqiyatga
.erishishning sababini tushuntiradi
Aqliy yutuqlar, shubhasiz, foydalidir, chunki ular orqali
biz jismoniy ehtiyojlarni ma'naviy xavfsizlikka aylantirishni
o'rganamiz

xavfli burilish

Bugungi dunyo duch kelayotgan muammolar Xudo
tomonidan yaratilmagan, aksincha, ular butun insoniyatning
uzoq yillar davomidagi noto'g'ri fikrlashi va noto'g'ri
harakatlarining natijasidir. Odamlar nimani eksa, shuni
.o'rishlari kerak

Inson xavfli burilish nuqtasiga yetib keldi va chorrahada
turibdi. U o'zi ixtiro qilgan urush vositalari bilan o'zini yo'q
qilishi yoki yuqori hayot tarziga o'tishi va payg'ambarlar va
donishmandlar tomonidan targ'ib qilingan axloqiy, axloqiy va
ma'naviy qadriyatlarga amal qilish orqali Xudoni hayotiga
.jalb qilishi mumkin. Tanlov bizniki

Insoniyat o'z pozitsiyasini aniqlab, qaysi yo'ldan borishi
kerakligini hal qilish vaqti keldi: yo betartiblik va
vayronagarchilikka, yoki samoviy dinlar tomonidan ruhlarni
va dunyoni azob-uqubat va ofatlardan qutqarish uchun
.chaqirilgan oliy umuminsoniy ideallarga

Agar inson o'z rolini o'ynashi kerak bo'lganidek o'ynasa
va yaxshilik, sevgi va fazilatli axloq qonunlaridan ilhomlansa,
.unda zulmat, albatta, yo'qoladi va zulmat yo'qoladi

Dunyo guvohi bo'layotgan fojiali voqealar uchun ham,
har bir mamlakatda sodir bo'layotgan bema'ni zo'ravonlik
uchun ham hech qanday mantiq yoki asos yo'q. Bularning
barchasining sababi shundaki, insoniyat o'z Yaratuvchisidan
.uzoqlashdi va U bilan haqiqiy aloqasini yo'qotdi

Odamlar o'zlarining achchiq salbiy his-tuyg'ularini
to'kmaslik va g'azablarini boshqalarga qaratmaslik uchun
hech qanday mantiqiy asos ko'rmaydilar va muammolarni

hal qilishning yagona yo'li qurol ishlatish va hayotni yo'q
.qilish deb o'ylashadi

Lekin Alloh, Uning payg'ambarlari va buyuk zotlari
odamlarning bir-biri bilan uyg'unlikda yashashlarini va
.solihlik va taqvodorlikda hamkorlik qilishlarini xohlashadi

Sizning haqiqiy "men"ingiz kosmik ildizlarga ega. Bu
ildizlar o'z kuchini kosmik manbadan, ya'ni mavjudotdagi
barcha kuchning manbai bo'lgan Xudodan oladi. Cheklangan,
kichikroq "men" yoki "ego" - bu ichkaridan ajratib olinishi va
haqiqatda namoyon bo'lishi mumkin bo'lgan narsalarning
.kichik bir qismidir

Sizning asosiy "men"ingiz faollashtirishni, foydalanishni
va foyda olishni kutayotgan cheksiz salohiyatga ega
Barcha buyuk ustozlar tanada o'lmas ruh borligini, bu
Xudoning nurining uchquni bo'lib, mavjudlikni to'ldiradi va
.butun mavjudotni qo'llab-quvvatlaydi, deb ta'kidlaydilar

Odamlar hayotlarini qanday o'tkazishini bilasizmi? To'g'ri
yashash usulini va agar hayotga oqilona va tejamkorlik bilan
sarmoya kiritsak, undan qanday foyda olishimiz mumkinligini
.ozchilik biladi

Avvalo, biz vaqtimizga e'tiborli bo'lishimiz kerak. Vaqt
o'tib ketadi va biz sezmasdan ham o'tib ketadi va shuning
uchun biz ko'pincha Xudo bizga bergan vaqtning qadrini
.qadrlamaymiz

Qancha vaqt behuda narsalarga sarflanadi! Va hayot
bizga nimalarni taklif qilishi mumkinligi haqida o'ylash va
mulohaza yuritish uchun qancha odam to'xtaydi? Ko'p
odamlar umuman chuqur o'ylamaydilar; ular butun umrlarini
ovqatlanish, uxlash va o'yin-kulgi bilan o'tkazadilar, keyin
.esa bu dunyoni ko'rsatadigan hech narsasiz tark etadilar
Ehtiyojlar va istaklarni farqlash juda muhim. Haqiqiy
ehhtiyojlar juda oz, ammo istaklar son-sanoqsiz. Erkinlik va
ichki xotirjamlikni topish uchun biz ehtiyojlarimizni

qondirishimiz va cheksiz istaklarni ta'qib qilishni va o'tkinchi
dunyoviy baxtga intilishni to'xtatishimiz kerak, xuddi
chanqoqni qondirmaydigan va chanqoqni qondirmaydigan
.cho'l sarobi kabi

Inson baxtga erishish uchun tashqi sharoitlarga
qanchalik ko'p tayansa, uni boshdan kechirishdan shuncha
uzoqlashadi. Hashamatga bo'lgan istakni rivojlantirish va uni
rivojlantirish baxtsizlik va mol-mulkka qullikning ortishiga
.olib boradigan aniq yo'ldir

Biz ehtiyojlarimizni kamaytirishimiz va vaqtimizni
haqiqiy baxt yoki ma'naviy ne'matni izlashga sarflashimiz
kerak

Ruh hech qachon o'zgarmaydi; bu cheklangan inson
ongi pardasi ortida yashiringan abadiy mohiyat bo'lib, u har
.xil og'riq, muvaffaqiyatsizliklar va o'limga to'la

Biz o'zgaruvchanlik va o'zgarishning xayoliy pardasini
ko'tarib, abadiy tabiatimizda dam olishimiz kerak. Biz
ongimizni qat'iyat va ichki xotirjamlik qoyasiga, ya'ni
tushunishdan ustun bo'lgan ilohiy tinchlik taxtiga
o'rnatishimiz kerak, shunda biz Ruhning muborak
buloqlaridan kunu tun oqib chiqayotgan shirin baxt bulog'ini
.tatib ko'ramiz

Baxtga o'zini tarbiyalash, oddiy hayot odatlari va nafis
fikrlashni rivojlantirish, shuningdek, asosiy ehtiyojlarimizni
qondirish uchun kerak bo'lganidan ko'proq pul topsak ham,
pulni tejamkorlik bilan sarflash orqali erishish mumkin.

Shuningdek, boshqalarga yordam qo'lini cho'zishimiz va
.ularga o'zlariga yordam berishda yordam berishimiz kerak
Yozilmagan qonun borki, kim boshqalarga farovonlik va
baxtga erishishda yordam bersa, kutilmagan manbalardan
yordam oladi va ularning o'z farovonligi va baxti ortadi. Bu
doimiy va o'zgarmas qonundir va unga amal qilganlar
baxtlidir, chunki ular baxtlilar qatorida bo'ladilar. Sodda
?yashash va ma'naviy boy bo'lish yaxshiroq emasmi

Nur ustiga nur, Alloh xohlagan kishini O'z nuriga}

{hidoyat qiladi

{Va yorug'lik zulmatda porlaydi}

Kichkina elektr chiroqdagi har bir chiroq ortida kuchli oqim bor va har bir kichik to'lqin ostida ko'plab to'lqinlarga aylangan ulkan okean yotadi

Bu odamlarga ham tegishli. Xudo odamlarni yaratdi va ularga iroda va tanlov erkinligini berdi. Lekin odamlar Xudo .ularga bergan manba va kuchlarni unutishadi

Bu dunyoda mavjud bo'lgan imkoniyatlarning ham,
inson erisha oladigan taraqqiyotning ham, u erisha oladigan
.ufqlarning ham chegarasi yo'q

Insonni butunligi va borlig'i bilan tushuna
.boshlaganimizda, u jismoniy mavjudot emasligini anglaymiz

Uning ichida ko'plab kuchlar yotadi, u bu dunyo

sharoitlariga moslashish uchun turli darajalarda

foydalanadigan salohiyatga ega. Va bu kuchlarning

salohiyati oddiy odam tasavvur qilganidan beqiyos darajada .katta

Buloglar va ichimliklar: Muqaddas sevgi vohasi

Men hayotiylikni jalb qilaman

Oltin quyosh nuri favvorasidan

Men tinchlikdan ho'playman

Oy nuri tushgan kumush tunlarning buloqlaridan

Men sizning kuchingizni ichaman

Kuchli shamol kosasidan

Men sizning xabardorligingizni quvonch va zavq bilan

ichaman

Nozik, chuqur fikrlarimning kosalaridan

Sizning muborak nuringizda

Men abadiy hushyor turaman

Muborak va mavjud yuzingizga tikilib

Abadiyatning uzoq asrlari davomida hushyor nigoh bilan

Men Xudoning sevgisini qidirdim
Inson tuyg'ularining bepusht tuprog'ida
Nihoyat topgunimcha
Muqaddas sevgi vohasida
Kimning manbai hech qachon qurib qolmaydi
Rabbim, menga samoviy merosimni olishga yordam ber
Va men o'lmaslar hayotini yashashim uchun
!Ey eng mehribon va eng muqaddas Zot
Hatto mening johilligimning zulmati vaqtning o'zi kabi
qadimgi bo'lsa ham
Biroq, tushunib yetay
Bu sizning nuringizning tongida
Zulmat ko'z ochib yumguncha yo'qoladi
Go'yo hech qachon sodir bo'lmagandek
G'azab va uning sog'liqqa ta'siri
Oddiy odam o'z qalbining kechinmalarini ongli ravishda
eslay olmasa ham, u kosmik butunlikning bir qismidir va
vaqti-vaqti bilan o'zgarmas yoki bo'linmaydigan hayot, sevgi
va haqiqat manbai bo'lgan Yagona va Yagona Zotdan kelib
chiqadigan tetiklantiruvchi hayot oqimlari bilan hayotini
.to'ldirishi kerak
Izlovchi fikr, so'z va amalda Haqiqat tamoyilini
ulug'laganda, u o'zini yaratilish va Yaratguvchi bilan
birlashtiradi. Bu ma'naviy rivojlangan shaxsga duch kelgan
har bir kishi uning uyg'un ma'naviy tebranishlari bilan
ma'naviy jihatdan boyiydi, garchi bu boyitish darajasi har xil
.bo'lsa ham
Bu shogird og'riqli ikkilanishlar va qarama-qarshi
relativizmlardan xoli va oxir-oqibat oxirgi boshpana - mutlaq
.haqiqatga kirishga loyiqdir
G'azabning yo'qligi ichki xotirjamlikka olib boradigan
eng tezkor yo'ldir. G'azab istaklarning puchga chiqishidan
.kelib chiqadi va istaklari bo'lmagan odam g'azabdan xoli
Boshqalardan hech narsa kutmaydigan va maqsadlariga
erishish va istaklarini ro'yobga chiqarish uchun Xudoga

murojaat qiladigan kishi boshqa odamlarga nisbatan xafa bo'lmaydi yoki achchiqlanmaydi, ularning qalblarini og'ritmaydi (Birodaringizga tabassum qilish sadaqadir) va (Avval boring va birodaringiz bilan yarashing)

Dono odam Xudo barcha olamlarning boshqaruvchisi va boshqaruvchisi ekanligi haqidagi aniq bilimi bilan qanoatlanadi va u narsalar tasodifiy sodir bo'ladi deb o'ylamaydi, shuning uchun u g'azab, chuqur ildiz otgan .nafrat va dushmanlik tuyg'ularidan xoli

Bu dunyo nisbiylik dunyosidir va donolar o'zlarini ilohiy iroda bilan uyg'unlashtiradilar va o'z harakatlarini sharoitlarga moslashtiradilar. Ba'zan ular yovuzlarni begunohlarga zarar yetkazishdan to'xtatsa, jasur yoki hatto zo'ravon norozilik ko'rsatishlari mumkin. Ammo donolar, ularning johilligi qanchalik katta yoki gunohlari qanchalik ko'p bo'lishidan qat'i nazar, hech bir insonga nisbatan nafrat .saqlamaydilar

O'zini biladigan odam uzoq yoki qisqa vaqt ichida g'azablanishi mumkin, ammo tez orada odatdagi xotirjamligi .va xotirjamligiga qaytadi

Oddiy odamning g'azabini iroda kuchi bilan va darhol yo'q qilib bo'lmaydi, lekin dunyoviy istaklardan xoli bo'lgan odamning sof qalbi g'azabni his qilmaydi va uni namoyon .qilmaydi

G'azab odamlar orasida eng keng tarqalgan kamchilik .bo'lib, u oilalarda va millatlar o'rtasidagi tinchlikni buzadi

G'azablanishga moyil bo'lganlar oilalari tomonidan

yoqtirilmaydi va bu doimiy g'azablanishlar inson salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi va ko'pincha zo'ravonlikka olib keladi. Odamlar ko'r-ko'rona g'azabga berilib ketganda, ularning katta qismi jinoyat sodir etadi, .qamoqqa tushadi yoki o'limga hukm qilinadi

O'zini himoya qilish tamoyiliga muvofiq, barcha odamlar ehtiyotkor bo'lishni, oqibatlarini hisobga olishni va g'azabini .jilovlashni o'rganishlari kerak

G'azablarini tiyadigan va odamlarni kechiradiganlar - va
Alloh yaxshilik qiluvchilarni sevadi
Ruhiiy muvozanatga erishish
Hayotning nisbiyligi (tug'ilish, o'lim, zavq va og'riq) bu]
dunyoga muvozanatli ong bilan qaraydiganlar tomonidan
yengib o'tiladi. Darhaqiqat, bularning ildizlari mukammal
Bhagavad-Gita 4:9 [muvozanatli ilohiy ruhga asoslangan
Talqin va sharh

Aqliy muvozanatga ongni ichkariga aylantirishga
yordam beradigan ruhiy mashqlar orqali erishish mumkin,
bunda yogi o'zgarmas quvonchning muvozanatli holatini
boshdan kechiradi. Ular uyg'oqlik vaqtida bu ichki holatni
namoyon qila olganda, ular pok va umuminsoniy ruhga
.asoslangan bo'ladilar

Donolarning aytishicha, oddiy odam og'riq va zavq,
issiqlik va sovuq, hayot va o'lim kabi mavjudlikning ikkiliklari
va nisbiyligi bilan hissiy o'zaro ta'siri tufayli nuqsonli. Faqat
o'z ongini dunyoviy hislardan ixtiyoriy ravishda ajrata
oladiganlarga hislarning bezovta qiluvchi ikkiliklaridan
chinakam ozoddirlar va ular ilohiy ruhda orom topib, abadiy
.tinchlikni boshdan kechiradilar

Ichki, ongli va yuksak ong holatida muqaddas saodatni
boshdan kechiradigan yogislar pok va kosmik ruh bilan
.birlikdadir

Intizomsiz odam bu dunyoning harakatlanuvchi
tasvirlarini kuzatadi va o'z ongi dengizida quvonch va
qayg'u, umidsizlik, g'azab, karaxtlik yoki befarqlik
to'lqinlarida suzib yuradi, ammo bu dengizda aks etgan ruh
.oyini ko'ra olmaydi

Ongning notinch to'lqinlari pasayganda, sokin ichki
okeandagi donishmand muqaddas oyning tasvirini
.buzmasdan ko'radi

Salbiy fikrlash dushmandir
Biror narsani yengishingiz kerak bo'lganda, nima uchun
uni yengishingiz kerakligini tushunishingiz kerak. Siz nafaqat

undan voz kechishingiz va undan uzoqlashishingiz kerak,
balki u haqida o'ylashni ham yo'q qilishingiz va uni
fikrlaringizdan chiqarib tashlashingiz kerak. Salbiy fikrlash -
.bu engish kerak bo'lgan dahshatli dushman

Agar diqqatingizni hissiy ongdan ma'naviy ongga
qaratsangiz, g'alabaga erishasiz va o'zingizga baxt keltirasiz.
.Yutuqlar ongda yotadi

Inson ortiqcha narsaning qurboni bo'lmasligi kerak.
Narsalardan zavqlaning, lekin ularning sizni qul qilishiga yo'l
qo'ymang. Erkin bo'ling. Mehribon, do'stona, xushchaqchaq
va quvnoq bo'ling va har qanday sharoitda o'zingizning
.xo'jayiningiz bo'ling

Inson xohlagan narsani qilish erkinlik emas, balki
.erkinlikni suiiste'mol qilishdir
Erkinlik o'z-o'zini boshqarish qonuniga, ya'ni o'zini o'zi
.boshqarish qonuniga amal qilishdan kelib chiqadi
Haqiqiy erkinlik hamma narsani donolikka muvofiq qilish
demakdir

Xudo va Uning qonunlariga muvofiq bo'lmagan erkinlik
.kambag'al va yuzaki

Ko'pgina odamlarning hayoti istaklar, ehtiroslar,
temperamentlar, odatlar va atrof-muhit va ijtimoiy ta'sirlar
.bilan boshqariladi

Jismoniy odatlar ongni boshqara boshlaganda, tananing
iroda buyruqlariga bo'ysunishi qiyinlashadi. Yaxshi odat
sizning eng katta do'stingiz, yomon odat esa yashirin
dushmanidir. Shuning uchun, odat yoki harakatni
takrorlashdan ehtiyot bo'lish kerak, chunki takrorlash
harakatni anglamasdan oldin odatga aylantiradi va odat
ikkinchi tabiatga aylanadi. Biroq, uni doimiy yaxshi ishlar va
.ijobiy, ijodiy fikrlash orqali o'zgartirish mumkin

Bizni jaholat va uning oqibatlaridan xalos qiling
Sen barcha yaxshiliklarning manbai va barcha kuchning
manbaisan

Rabbim, bizga marhamat ko'rsatishimiz uchun bizga
baraka ber

Bizning sog'lig'imizda
Bizning intellektual intilishlarimizda
Va bizning ma'naviy intilishlarimizda
Siz yulduzlardagi uchqunsiz
Atomlardagi energiya
Va o'zining chuqurligini anglash
O'zimizni qayta zaryadlashga yordam bering
Sizning oliy kuchingiz bilan
Sizning cheksiz donoligingiz bilan
Va sizning cheksiz haqiqiyliğingiz bilan
Keling, sizning sog'liq manbai ekanliğingizni tan olaylik
va hayot muhiti
Va barcha tushunchalarning manbai
Bizni jaholat va uning oqibatlaridan xalos qiling
Og'riq va azob-uqubatlardan
Donoligingiz toshqini oqib ketsin
Hayotimizning barcha vayronalari va xarobasi
Yuzingizni bizdan yashiradigan pardalarni yirtib tashlang
Sizni juda yorqin nur bilan ko'rishaylik
Bizning borlig'imiz ufqida son-sanoqsiz quyoshlar bor
Bizga doimo yangilanib boruvchi kuch sifatida sizning
mavjudliğingizni his qilishimizga imkon bering
Fikrlashimizga ilhom bering
Va ruhimizni oziqlantiring
Va u bizning tanamizni qo'llab-quvvatlaydi
Bizni qondirish va umidlarimizni ro'yobga chiqarishdan
boshqa hech narsa yo'q
Biz qilayotgan barcha ishlarimizda sizning yo'l-
yo'riqlaringizni so'raymiz
Va agar bizda noto'g'ri fikrlar bo'lsa
Bizni qaytaradigan muborak pichirlashingizni eshitaylik
To'g'ri yo'lga
Ijodiy kuchingiz bilan hayotimizga baraka bering

Va sizning abadiy baxtingiz
Ey saxovatli larning eng saxovatlisi
Va barcha berishlarning manbai

Ma'naviy tushunchalarga ega bo'lishni istaganlar bu
holatlarga erishish uchun xudbinlik uchun emas, balki
boshqalarni o'z hayotlari namunalari bilan ilhomlantirish
.uchun harakat qilishlari kerak

O'z vazifalarini hayotlarini muvozanatli tarzda
rivojlantirishga yordam beradigan tarzda bajaradiganlar,
yo'qolgan va umidsizlikka tushganlar kiradigan va
xotirjamlik, baxt va muvaffaqiyat ufqlariga o'tadigan
.muborak va ochiq eshiklar kabi harakat qilishadi

Bu odamlar o'zlarining oliy tabiati bilan uyg'unlikda va
o'zlarining inijliklarini qondirish uchun emas, balki haqiqat,
rivojlanish va ilohiy irodaga rioya qilish talablarini bajarish
.uchun ishlaydi

Ular saroylarda yashab, millionlab boyliklarga ega
bo'lishsa ham, haqiqiy zohidlardir, chunki ular Xudoni rozi
qilish va boshqalarga yordam berish uchun shaxsiy
.ambitsiyalaridan voz kechishadi

Inson o'rmonlar tubida bo'ladimi yoki zamonaviy
tsivilizatsiya o'rmonlari o'rtasida bo'ladimi, hayot
sinovlaridan o'tish va yashash qiyinchiliklarini yengish uchun
.ishlashi va qo'lidan kelganicha harakat qilishi kerak
O'rmonlar yirtqichlarning uyidir va tsivilizatsiya
.o'rmonlari qo'rquv hayvonlari bilan to'lib-toshgan

Vasvasalar va haddan tashqari istaklar, va inson o'zini
barcha moddiy va ma'naviy yirtqichlardan himoya qilishi
kerak, shunda u erkinlik, quvonch va qo'rquvdan xalos
.bo'lish bilan munosib hayot yo'lida yurishi mumkin
Inson o'zida abadiy ma'naviy baxt saltanatini topganda,
uni hamma joyda, xoh sukunat tubida, xoh faoliyat
shovqinida topadi va u ilohiy ovozni tafakkur g'orida ham,
.mehnat maydonlarida ham unga pichirlayotganini eshitadi

Faylasuf va dengizchining hikoyasi
Aytishlaricha, falsafa va mantiqni yaxshi biladigan bir
faylasuf daryoning bir qirg'og'idan ikkinchi qirg'og'iga
o'tishni niyat qilgan va odamlarni daryodan o'tkazish uchun
foydalanadigan kichik qayiqqa ega bo'lgan qayiqchini
.chaqirgan

Faylasuf qayiqqa chiqdi va dengizchi kuchli oqimga
qarshilik ko'rsatib, uni eshkak eshdi. Qisqa masofani bosib
o'tgandan so'ng, faylasuf dengizchidan so'radi: "Dengizchi,
"?siz Falsafa tamoyillarining birinchi qismini yodladingizmi
Dengizchi javob berdi: Yo'q, janob, men uni
.yodlamaganman

Shunda faylasuf unga shunday dedi: Sizga umringizning
25 foizini hech qanday muhim foydasiz behuda
.sarflaganingizni ma'lum qilishdan afsusdaman
Dengizchi haqoratni yutib yubordi va eshkak eshishda
davom etdi. Daryoning o'rtasiga yetganlarida, faylasuf yana
:og'zini ochdi va dedi

Hey Naughty: Falsafa tamoyillarining ikkinchi qismini
?yodladingizmi

Dengizchi javob berdi: Janob, men bu "Falsafa
.tamoyillari" kitobi haqida hech narsa bilmayman
Keyin faylasuf yangi bir e'lon qildi: "Qanday achinarli!

Sizga umringizning 50 foizini bekorga sarflaganingizni
ma'lum qilishdan afsusdaman". Dengizchi bu qo'pollikdan
xafa bo'ldi, lekin hech narsa demadi, bir nechta usulda
eshkak eshishda davom etdi va bu qiziquvchan faylasuf bilan
uchrashgan soatini la'natladi. Qayiq daryo bo'ylab yo'lning
to'rtdan uch qismiga yetganida, faylasuf uchinchi savolni
:berdi

Hey Naughty: Falsafa tamoyillarining uchinchi qismini
?yodladingizmi

Bechora dengizchi sabr-toqati susayib javob berdi: Men
sizga aytdim-ku, janob, men falsafa haqida hech narsa
bilmayman

Bu yerda faylasuf (tashvish va tasalli) tabassumi bilan
shunday dedi: Afsuski, siz bu bilan umringizning 75 foizini
behuda sarfladingiz va bu o'rnini to'ldirib bo'lmaydigan
.yo'qotishdir

Dengizchi bu gapga javob bermadi, balki qarama-qarshi
qirg'oqqa yetib borish va o'sha badbo'y, yopishqoq narsadan
xalos bo'lish umidida eshkak eshishni tezlashtirdi. To'satdan
osmon chaqmoq chaqib, momaqaldiriq boshlandi va kuchli
tropik yomg'ir yog'ib, qayiqni har tomonga uloqtirib
.yuborgan shiddatli bo'ronni keltirib chiqardi

Keyin navbat dengizchiga faylasufga savol berish keldi,
:shuning uchun u unga dedi

Aziz faylasufim, biz bu safarga chiqqanimizdan beri, siz
menga ketma-ket savollar yog'dirib kelmoqdasiz. Sizga bitta
?savol bersam maylimi

:Faylasuf javob berdi: Ha, qila olasiz. Dengizchi dedi
Oh, falsafani yaxshi biladigan va uning kitoblarini yod
?olgan hurmatli faylasuf, siz suzishga ustamisiz

Faylasuf titroq ovozda javob berdi: Yo'q, janob, men
.suzishni bilmayman

Dengizchi jilmayib unga dedi: Demak, bizning
tavakkalchiligimiz sizda, qolgani esa bizning hayotimizda va
sizga bir necha daqiqadan so'ng hayotingiz yuz foiz tarixga
!aylanishini aytishdan qiynalaman

Shu payt ulkan to'lqin qayiqqa urilib, uni ag'darib
tashladi va davr faylasufini daryo tubiga uloqtirdi, dengizchi
do'stimiz esa kuchli qo'llari va suzishdagi ko'p yillik
tajribasidan foydalanib, to'lqinga ishonch bilan va xotirjamlik
bilan qarshilik ko'rsatib, narigi qirg'oqqa eson-omon yetib
.bordi

Loy ostida ko'milgan oltin kabi
Yaratilishning boshidanoq yaxshilik kuchlari yovuzlik
kuchlariga qarshi kurashib kelgan. Shuni yodda tutishimiz
kerakki, hasad, g'azab, ochko'zlik va boshqalar bizning
o'zimiz yaratmagan, balki bizga boshidanoq berilgan. Donolik

shu yovuzliklarni boshdan kechirish orqali uyg'onadi va bu
.azoblar orasida yo'l topishga harakat qiladi

Donolikni topishning yagona yo'li - tajriba, chunki
shaxsiy tajriba orqali biz yovuzlik bizning tinchligimizni
buzishini va bizga qayg'u, azob-uqubat va og'riq keltirishini
anglaymiz va shuning uchun biz undan qochish va qutulish
.uchun harakat qilishimiz kerak

Har safar sizni g'azablantirgandan keyin xotirjamlikni
topsangiz va mehribon va xotirjam bo'lishga qaror qilsangiz,
shayton kelib: "Sizga tuhmat qilinyapti, nega bunga javoban
.yomon yoki xafa qiladigan gap aytmaydiz?", deydi

Yaxshilik va yomonlik o'rtasidagi tortishuvda
shaytonning g'olib bo'lishiga yo'l qo'ymang
Muqaddas Ovoz bizga doimo pichirlab turadi, ammo
ilohiy yordam olish uchun biz Osmon ovozini diqqat bilan
.tinglashimiz kerak

Shayton bizni har safar o'ziga jalb qilishga harakat
qilganda, Xudo bizni O'ziga jalb qilishga harakat qiladi. Savol
?tug'iladi: kimga quloq solamiz va kimga bo'ysunamiz
Bizning roziligimizsiz hech kim bizni nazorat qila olmaydi
yoki bizga ta'sir o'tkaza olmaydi, chunki biz Xudo bizga
bergan qaror va tanlov erkinligiga egamiz, ammo shaytoniy
hiyla-nayrang har doim mavjud va biz unga qarshi turishimiz
.kerak

Yaxshilik kuchlari muammolarimizga yechim keltiradi,
yovuzlik kuchlari esa asoratlari va muammolar yaratishga
harakat qiladi. Yaxshilik - bu boshqalarni o'z manfaatlari
yo'lida chetlashtiradigan barcha xudbin istaklardan xalos
.bo'lish demakdir

Xudoning qudrati ulkan va Uning qudrati barcha
kuchlardan ustundir. O'zining sevgisi orqali U bizni O'ziga
jalb qilishga va yovuzlik changalidan xalos qilishga harakat
qiladi. Insoniyat o'rtada turadi: Uning o'ng tomonida
.farishtalar va chap tomonida yovuzlik kuchlari

Inson har safar yaxshi ish qilganda, Xudo uni o'ziga yaqinlashtiradi; har safar yomon ish qilganda, shayton uni o'ziga yaqinlashtiradi. Lekin shayton insonni abadiy ushlab .tura olmaydi, chunki u Xudoning suratida yaratilgan Qachonki inson qalbida nafratni his qilsa, shayton uni yo'q qilishga harakat qilayotganini eslasin va agar ular sevgini his qilsalar, Xudo ularni O'ziga chaqirayotganini .bilsinlar

Yomon va yaxshi misollar mavjud. Xudo bizni O'ziga jalb qilish uchun O'zining misollarini yoki naqshlarini ko'rsatadi, Shayton ham o'z mahsulotlarini xuddi shu maqsadda ko'rsatadi. Va bu namoyishlar haqida o'ylab, qo'shiq aytishni :boshlagan Xudoning odami naqadar ajoyib Hayot shirin, o'lim esa tush, Salomatlik shirin, kasallik" esa tush, Sening muqaddas kuylaring qalbim tubida aks- "sado berganda, ey Xudo

Yovuzlik va gunoh bizning tabiatimizda emas, balki .chetdan olib kelingan va qalbimizga singib ketgan Yaxshilik loy ostiga ko'milgan oltinga o'xshaydi; u o'z mohiyatini yo'qotmaydi, balki loy olib tashlangandan so'ng tabiiy sofligi bilan porlaydi. Xuddi shunday, inson qalbidagi yaxshilik ham abadiydir. Qalb oltini johillikning qalin, qotib qolgan loyi bilan qanchalik bulg'anmasin, biz bu loyni donolik pichog'i bilan qirib tashlashimiz yoki uni bilim suvlari bilan yuvishimiz kerak, shunda haqiqiy oltinning go'zal .yaltiroqligini ochib beramiz

Ma'naviy energiyalarni faollashtirish

Ruh uyg'onishi kerak

Zaiflik va ojizlik orzularidan

Va ongni donolik ufqlariga yuborish

Meditatsiya, jismoniy mashqlar va dam olish orqali

O'zini tuta bilish va to'g'ri ovqatlanish

Va so'zsiz, yengilmas psixologik kuch

Mag'lubiyatni tan olmang

Chunki buni tan olish katta mag'lubiyatdir

Sizda cheksiz kuchlar bor
Bu kuchlar faollashtirilishi kerak
!Gap shundaki, hammasi shu
Jiddiy va chuqur fikrlash
Bu cheklovlardan xalos bo'lishning yo'li
Va ko'plab muammolar
Xudoga nisbatan ongini singdirish kerak
Va yuqori ma'naviy idrok bilan
Qiyinchiliklar juda ko'p bo'lishi mumkin
Yuklar og'ir
Lekin insonning o'z dushmani
Ya'ni, uning kichik "men"i yoki "ego"si
Haqiqiy ruh o'lmasdir
Tajribalar va muammolar vaqtinchalik va o'zgaruvchan
bo'lsa-da
Inson asosan ruhdur
Ma'naviy mohiyat doimiy va o'zgarmasdir
Siz ulkan energiya va kuchlarni ishga tushirishingiz
mumkin
Qiyinchiliklar va falokatlarni yengib o'tish
Va yo'lingizda turgan barcha to'siqlar va to'siqlar

Fikr elektr toki kabi kuchdir
psixologik holatlar
Bu fikrlash va fikrlash tarziga qaytadi
Elektr ham foydali, ham zararli
?Xo'sh, buni qanday hal qilishni kim biladi
U buni o'z xizmatiga qo'yadi
Aks holda, uni elektr toki urishi mumkin
Va shunday deb o'ylagandim
Agar u to'g'ri yo'llarga yo'naltirilgan bo'lsa
Bu o'z egasiga baxt keltiradi
Aks holda, bu unga muammo tug'diradi
Fikr yovvoyi otga o'xshaydi
Biroq, uni bo'ysundirish imkonsiz emas

Ijobiy fikrlash - bu fikrlaringizni boshqarishning bir usuli

Sog'lom fikrlash yaqin do'stdir

Va kasal aql doimiy dushmandir

Sog'lom fikrlash tinchlik va xavfsizlikni jalb qiladi

Va kasal aql halokatli o'qlarni otadi

U egasiga ikki baravar zarba beradi

Shuning uchun ham, mukofot amal bilan bir xil, degan

.gap bor

Inson yaxshi niyatlarni yuborgan ekan

Uning g'oyalari mash'alaga aylanadi

Ruh xonalarini yoritib bering

Va zulmat uyumlarini haydab chiqaring

Shunda u chuqur yengillik his qiladi

!Uning ko'zlari mamnuniyat tabassumi bilan porladi

boshqalar bilan til topishish

Ularning kelishuvi hamma narsani anglatmaydi

Yoki ular uchun ideallardan voz kechish

Chunki bu murosaga kelish usuli istalmagan

Bu haqiqatga to'g'ri kelmaydi

Islahotchilar va buyuk odamlar bir fikrga kelishmadilar

Atroflarida ko'p odamlar bilan

Biroq, ular o'zlarining ideallarini saqlab qolishdi

Chunki ular nima qilayotganlarini anglab yetdilar

Bu mutlaqo to'g'ri edi

Printsipga putur yetkazmaslik kerak

Va ma'lum bir maqsadga erishish uchun yashirin

niyatlarga murojaat qilmaslik

Chunki bu prinsipial odamlarga yarashmaydi

?Xudoga ma'qul keladigan tarzda kim yashay oladi

Boshqalarga zarar yetkazmang, chunki ularda

qo'rqadigan hech narsa yo'q

Avvalo, inson Xudo bilan uyg'unlikda bo'lishi kerak

Keyin vijdon bilan, keyin esa odamlar bilan

Lekin agar bu yondashuv boshqalarni qoniqtirmasa

Inson o'zida xotirjam bo'lishi kifoya

U ichki xotirjamlik tuyg'usini his qiladi, bu uni
odamlarning roziligidan mustaqil qiladi
Ruhning kuchi va istagi
Xudoga yuzlanishda
Bu ruhiy magnetizm deb ataladi
Va bu magnitlanish
Ruh o'ziga ne'matlarni jalb qiladi
va nozik tebranishlar
Va barcha yaxshi insoniy tajribalar
Bu unga yaxshilik va solihlikni eslatadi
ruhiy magnetizm
Bu kuch
Bu odamni o'ziga tortadi va o'ziga tortadi
Yaxshi do'stlar
Va muhim va muhim narsalar
Va narsalarni intuitiv tushunish
Bu kuch kelib chiqadi
Xudoning jozibali magnit kuchidan
Tinchlik shami
Aqliy idishni oling va uni xotirjamligingiz bilan to'ldiring
Tuyg'ularim shishasini oling va uni rahm-shafqating
bilan to'ldiring
Bo'sh qalb savatimni oling va uni donoligingiz mevalari
bilan to'ldiring
Sevging suvlarini qalbinga quying, toki men ularni
.chanqagan qalbning kosalariga quyiymen
Egoim devorlarini buzib tashlang va meni to'liq
huzuringizga cho'mdiring
Sevgi nuri tongi qalbimning teshiklaridan porlaydi,
menga sevgingning quyosh nurini eslatadi
Hayotim osmoniga yoyilib
Sevgingning yorqin nuri qalbinga porladi, uni yoritdi va
.nuring ruhimning makonini to'ldirdi

Sen mening tanamni qo'llab-quvvatlaydigan hayotsan,
fikrlarimni ilhomlantiradigan ongsan va johilligimni yo'q
.qiladigan donoliksani

Qadim zamonlardan beri ichimda saqlanib kelayotgan
oltin kitobni o'qish uchun sevgimning yupqa shamini
.yoqaman

Sizning sevgingiz zulmatni yo'q qiladigan va menga
xabarlaringizni ko'rsatadigan ko'rinmas tinchlik shami edi va
.shundayligicha qolmoqda

Blog yuraklar sahifalarida
Cheksizlik chegarasi

Sizni qayta-qayta qidirgandan keyin
Va sizning ajoyib sirlaringiz o'rmonlarida uzluksiz kezib
yurish

Nihoyat cheksizlik chegarasiga yetdim
Ishonch va matonat bilan men Sening muqaddas
ismingni chaqirdim

Va to'satdan sizning huzuringizga eshik ochildi
Uning markazida

Va men seni ulug'vor vahiyalar taxtida ko'rdim
Mening eshitishim uyg'un emas edi

Sizning ijodiy va innovatsion ovozingiz bilan
Ovozingizni eshitishni intiqlik bilan kutgandim
Keyin sizning xotirjamligingiz sehri menga kirib keldi

Va intuitiv pichirlashlar bilan
U menga farishtalar tilini o'rgatdi
Va yangi uchrashuv barbod bo'ldi
Men sizni savollarim va so'rovlarim bilan bombardimon
qildim

:Zamonning o'zi kabi qadimiy
"?Ey Xudo, nega gunoh va azob-uqubat"
?Nima uchun yolg'on va illyuziyalar
Shunday qilib, men sizning muqaddas joyingizning
nurlarini oldim
Yorqin harflarning bir shakli

Menga sizning haqiqiy va ishonchli javoblaringizni
yetkazyapman

Yupatuvchi va taskin beruvchi
Endi Salami ezoterik ibodatxonasida
Men sizning xotirjamlik qalbida borligingizdan
zavqlanaman

Biz tushunarsiz, jim so'zlar bilan suhbatlashamiz
Ey tushunib bo'lmaydigan sirlarning Xudosi
Men siz bilan abadiy gaplashaman
!Qalbidagi barcha notiqlik va ravonlik bilan
Sizning nuringiz qalbimda miltillaganda
Ey Rabbim, ulug'vorliging oshkor bo'lsin
Donoligingiz nuri yo'qolib ketsin
Jaholat, kelishmovchilik va hasad
Yer qirg'oqlaridan abadiy
Zaifligimizni kuchga aylantiring
Va biz qat'iyatli bo'lishga zaiflashdik
Tanamizni hayotiy elektr energiyasi bilan zaryadlang
Va ongingizni va qalbingizni shifobaxsh nuringiz bilan
to'ldiring

Qo'limizni ushla, toki biz Sening g'aflat suvlarida cho'kib
ketmaylik

Borlig'imizni Sening sevging va donoliging bilan to'ldir
Sizga juda yaqin ekanligimizni his qilaylik
Va rahm-shafqatingiz quyoshi
U bizga doimo nur sochadi

Men pichirlab gapiradigan, jonli fikrlarimning gullarini
joylashtiraman
Jimjitlik tuzilishida
Uning jimgina xushbo'y hidi kuylaydi
Va u sizning shon-sharafingiz haqida kuylaydi
Va muqaddas nuringizning nuri bilan
Men sizning mavjudligingizning go'zalligini ko'raman
Mening baxtli orzularim ushaladi

Sizning nuringiz qalbimda miltillaganda
Pardalar donolik olovi bilan yonmoqda
Shunday qilib, ulug'vorligingizga qarang
Mening quvonchim o'sib bormoqda
Ilohiy ne'matlar dengizi
O kosmik yorug'lik
Har kuni osmonni yorqin ranglar bilan bezab
turganingizni ko'raman
Men sizning bepusht tuproqni zumrad ipak bilan
qoplashingizni kuzataman
Siz quyosh nuri iliqligidasiz
!Va U hamma joyda namoyon bo'ladi
Rabbim, menga xotirjamligim oynasida yuzingni
.ko'rishga yordam ber
!Borligingning ulkan shohligini ko'rsat, o'zingni ko'rsat
Yuragimni ibodat qilishga, jonimni esa his qilishga o'rgat
Uning ular orqali paydo bo'lishi uchun barcha eshiklar
ochiladi
Sizning borligingiz ne'matdir
Ey eng muqaddas sevgilim
Hozir va abadiy anglab yetay, sen meniki eding va hali
ham abadiy menikisan
Mana mening xatolarimning orzulari, ular yo'q bo'lib
ketdi va unutilish qabristoniga ko'mildi
Men uyg'oqman, qanotlaringiz ostida hayot quyoshining
nurida cho'milyapman
Ilohiy ne'matlar dengizi men orqali oqadi
Va men o'zimni uning oqib o'tadigan vositasi ekanligimni
his qilyapman
Barcha muqaddas ijodiy kuchlar
Ey Rabbim, menga baraka ber, toki Seni izlayin
Men sizga hamma narsadan ko'proq g'amxo'rlik qilaman
Xuddi to'quvchilaringiz kabi

Ko'p talablar va talablar mavjud

Dunyo buni bizga majburlamoqda
Va bu bizni uning eng muhimligiga ishontiradi
Va chunki usiz yashash imkonsizdir
Yoki ularsiz qilish
Lekin asosiy talab quyidagicha bo'lishi kerak
Xudoning tinchligiga erishish
Kimning manbalari hech qachon qurimaydi
Uning manbai hech qachon qurib qolmaydi
Bu hayotdagi hamma narsaga lazzat va ma'no beradi
Keling, Xudo bizning borlig'imizning mohiyati ekanligini
yodda tutaylik
Va bu sevgi biz qaraydigan derazadir
Uning oliyjanob yuziga
?Kim ilohiy mavjudlikni his qilishni xohlaydi
Va bu ezgu istak fikr va amalda kuchayadi
Xudo uning iltimosini ijobat qiladi
Va bu unga pardalarni yirtishga yordam beradi
Bu muborak nurlarni ko'rishga to'sqinlik qiladi
Yo'lda oldinga intilishga qaror qilganlar
Uni hech narsa to'xtata olmaydi
Unga hech narsa xalaqit bermaydi
U maqsadiga erishguncha
U yuragi xohlagan narsaga erishadi
G'azab sizni boshqarishiga yo'l qo'ymang

Bu tuyg'u yuzaki ko'rinadiganidan chuqurroqdir. Inson zo'ravonlik portlashlarining tashqi ko'rinishini oqilona nazorat qila olishi mumkin, ammo baribir bostirilgan g'azab va qaynab turgan nafratni saqlaydi. Bu g'azab turli yo'llar bilan namoyon bo'ladi, masalan, tajovuzkorlik, bezovtalik, sabrsizlik, norozilik, hasad, asabiylashish, baxtsizlik va kayfiyatsizlik. Darhaqiqat, deyarli har bir kishi ma'lum darajada g'azabni boshdan kechiradi.

G'azab, qanday tabiatga ega bo'lishidan qat'i nazar, istaklarni ro'yobga chiqarishdagi umidsizlikdan kelib chiqadi.

Ma'naviy quvonch bo'lmaganda, odamlar shahvoniy istaklar orqali zavqga murojaat qilishadi - bu istaklar o'zlarida umidsizlik va norozilik urug'larini olib yuradi va natijada nozik his-tuyg'ular va yuqori idroklarni yo'q qiladigan g'azab.

Shuning uchun, g'azabni yo'q qilishning eng ishonchli yo'li uning sababini yo'q qilishdir: istak. Insonning istaklari qanchalik ko'p bo'lsa, ularning umidsizliklari shunchalik kuchli bo'ladi, chunki bu istaklarning barchasini qondirishning iloji yo'q, chunki shahvoniy istaklar to'ymas va hech qachon tugamaydi. Biz istaklarni bajarishga yoki shahvoniy lazzatlarni boshdan kechirishga qanchalik ko'p intilsak, ularga shunchalik bog'lanib qolamiz. Va bog'lanishimiz qanchalik kuchli bo'lsa, istaklarimizni qondiradigan narsalardan mahrum bo'lishdan azob chekishimiz shunchalik kuchli bo'ladi.

Masalan, tabiat bizga ochlik tuyg'usini singdirdi, shuning uchun biz tanamiz qachon ovqatga muhtojligini bilamiz. Ammo bog'lanish yoki ishtiyoq bu tuyg'uni kuchaytiradi va uni psixologik stressga aylantiradi. Agar siz doimiy ravishda och qolsangiz va uch kun davomida ro'za tutsangiz - sog'liq uchunmi yoki boshqa sabablarga ko'rami - siz, ehtimol, g'azablanasiz. Boshqa tomondan, yogi bir necha kun davomida ovqatsiz qolishi mumkin, chunki u tana istaklaridan ajralishni mashq qilgan.

Istaklar g'azab manbai ekanligini anglaganimizda, biz bu istaklarga qanday qilib konstruktiv yondashishni bilishni xohlaymiz. Bunga bir nechta yondashuvlar mavjud:

Avvalo, bu istaklarni amalga oshiring

Agar bu istaklar zararsiz bo'lsa, ularni amalga oshirishda hech qanday yomon narsa yo'q, keyin ular o'tib ketadi. Muammo shundaki, bu istaklarni amalga oshirish yangilarini keltirib chiqarishi yoki ular singib ketgan va zaiflashtiruvchi

odatlarga aylanishi mumkin. Bu istaklarni qanchalik ko'p qondirsangiz, ular shunchalik kuchli bo'ladi. Shuning uchun, hatto begunohdek tuyulgan istaklarni amalga oshirishda ham, odam aqlli va tanqidiy bo'lishi kerak.

Ikkinchidan, bu istaklardan xalos bo'ling

Istaklarni yengishning eng samarali usullaridan biri bu ulardan ongingizda voz kechishdir va bu biz ma'naviy jihatdan ko'proq xabardor bo'lganimiz sari tabiiy holga aylanadi. Masalan, ma'naviy tadqiqotlar va amaliyotlar bilan shug'ullanadiganlar chekish istagini yo'qotadilar. Istaklardan voz kechish ruh asosiy istakni - abadiy baxtni ta'qib qilish uchun yetarlicha uyg'onganda paydo bo'ladi. Biz ichimizda ma'naviy quvonchni boshdan kechirganimizda, shahvoniy narsalarga bo'lgan istak zaiflashadi va irodani bo'shatadi.

Biz kuchli istaklarni nihoyatda foydali bo'lgan kuchli va ijodiy energiyalarga aylantirishimiz mumkin. Ko'pincha, istakning o'zi yomon emas; muammo odamlar uni qanday amalga oshirishlarida. Agar siz o'zingizda baxtni qanday topishni bilsangiz, barcha istaklaringiz ularga erishish uchun turli xil narsalarni sinab ko'rishga hojat qoldirmasdan amalga oshirishini ko'rasiz.

Buni bizda hech qanday istak bo'lmasligi kerak degan ma'noni anglatmasligi kerak. Inson sifatida bizda istaklar bo'lmasligi mumkin emas. Bu yerda yashayotgan ekanmiz, tabiat bizni harakat qilishga undaydi. Muammo shundaki, harakatlarimiz natijalari bizning kutganlarimizga mos kelmasa, g'azab bizni boshqarishiga yo'l qo'ymaslik kerak.

Meditatsiya g'azab yoki boshqa har qanday muammo uchun samarali vositadir. Buning sababi, meditatsiya bizni asl tabiatimiz bilan to'liq uyg'unlikka olib keladi, g'azab kabi barcha salbiyliklardan xoli bo'ladi. Xudoning quvonchi va tinchligi bizda yashaydi va biz to'g'ri yo'l bilan meditatsiya

qilsak, biz bu quvonch va tinchlikka erishamiz va natijada g'azab tabiiy ravishda yo'qoladi. Xuddi qum massasi kuchli to'lqinlarga bardosh bera olmagani kabi, ichki xotirjamlikka ega bo'lmagan odam ham shiddatli intellektual bo'ronlarga bardosh bera olmaydi.

Lekin olmos to'lqinlar uni har tomondan qanchalik urib yubormasin, o'zining asl mohiyatini saqlab qoladi. Xuddi shunday, sof qalbga ega inson, xuddi tiniq billur kabi, qiyinchiliklar uni qamrab olsa va tajriba shamollari uni qattiq silkitsa ham, porlab turadi.

Nima uchun u eng yuqori lavozimlardan voz kechdi?

Mazmunli hikoya

O'qituvchining hikoya qilishicha Paramhansa

Tarjimasi: Mahmud Abbos Masud

Qadim zamonlarda ba'zi solih odamlar o'rmon bilan chegaradosh vodiyni chekkasida, tinchlik shabadalari doimo esib turadigan va birodarlik sevgisi bu muborak maskanning o'ziga xos belgisi bo'lgan sokin bir dala hovlida yashar edilar.

Poklik birodarlari daraxtlar bergan yangi mevalar bilan kun kechirishdi va mo'l-ko'l, tiniq tog 'buloqlaridan tirik, yorqin, oqayotgan suvni qo'llari bilan olib ichishdi.

Ularning ko'zlari olmos kabi porlab, samoviy tabassumlar bilan mamnuniyat va mamnuniyatga to'lib, qalblariga quvonch joylashib, ularni abadiy tasalliga to'ldirdi.

Shunga qaramay, bu muborak ruhlardan biri o'zini ma'naviy baxtga to'lgandek his qildi va bir lahza bo'lsa ham dunyoviy shon-sharafni tatib ko'rishni orzu qildi. Uni atigi bir kunga shoh bo'lish istagi egallab oldi, shuning uchun u

akalari bilan xayrlashdi va shohona baxt izlab Xudoning eshigi tomon yo'l oldi.

Yo'lda u butun qalbi bilan Xudoga ibodat qilib: "Ey Parvardigor, ey saxovatli Zot, ibodatlarni eshituvchi va umidlarni ro'yobga chiqaruvchi Zot, Sendan qadamlarimni bir kun kelib shohlar bahramand bo'ladigan baxtdan bahramand bo'ladigan saroyga yo'naltirishingni so'rayman", dedi.

U duosini tugatishi bilan ko'zlari ulug'vor binoga tushdi va o'ziga: "Oh, Rahmdilning vaqti keldi! Xudo mening orzuimni amalga oshirdi va orzu qilingan baxtga yaqinlashyapman", dedi. U o'sha ulug'vor bino tomon qadamlarini tezlatdi.

Uni hech qanday qo'riqchi to'xtata olmadi, shuning uchun u asosiy darvozadan hech qanday to'siqsiz kirdi va eng yangi va eng yoqimli atirgullar va rayhonlar bilan to'ldirilgan yam-yashil bog'larda birorta ham odamni ko'rmay kezib yurdi.

Keyin u qirollik oshxonasiga bordi va stollar uning kelishini kutayotgan eng mazali taomlar bilan to'la ekanligini ko'rdi. Biroq u yerda birorta ham xizmatkorni ko'rmadi. U o'ziga: "Ey Rabbim, Sen naqadar saxovatlisan! Sen menga bu ulug'vor saroyni va shohlarga mos keladigan bu ajoyib taomni berding. Men Sendan shuni so'radim va Sen mening tilagimni ijobat qilding, ey saxovatlilarning eng saxovatlisi", dedi.

Mehribon Xudo uning qalbidagi istakni amalga oshirganiga amin bo'lib, u uni kutayotgan ne'matlar haqida o'ylay boshladi, yuragida Qodir Xudo nihoyat unga uzoq kutgan shohona baxtni ato etganiga amin edi. Tushlikdan oldin u shohona hammomga bordi, yuvindi va hashamatli

ipak liboslar kiydi. Keyin u dabdabali dasturxonga o'tirdi va undagi nafis va yoqimli taomlarni yey boshladi.

Shu payt saroyning bir burchagida qimor o'ynab o'tirgan xizmatkorlar kirib kelishdi va qattiq g'azab va hayajon bilan uni so'roqqa tutishdi: "Siz kimsizki, ovga ketgan va biz uning istalgan vaqtda qaytib kelishini kutayotgan shohimiz xo'jayinining taomini yeysiz?"

Bu yerda do'stimiz Qodir Xudo uni sinovdan o'tkazayotgan deb o'yladi va ularga yoqimli ohangda dedi: "Men Buyuk Podshohning do'stiman va men bu yerga uning iltimosi bilan bir kunlik shohona baxtdan bahramand bo'lish uchun keldim".

Uning g'ayrioddiy xotirjamligi va o'ziga bo'lgan ishonchini payqagan xizmatkorlar uni qirolning mehmoni sifatida qabul qilishdi va unga shohona tushligini tugatishga ruxsat berishdi. Shundan so'ng, ular uni dam olish uchun yotoqxonaga olib borishdi, u tilga olgan "Buyuk Shoh" ovga ketgan yerdagi monarx emas, balki Parvardigor Xudo ekanligini bilishmasdi.

Taxminan ikki soatdan keyin jarchi shoshilib kelib, xizmatkorlarga Hazrati Oliylari biroz kechikkanini va bir soatdan keyin kelishini xabar qildi va ularga uni yangi, mazali taomlar bilan kutib turishni buyurdi.

Xizmatkorlar: "Ulug'vor hazratlari mehmonni ovqatidan bahramand bo'lish va yotog'ida uxlash uchun yubormaganmidi?" deb so'rashdi.

Podshohning elchisi darrov saroyga chaqirilmagan holda kelgan darveshlardan biri shohning ovqatini yeb qo'yganini va endi o'z to'shagida xurrak otib o'tirganini angladi. Bu misli ko'rilmagan beadablikdan g'azablanib, u xizmatkorlarga

tilanchi darvesh ustidan sindirish uchun tayoq olib kelishni buyurdi.

Aytishga hojat yo'q, aziz do'stimiz shohona tushlaridan uyg'onib, har tomondan unga shafqatsizlarcha yog'ilayotgan tayoqlarning ovozi eshitildi. Ammo xizmatkorlar uni shafqatsizlarcha kaltaklab, haqorat qilishganda, u qah-qah urib kulardi, bu esa ularni yanada g'azablantirardi, shuning uchun ular hujumni davom ettirdilar, u hushidan ketguncha. Keyin ular uni hushidan ketgan holda saroy darvozalaridan sudrab chiqishdi.

Darvesh do'stimiz akalari oldiga qaytishga kechikdi, shuning uchun ular uni hushidan ketib, saroy tashqarisida yotgan holda topmaguncha qidirdilar. Uni tinchgina o'zlarining ziyoratgohiga olib ketishdi. Aka-ukalardan biri og'ziga sut solganida, u hushiga kelganmi yoki yo'qmi, deb so'radi: "Bilasizmi, bu sutni sizga kim beryapti?" U javob berdi: "Ha, bilaman. Bir kunlik shohona baxtdan bahramand bo'lishni istaganim uchun meni qattiq jazolagan Xudo hozir menga bu sutni beryapti".

Boshqa birodarlar akalarining xavfsizligi uchun Xudoga shukur qilishdi va uning shon-sharaf va farovonlik davrida Xudoga sajda qiladigan va qiyinchilik va azob-uqubat paytida Undan voz kechadiganlardan farqli o'laroq, Xudoga bo'lgan kuchli va sobit imoniga qoyil qolishdi.

Shu bilan birga, Hazrati Oliylari o'zining ulug'vor saroyiga qaytib, taom tayyorlashni buyurdilar. U xizmatkorlar uni shafqatsizlarcha tayoq bilan urishayotgan bir paytda, ovqatini yeyishga jur'at etgan va kulishdan to'xtamagan tilanchi haqidagi hikoyani eshitib, qisqa vaqt ichida g'azabga mindi.

Nimagadir podshoh bu voqeadan qattiq ta'sirlandi, bu voqea uning xayollarini qiynab qo'ydi. U xizmatkorlariga

jasur kambag'alni topib, uning oldiga olib kelishni buyurdi. Ular uni har tomonga qidirishga kirishdilar, ammo natija bermadi. Umidsiz holda saroyga qaytib kelgach, darveshning dafn marosimi yonidan o'tib, baland kulgini eshitdilar. Ular darhol buni uning kulgisi deb bilishdi, shuning uchun otlaridan tushib, dafn marosimiga kirishdi, mehribon odamni ushlab, hukmdorlarining oldiga olib borishdi.

Shoh va darvesh bir-biriga qaraganlarida, darvesh shohdan ham balandroq kuldi, go'yo u quvonchini yuragining devorlariga sig'dira olmagandek. Shohning kulgisini tushuntirishni qat'iy talab qilganiga qaramay, darvesh qattiq jazo tahdidi ostida ham javob berishdan bosh tortdi.

Qiziquvchanlikdan shoh xushomadgo'ylik va tinchlantirishga murojaat qildi, agar xizmatkorlar uni kaltaklayotgan paytda nega kulayotganini aytib bersa, unga taxtini taklif qildi.

Shunda darvesh gapirdi:

"Sizga aytmqchi bo'lgan gaplarimni tinglang va yaxshilab tushuning. Xudo meni xayoliy qirollik baxtini orzu qilganim uchun qattiq jazoladi, chunki men kuldim va kulyapman, chunki men o'z hayotimdan qochib qutuldim va agar men bir necha soat qirollik zavqlaridan bahramand bo'lganim uchun bu jazoga loyiq bo'lsam, dunyoda zavq va lazzatlardan boshqa hech narsaga ahamiyat bermaydiganlar, ayniqsa qirollik zavqlari haqida nima deyish mumkin! Ehtimol, bunda siz uchun saboq va ogohlantirish bordir, ey asr shohi, chunki karma qonuni poylayotgan va taqdiringiz yo'lda."

Menga taqdim etgan taxtingizga kelsak, mening javobim: Katta rahmat, uni o'zingizda saqlang, chunki menga bu kerak emas, chunki men Xudoda baxtliman va

hayotimdan mamnunman va quvonchimni buzadigan va tinchligimni buzadigan hech narsaga ehtiyojim yo'q.

Sizga tinchlik bo'lsin

Ruhiy so'zlar va his-tuyg'ular
Quyidagi so'zlar Shri Dayamata tomonidan o'qituvchi B
: Ramhansa Yogananda haqida yozilgan
Sevimli ustozim bilan birinchi uchrashuvimni hali ham
eslayman. Uning qalbi shunchalik saxovatli va mehribon
ediki, u uchratgan har bir kishi o'zini yaqin do'stdek his
qilardi, go'yo ular bir-birlarini uzoq vaqtdan beri bilishadi.
Unga yuragingizni birinchi daqiqadanoq ochish qiyin emas
edi. O'lmas ustoz o'zining asl ma'naviy mohiyatini ochib
berish qobiliyatiga ega edi. U chinakam sevgi, do'stlik, ezgu
.niyatlar va ezgu tilaklarning timsoli edi

:Endi maqollar va his-tuyg'ularga o'taylik
Birodarlik sevgisi urug'lari odamlar qalbiga ildiz otganda
urushlar to'xtaydi
*

Insonning hozirgi harakatlari uning kelajakdagi tinchligi
va baxtini yoki kelajakdagi baxtsizlik va baxtsizligini
belgilaydi, chunki sabab va oqibat qonuni e'tiborsiz qoldirilsa
.yoki unutilsa ham, uni aldab bo'lmaydi
*

Moddiy qulaylik haqiqiy muvaffaqiyatning kichik bir
qismidir, unga boshqalarga zarar yetkazish orqali erishmaslik
.kerak
*

Eng buyuk inson - bu o'zini hammadan past deb
biladigan kamtarin insondir. Haqiqiy yetakchi boshqalarni
tinglaydi, o'zini hammaga xizmatkor deb biladi va hech kimni
.past ko'rmaydi
*

Kimdir yorqin tabassum bilan paydo bo'lganda, zulmat
yo'qoladi. Bunday odamlar qalbni yoritadigan va qalbni
.quvontiradigan quvonch nurlarini tarqatadilar

Hayotingizdagi barcha go'zal narsalarni eslab qolishga
va ularga e'tibor qaratishga harakat qiling

Hayot qo'pol yerda uxlaydi, gullarda go'zallikni orzu
qiladi, hayvonlarda kuchli uyg'onadi va insonda cheksiz
.salohiyatni anglaydi

Sevgi - bu Xudoga jaranglaydigan va kuylaydigan
qalbning qo'shig'i

Har bir kun, har bir daqiqa, har bir soat abadiyatni
ko'rishingiz mumkin bo'lgan derazadir. Hayot qisqa, ammo u
uzluksiz va cheksizdir. Ruh o'lmasdir va inson hayotining bu
qisqa bobida siz abadiyat hosilidan qo'lingizdan kelganicha
.o'rib olishingiz kerak

Bugun men hech qachon umidsizlik botqog'iga tushib
qolishimga, amalga oshmagan umidlar yoki real bo'lmagan
orzular haqida o'ylamaslikka qaror qildim. O'zimni
cheklangan va qamalib qolishga yo'l qo'ymaslik o'rniga, men
bu oqilona yondashuv meni tabiiy ravishda izlayotgan
.baxtinga olib borishini bilib, donolik bilan harakat qilaman

*

Rabbim, quyoshning iliq quchog'ida Sening borligingni
his qilyapman va mayin shabadada Sening hayotingning
tetiklantiruvchi nafasini his qilyapman. Ey Rabbim, seni
unutganimda ham meni eslaganing uchun Senga shukur
qilaman va cheksiz ne'matlaring uchun chuqur

minnatdorman. Doimiy eshlashing bilan yashashim uchun
.menga baraka ber

*

Bilaman, Rabbim, bu dunyoda qo'pol, dahshatli va
xunuk ko'rinadigan ko'p narsalar bor, lekin donolikning ichki
ko'zi bilan ochib berilgan yaratilishning boshqa tomoni
nihoyatda go'zal, yaxshi va yoqimlidir. Shuning uchun men
har doim bu dunyoning kamchiliklari va nuqsonlari ortida
ko'rish uchun donolik nigohi bilan qarashga harakat qilaman.
Barcha go'zallik ustidan hukmronlik qiladigan Sening oliy
.go'zalliging

:So'zlardagi uyg'unlik

O'zini tarbiyalash Boshqalarga muhabbat Hayvonlarga
mehr-oqibat Yaxshi fazilatlarni sevish Tinchlik va
osoyishtalikni sevish Buyuk odamlarni sevish Kambag'allar
va muhtojlarga mehr-shafqat ko'rsatish va ularga yordam
berish Rostgo'ylik O'z burchini sevgi va hurmat tufayli
bajarish Solihlik va islohotni sevish Axloq tuyg'usiga ega
bo'lish va to'g'ri ish qilish O'ziga hurmat Kamtarlik Muloyimlik
Sadoqat Ritsarlik Sabr Kechirimlilik Buyuk qalblar va
ma'rifatli aqlar izidan borish Ochiqko'ngillik Yaxshi xulq-
atvor Mehribonlik Soddalik va ravshanlik Ma'naviy his-
tuyg'ular muvozanati Qanoat Jismoniy poklik va intellektual
poklikni sevish Kamtarlik va takabburlikdan qochish
Yaxshilikni sevish Adolat Minnatdorchilik Muqaddas
narsalarga hurmat 623 MAM

*

Bu hayotning soylari ortida Xudoning ajoyib va
mo''jizaviy nuri yashiringan va butun koinot Uning muborak
.huzuri uchun ulkan ma'baddir

*

Biz Xudo haqida chuqur va chin dildan o'ylaganimizda,
Uni chuqur sevganimizda va Unga to'liq ishonganimizda,
oldimizda son-sanoqsiz eshiklar ochiladi. Va biz Uning nurini
ko'rib, Uning huzurini his qilganimizda, hayotdagi voqealar
qanchalik dahshatli yoki qo'rqinchli bo'lishidan qat'i nazar,
Uning huzurida his qiladigan tinchlik va osoyishtalikni
.o'g'irlashi mumkin

*

Hayotda ham, o'limda ham, kasallik va ocharchilikda
ham, qashshoqlik va baxtsizlikda ham, dunyoning
g'alayonlari, tartibsizliklari va notinchliklarida ham men doim
.Sendan panoh topaman, ey Rabbim

*

Tadbirkorlik ruhining ajoyib xususiyati insonni dunyoda
ajratib turadi va uni yonayotgan mash'ala kabi porlaydi.
Ajoyib odamlar - bu boshqalarga berishni, ularni
rag'batlantirishni va ularga ishonch bag'ishlashni yaxshi
.ko'radiganlardir

*

Bu olamda ko'rgan hayratlanarli mo''jizalarimiz bizga
Xudoning borligini ko'rsatadi; Uning mavjudligi barcha
yaratilishning har bir burchagida namoyon bo'ladi, bu esa
.Uning universal ongi mahsulidir

*

Tepalikdan tushayotgan odam hech qanday qarshilikka
dush kelmaydi, lekin yuqoriga ko'tarilishni xohlashi bilanoq,
ular sezilarli qarshilikka dush kelishadi. Xuddi shunday,
yovuzlik tubiga sirg'alib kirgan odam yo'lini o'zgartirib, fazilat
tepaligiga chiqishga urinmaguncha hech qanday qarshilik
.sezmaydi

*

Insonning baxti o'zini takomillashtirishga harakat qilish
orqali ortadi va uning baxti oshgani sayin, atrofdagilarning
.baxti ham ortadi

*

Shuni yodda tutingki, shubha, ruhiy zaiflik, xavotir,
befarqlik, zerikish, qo'rquv, xavotir, uyatchanlik, jismoniy
dangasalik va intellektual sustlik, har qanday narsada
haddan tashqari ko'plik, tartibsiz hayot, qiziqishning yo'qligi
va ijodiy qobiliyatning yo'qligi kosmik energiyaning inson
tanasi va ongini hayot kuchi bilan to'ldirish uchun jalb
qilinishini imkonsiz qiladigan salbiy to'sqinlik qiluvchi
omillardir; holbuki, konstruktiv ish, boshqalarga yordam
berish, ijodiy ma'naviy ambitsiya, xotirjamlik, jasorat,
yengilmas va bardoshli psixologik munosabat, bag'rikenglik,
sabr-toqat va tinchlik - bularning barchasi kosmik energiya
oqishi mumkin bo'lgan va hayot sharoitlarini engishga
.yordam beradigan kanallardir

*

Mehmonlardan biri Xudo haqida o'ylashni mantiqsiz deb
hisoblagan, shuning uchun ustoz Paramahansa shunday
:javob berdi

Dunyo siz bilan rozi, lekin bu dunyo jannatmi? Haqiqiy"
quvonch Xudoni tark etganlar uchun emas, chunki Xudoning
o'zi eng katta quvonchdir va Uning topinuvchilari bu yer
yuzida ichki xotirjamlik maskanida yashaydilar, Uni
unutganlar esa kun va tunlarini o'zlari yaratgan do'zaxda,
qo'rquv va umidsizlik olovida kuydirib o'tkazadilar. Shuning
uchun, Xudo haqida o'ylash va Unga yaqinlashish solihlikning
".mohiyati va mantiq ruhidir

*

Insonlar Xudo yaratgan eng oliyjanob mavjudot bo'lib,
ular aql va fikrlash qobiliyatiga ega; shuning uchun ular Xudo
insoniyatga iroda erkinligi va tanlash erkinligini bergan
vaqtlarini behuda sarflamasliklari kerak, toki ular barcha

dunyoviy ambitsiyalardan voz kechib, ularga bu sovg'alarni
.bergan Xudoni sevsinlar

*

Qallda yaxshi va sodiq do'stlarni o'ziga tortadigan
.magnit bor. Bu altruizm va saxovatning magnitidir

*

Qalblarimiz munchoqlar, ilohiy sevgi esa ularni
birlashtirib, birlik va hamjihatlik tojida bir-biriga yaqin
.tutadigan ipdir

*

Keling, bizni bu buyuk uyimiz bo'lgan bu yerga
joylashtirgan Xudoga shukur qilaylik va quvonchda,
uyg'unlikda va Uning irodasiga muvofiq yashaylik, toki
.uyimiz U biz uchun xohlaganidek bo'lsin

*

Olomondan uzoqlashing va o'zingizning kuchli va
salohiyatingizni kashf eting. Kayfiyatingiz pasayishiga yo'l
qo'ymang va dunyoning salbiy fikrlariga e'tibor bermang.
Xudoning cheksiz kuchi siz bilan ekanligiga, qadamlaringizni
qo'llab-quvvatlashiga va boshqarishiga ishonch hosil qilib,
.yo'lingizda qat'iyat bilan davom eting

Ma'rifatli tushunchaga ega bo'lganlar bilim bog'laridan
haqiqat atirgullari va gullarini yig'ib, qalblarni olijanob va
nafis fazilatlar bilan nurlantirish va go'zallashtirish uchun
mehnat qiladilar, bu esa ularni umuminsoniy donolik
.jannatiga kirishga undaydi

*

Biz boshqalarni ular bizdan farq qilgani yoki ularning
fikrlari biznikidan farq qilgani uchun yomon ko'rmasligimiz
kerak. Shuningdek, o'z e'tiqodlarimiz yagona to'g'ri deb turib
olmaslik kerak. Dono odamlar janjallashmasligini, balki
masalalarni xotirjam va oqilona ko'rib chiqishini yodda tutib,

birgalikda o'tirib, fikrlarimizni ochiq fikr va o'zaro hurmat
.bilan muhokama qilish yaxshiroqdir

*

Yaxshi niyatlar shaffof olmosga o'xshaydi, u orqali
.Xudoning nuri porlaydi va hayotimizga sof nur sochadi

*

Ey Rabbimiz, qalblarimizda ilohiy sevgi alangasini yoqib,
qalblarimizni Senga intilishga va Seni kechayu kunduz
qadrlashga undashingni Sendan so'raymiz. Bizga sevgingni
ato et, toki Sen haqingda o'ylaganimiz zahoti qalblarimiz
.quvonchga to'lsin va qalbimiz Sening huzuringda quvonsin

Men g'amgin o'tmishni yoqib yubordim, kelajak haqidagi
xavotir va xavotir urug'larini e'tiborsiz qoldirdim va qo'rquv
.va xavotirlarning sochilgan kullari ustidan yurdim

Sizning baxt bankingiz

Bir zum to'xtab, o'ylab ko'ring! Sodda yashash va
?chinakam boy bo'lish yaxshiroq emasmi
Agar bankrot bo'lsa, siz juda ko'p mehnat qilib topgan
pulingiz yo'qolishi mumkin. Ammo sizning sobitqadamligingiz
va qat'iyatligingiz bankrot bo'lganida to'plagan ma'naviy
baxtingiz hech qachon yo'qolmaydi; uning qiymati faqat
.ortadi va ko'payadi

Siz o'zingizning baxt bankingizning menejeri va
investorisiz. Agar siz ushbu ikki rolni mukammal bajarishni
va baxt omonatlaringizni doimiy ravishda qanday qilib
to'ldirishni bilsangiz, Xudo xohlasa, muvaffaqiyatsizlik siz
.uchun imkonsizdir

*

Sukunat sukunatida haqiqat ongga tuman orasidan
porlayotgan quyosh kabi porlaydi

*

Agar inson faqat boylikni yo'qotsa, u aslida hech narsani
yo'qotmaydi, chunki agar ularda sog'liq, mahorat va yaxshi
boshqaruv bo'lsa, ular baribir baxtli bo'lib qolishlari va
ko'proq pul ishlashlari mumkin. Agar ular sog'lig'ini
yo'qotsalar, baxtlarining ko'p qismini yo'qotadilar. Ammo
agar ular hayotdagi maqsadini yo'qotsalar, ular barcha
.qimmatli narsalarni yo'qotadilar

*

Men hech kimga o'zimga begonadek qaramayman va
Xudo qalbiga solgan barcha muhabbat bilan hammani
sevishdan xursandman va hech kimni sevgi doiramdan
.chiqarib tashlay olmayman

*

Ongingizni to'liq jamlay olsangiz, his-tuyg'ularingiz
istalgan joyga kirib bora oladi va idrokingiz energiya bilan
to'ldiriladi

*

Inson o'zini va oila a'zolarini boshqalar haqida g'iybat
qilmaslikka yoki ularning kamchiliklari va xatolari haqida
gapirmaslikka o'rgatishi kerak, buning o'rniga o'zini
takomillashtirishga va o'z xatolarini tuzatishga e'tibor
.qaratishi kerak

*

Er va xotin, ota-onalar va ularning farzandlari, do'st va
do'st, o'zimiz va hamma o'rtasida sof va shartsiz sevgining
rivojlanishi - bu biz bu dunyoga o'rganish uchun kelgan
.saboqdir

*

Ba'zilar azob va zavq saboqlaridan saboq ololmaydilar,
afsus va umidsizlikka to'la hayot kechiradilar, chunki ular
azob-uqubat keltiradigan harakatlardan qochmaydilar va
baxt yo'llaridan bormaydilar. Juda ozchilik johillik olovida

kuygandan so'ng, baxtsizlik va baxtsizlikka olib keladigan xatti-harakatlarni takrorlashdan tiyiladi. Va keyin zavq bilan osongina ta'sirlanadigan va melanxoliyaga bog'langan, aql-idrok va muvozanat bilan tavsiflangan barqaror psixologik .holatga muhtoj bo'lganlar ham bor

*

Ichki baxtsiz inson o'zini muammolar va tashvishlar garoviga oladi. Va baxt - do'stlarim - faqat muvaffaqiyat va boylik bilan cheklanib qolmaydi, chunki chinakam baxt hayotdagi har qanday muvaffaqiyatsizliklar, qiyinchiliklar va muammolarga mehnatsevarlik va yaxshilikka nekbinlik bilan .qarshi turishga asoslangan

*

Mustahkam sog'liq, aqliy samaradorlik, qoniqarli ish va donolik baxtni rivojlantirishning muhim elementlaridir. Hayot sinovlarining qattiq toshlari ostida quvonchning ichki daryosi .oqishi kerak

*

Hayot va o'lim mavjudlikning ikki xil bosqichidir va insoniyat abadiy hayotning bir qismidir. Inson xotirjamlik va ong ravshanligini topganda, u o'zining cheksiz ma'naviy .mohiyatiga ta'sir qiladi

*

Agar siz yo'lingizdagi har qanday to'siqni yengish uchun tabiiy qobiliyatlaringizdan tashqari, mavjud bo'lgan barcha tashqi vositalardan foydalansangiz, buni Xudo sizga bergan kuchlarni rivojlantirish va kuchaytirish orqali amalga .oshirasiz

*

Ey Ilohiy Himoyachi, Hammaga Mavjud, urush bulutlari gaz va olov yomg'irini yog'dirganda, mening boshpanam va .panohim bo'l

O'lim va hayotda, kasallik va ocharchilikda, epidemiyalar va ofatlarda, qiyinchilik va qiyinchiliklarda men doimo .Sendan panoh so'rayman

Bolalik, yoshlik, qarilik va dunyoning to'satdan
portlashlari ta'sirida qolmagan o'lmas ruh ekanligimni anglab
.yetay
*

Haqiqiy do'st bo'lish orqali mustahkam do'stlikni
mustahkamlashga o'z hissangizni qo'shing
*

Tushlar dunyosida biz ismlarimizni, tanamizni,
millatimizni, mol-mulkimizni va zaif tomonlarimizni unutamiz
va ongsiz ravishda buyuk erkinlikdan, ya'ni ruh erkinligidan
bahramand bo'lamiz. Biz o'sha tug'ma erkinlik haqida
.shunga o'xshash, ammo ongli ongni rivojlantirishimiz kerak
*

Ma'naviy burchlar diqqat bilan, dunyoviy burchlar esa
ehtiyotkorlik bilan bajarilishi kerak. Oyoqlaringizni yerga
mahkam bosib, boshingizni johillik bulutlaridan balandda,
.donolikning yorqin ufqlarida ushlab turish kerak
*

Xudoning nuri va himoya kuchi doimo ichimda porlaydi
va men orqali oqadi va Uning tinchligi qalbimda donolik
.ko'zini ochdi

Qoidasiz hayot o'z egasini baxtsizlik va psixologik
beqarorlikka olib keladi. Axloqiy intizom va tamoyillardan
xoli hayot kechiradigan odam intellektual xavotir va
tashvishlarga to'la, o'zini tuta bilishni va boshqarilmaydigan
ehtiroslar ustidan g'alaba qozonishni o'rganadigan kishi esa
.haqiqiy baxtga yo'lni biladi
*

Ma'naviy yolg'izligimda sog'inchlarim kuchayadi va
yuragim Ilohiy Sevimlining ovozini eshitishni istaydi.
Xotiramning burmalarida yashiringan barcha zich dunyoviy
ovozlarni haydab chiqaraman, toki qalbimning xotirjamligida
.abadiy kuylayotgan eng muqaddas ovozni tinglay olaman

*

Sevgim quyoshi hech qachon sen haqidagi fikrlarim
ufqidan pastga tushmaydi, nigohimni sendan boshqa hech
narsaga qaratmayman va seni eslatmaydigan hech narsa
qilmayman. Jaholat va ahmoqlikdan tug'ilgan harakatlar
dahshatli tushlar va dahshatli tushlarga olib keladi, shuning
uchun menga faqat olijanob yutuqlar haqida shirin tushlar
to'qishga ijozat bering, chunki ular sizning ilhomingiz va yo'l-
.yo'riqlaringizdan tug'ilgan

*

Tushunishsiz hayot ma'naviy va jismoniy o'z joniga qasd
qilishdir. Tushunishga ega bo'lganlar baxtlidir, chunki
tushunish ma'naviy yo'lda va hayot yo'llarida eng katta
ehtiyotdir. Tushunish - bu insonning yo'lini yoritadigan va
muvaffaqiyat keltiradigan yo'l ko'rsatuvchi chiroqdir.
Hayotning eng oliy maqsadiga erishishdan oldin, inson ushbu
muhim va hayotiy xususiyatga ega bo'lishi kerak. Tushunish
har qanday vaziyatda yo'l ko'rsatuvchi kuch bo'lishi kerak.
Qanchalik qiyin sinovlarga duch kelsak ham, biz chinakam
.tushunchaga ega bo'lishimiz kerak

*

Xudo bizga zarar va azob bermaydi; aksincha, biz
o'zimizni tushunishimiz va tushunishimiz yoki noto'g'ri
tushunishimiz va tushunmasligimiz orqali o'zimizga yordam
.beradigan yoki zarar yetkazadigan odamlarmiz

*

Qanday sinovlarga duch kelsak ham, qanday
sharoitlarda duch kelsak ham, Xudodan bizga tushuncha
berishini so'rab ibodat qilishimiz kerak. Faqat tushunish bizni
.himoya qiladi

*

Tajribalarim kuchayib, og'irlashganda, birinchi urinishim
o'zimda tushunishni topishdir. Men vaziyatlarni
ayblamayman yoki boshqalarni tuzatishga urinmayman;
buning o'rniga men ichkariga kirib, ruhiy qal'amni tozalashga

harakat qilaman, ichki yorug'likni to'sib qo'yadigan, ruh kuchlarining namoyon bo'lishiga to'sqinlik qiladigan yoki ularning o'zini namoyon qilishiga to'sqinlik qiladigan har qanday narsani olib tashlayman. Muvaffaqiyatli yashashning .yo'li shu

*

Muammolardan qochish eng oson yechimdek tuyulishi mumkin, ammo inson kuchli raqibga duch kelganda kuchga ega bo'ladi. Qiyinchiliklarga duch kelmaganlar o'smaydi va .qat'iyatlari mustahkamlanmaydi

*

Tushunishga ega bo'lganimizda qo'rquv yo'qoladi; tushunishda xavfsizlik va himoya mavjud

*

Hayotda ko'plab tajribalarga duch kelganman va ularning eng qiyini meni noto'g'ri tushungan odamlar bilan bo'lgan. Men sevgan odamlarimni - yuragimni bergan odamlarimni - meni noto'g'ri tushunishlarini va menga qarshi chiqishlarini ko'rganman. Lekin bu menda achchiqlanishni keltirib chiqarmadi, chunki achchiqlanish tushunishni bulutlaydi. Men boshqalarning noto'g'ri tushunishlari tufayli o'zimni xafa qilishimga yo'l qo'ymayman. Buning o'rniga, agar ular qabul qiluvchi bo'lsa, ularga yordam berishga harakat qilaman va ularga yaxshi niyatlar va ezgu .tilaklarimni yo'llayman

*

Mening eng katta quvonchim, men bilan hamfikir bo'lgan va menga ishonganlarga Xudoning mo''jizalari haqida gapirishda va menga so'zlab bo'lmaydigan tasalli, erkinlik va xavfsizlik bergan ilohiy nurga bo'lgan intilishlarini .kuchaytirishdadir

*

Bu hayotda duch keladigan barcha qiyinchiliklar sizni
ilhomlantirish va yuqori pog'onalarga erishishingiz uchun
ko'proq harakat qilishga undash uchun mo'ljallangan.
Vaziyatingizni boshqarishiga yo'l qo'ymaslik o'rniga, uni
nazorat qila olish uchun irodangizni rivojlantiring. Qilishni
istagan va qilishingiz kerak bo'lgan barcha yaxshi ishlarni
amalga oshirishingiz uchun hayotingiz uchun puxta rejalar
.tuzing

*

Bu dunyoga juda bog'lanib qolganlar Xudoni unutishadi
va shuning uchun biz qadrlil bo'lgan hamma narsani
yo'qotamiz. Umumjahon qonuni bu narsalarni bizdan oladi
yoki hayotimizdan olib tashlaydi, bizni jazolash uchun emas,
balki Yaratguvchidan ko'ra Yaratguvchini ko'proq
.sevishimizni tekshirish uchun

*

Irodasi zaif odamlar doim "ha" deyishadi, buyuk qalblar
.esa adabiy "yo'q"larga to'la

*

Bugun men ijodiy fikrlash qobiliyatimni faollashtiraman
va shu bilan birga Xudo menga bergan barcha kuchlardan
.to'g'ri foydalanaman

*

Haqiqiy baxt asosan insonning psixologik holatiga
bog'liq. Qoniqish, qoniqish, tinchlik va osoyishtalik -
.bularning barchasi baxtning belgilaridir

*

Inson sog'lig'i yaxshi, aqli raso, to'g'ri hayot va ish
uchun zarur bo'lgan narsalarga, sog'lom fikrlashga va to'g'ri
tushunchaga ega bo'lishga intilishi kerak va noto'g'ri muhit
.yoki sharoitlarga berilib ketmasligi kerak

*

Odamlar ko'pincha o'zlarini cheklaydigan pilla to'qishadi
va bog'laydigan arqonlarni bog'lashadi. Ular onglari va
tanalaridan sekin yuqadigan yuqumli kasallikni yo'q qilish

uchun bu cheklovlarning sabablarini tushunishlari kerak. Bu psixologik yangilanishga, baxtga yo'l ochishga, hayotlarining ufqida ma'naviy ongning paydo bo'lishiga va ong ichidagi hayotiy kuchlarning uyg'onishiga olib keladi. Ong johillik .tubidan tushuncha va bilim cho'qqilariga ko'tarilishi kerak

*

Kuchli qo'rquvni rivojlantiradigan odam qochishga harakat qilayotgan narsasini o'ziga tortadi va doimiy qo'rquv asablarga zarar yetkazadi va tanaga kasallik keltiradi. Agar siz kuch, g'ayrat va hayotiylikka to'la bo'lsangiz, kasallik .tanadan qochadi

*

Nekbinlik qo'shig'idan zavqlanadigan ruh pessimizmning qo'pol ovozlari eshitishni yoqtirmaydi va har doim ma'naviy uyg'onish yulduziga qaratilgan ong ikkilanishni yoki .ikkilanishni bilmaydigan kuchli, mustahkam ongga aylanadi

*

Men bir gulga o'ychanlik bilan tikilib qoldim va darhol seni ko'rdim, ey olamlar ruhi. U sizning huzuringizning xushbo'y hididan to'lib-toshgan edi, barglari begunohlikning qizarishi bilan to'ldirilgan edi va donoligingizning oltin nuri uning qalbida porladi. Yupqa poyasi va yashil kurtak sizning kuchingiz bilan qo'llab-quvvatlanardi va hayot va abadiyat sirlari gulchang changida uxlab qoldi. Sizning cheksiz teginishingiz asalarilarga ilhom berdi va u sizning .shirinligingiz nektarini icha boshladi

*

Yo'l chetidagi eng yaxshi o't poyasida yashiringan .cheksiz sirlaringizni menga yaratilish mo'jizalarini ko'rsating

*

Har bir ota va ona otalik donoligi va xotirjamligiga, onalik muloyimligi va nafisligiga ega bo'lishi kerak va bu ikki

fazilat ularning har birida muvozanatli va bir-birini
.to'ldiruvchi bo'lishi kerak

*

Men qalblardagi g'amginlikni yo'qotish uchun quvonch
va nekbinlik yulduzlarini sochaman va qayg'u
chekayotganlarni yupatish uchun hamdardlik nurlarini
.sochaman

*

Biz bugun shu yerdamiz va ertaga bulutlar kabi pastga
tushamiz — kosmik tushdagi shunchaki soyalar. Ammo bu
o'tkinchi, vaqtinchalik tasvir ortida abadiy ruh yashiringan va
.bizning ruhimiz uning ajralmas qismidir

*

Xudo yagona haqiqatdir. Hayot sinovlari Uni
eslashimizga xalaqit bermasligi uchun doimo ibodat
qilishimiz kerak. Shu tarzda ibodat qilsam, boshqa har
qanday vaqtda bo'lganidan ko'ra ko'proq natijalarga
erishaman. Keyin, hatto jiddiy biror narsa yuz bersa ham, bu
meni U haqida o'ylashimga to'sqinlik qila olmaydi; aksincha,
men Uning muqaddas huzurida o'zimni xavfsiz va xotirjam
.his qilaman

*

Bu yerdagi hayot xavfsizlik qirg'og'iga yetgunimizcha
behuda va tartibsiz bo'lib tuyuladi. Shuning uchun men har
doim bu yerda yakuniy haqiqatning ahamiyati va shon-
shuhratiga guvohlik berish uchun kelganimni aytaman. Biz
umidlarimizni o'tkinchi dunyoviy maqsadlar va nozik moddiy
bog'liqliklarga bog'lamasligimiz kerak. Bunday nozik aloqalar
bizni ongsiz ravishda eng oliy maqsadimizdan, xuddi bizni asl
.o'zligimizdan uzoqlashtirganidek, uzoqlashtiradi

*

Atrof-muhit odamlarda illyuziyalarni yaratadi va ularni
o'z nazarida ulug'vor qiladi. Jiddiy intiluvchi vaqtinchalik va
o'tkinchi ekologik ongdan yuqori ko'tarilishi va o'zidagi

haqiqatni anglashi kerak, shunda bu haqiqat uning tabiiy .muhitiga va hayotidagi yagona ta'sirga aylanadi

Biz Xudodan bizga yo'l-yo'riq ko'rsatishini va Unga yetaklashini hamda bu dunyodan ketishimizdan oldin Uni topishga yordam berishini so'raymiz. Qanday sinovlarga duch kelsak va azob-uqubatlarga duch kelsak ham, Xudoning yordami yaqinligiga, U har bir samimiy ibodatga javob berishiga va U O'z sevgilisini tashlab ketmasligiga yoki ularni taqdirning rahm-shafqatiga qoldirmasligiga hech qachon .umidimizni yo'qotmasligimiz kerak

*

Boylik, albatta, sog'liq, xotirjamlik yoki unumdorlikni kafolatlamaydi. Biroq, samaradorlik va xotirjamlikka erishsak, natijada muvozanatli moliyaviy muvaffaqiyatga .erishamiz

*

Sizning ichingizda sevgi, mehr-oqibat, tushunish va tinchlik hidi bilan xushbo'ylangan nafis fikrlarning ajoyib va hayratlanarli bog'i bor. Uning gullari yerdagi gullar va .moddiy o'tlardan beqiyos darajada go'zaldir

*

Sof sevgingizni berganingizda, siz xushbo'y atirgul ekasiz va bu sevgining hidi va bu tushunchaning xushbo'yligi har qanday yer yuzidagi guldan uzoqroq turadi va bu !haqiqat

*

Inson faqat o'zidan qo'rqishi kerak, chunki bu muvaffaqiyat va sog'liqning eng katta dushmanidir. U ongni zaharlaydi, qo'rqadigan narsalarni ochib beradi, og'riqni kuchaytiradi, yurakka zarar yetkazadi va asab tizimi va miyaga zarar yetkazadi. Shuning uchun uni Xudoga bo'lgan ishonch, ijobiy va ijodiy fikrlash, nekbinlik, umid va ilohiy himoyaga ishonish orqali yengish kerak. Xudoni sevadigan

va Uning nurida yuradiganlarni qo'rquv zulmati yengib
bo'lmaydi, chunki Xudo ular bilandir va kim Xudo bilan birga
.bo'lsa, u xavfsizdir

*

Bayramlar sevgi, tinchlik, quvonch, bag'rikenglik va
ezgu tilaklar kabi ruhiy sovg'alar almashish orqali yanada
go'zal va ma'naviy bo'ladi

*

Qalbimizni Xudoga qaratib, Unga cheksiz sevgi va katta
sog'inish bilan iltijo qilsak, Uni yaqin va kechirishga va
berishga tayyor holda topamiz, chunki bu bilan biz Uning
.mehrli universal qalbiga va so'zsiz ilohiy sevgisiga tegamiz

*

Haqiqiy hayot shunchaki ovqatlanish, ishlash va
uxlashdan ko'proq narsani anglatadi, shuning uchun men
Xudoni izlash va topish uchun aql in'omidan foydalanaman
va insoniyatdagi birodar va opa-singillarimga xizmat qilish
.orqali najotim uchun harakat qilaman

*

Ko'p odamlar bu yerga kelib, uni tark etishgan, ammo
biz bu yerda abadiy qolishimiz kerakdek, bu yerda yashashni
hali ham haqiqiy deb bilamiz. Dono inson - bu Xudoni doimo
eslaydigan odam, chunki Uni doimiy ravishda o'ylab ko'rish -
bu tug'ilish va o'lim haqidagi bu dunyoviy orzudan ozod
.bo'lish yo'lidir

*

Xudo bizga yo'limizda turgan barcha to'siqlarni va duch
keladigan sinovlarni yengib o'tish uchun yaxshi kuch va
energiya bergan va biz bu yengilmas kuchlar va bitmas-
tuganmas energiyalarni yuzaga chiqarish uchun ishlashimiz
.kerak

*

Hech qachon o'zgarmaydigan odamlar bor; ular bir xil
odatlar va fikrlash tarziga yopishib qariydilar. Bularni
psixologik qoldiqlar deb atash mumkin. Bu qoldiqlarning

ba'zilari ma'naviy tabiatga ega. Bunday odamlar ideal, tinch hayot kechirishadi, lekin o'z tushunchalarini rivojlantirish yoki ufqlarini kengaytirish ustida ishlamaydilar, turg'unlikda qoladilar. Ular yosh avlodning ehtiyojlari, ishtiyoqi va qiziqishlarini tushunish qobiliyatiga ega emaslar. Bu biroz maqbul bo'lishi mumkin, ammo ular yangi avlodni tushunmasdan qoralaganda va tanqid qilganda, ular intellektual jihatdan qotib qoladilar. Boshqa tomondan, ko'plab yoshlar xatolarga yo'l qo'yadilar, chunki ular kattalarning fikrlarini hurmat qilmaydilar yoki ularning maslahatlariga quloq solmaydilar. Ular katta yoshli odamlar eskirgan deb o'ylashadi va shuning uchun ularni tinglash yoki ularning maslahatlariga amal qilishning hojati yo'q, chunki ularning g'oyalari eskirgan va eskirgan. Zamonaviy bo'lishga bo'lgan yoshlik ishtiyoqida ular iloji boricha ko'proq eski qoidalarni buzadilar. Lekin ular kattalarning ahamiyati va qadr-qimmati borligini yodda tutishlari kerak; ular yillar davomida yashab, ko'p narsalarni ko'rishgan va o'rganishgan. Ham eski, ham yangi avlod a'zolari birlaridan o'rganishga harakat qilishlari kerak, chunki eski va .yangi asarlarning ham afzalliklari va afzalliklari bor

*

Yaratguvchimiz biz bilan ekanligini bilishdan ko'ra kattaroq sinov yo'q. Biz Uning huzurini kutishimiz va Unga intilishimiz kerak, chunki U bizni har jihatdan kuzatib turadi. Qanday qiyinchiliklar, qayg'ular, og'riqlar yoki kasalliklar qanchalik katta bo'lmasin, keling, Xudodan tasalli va taskin so'raylik, Undan donolik va yo'l-yo'riq so'raylik. Agar biz Unga ishonsak, Uni sevsak va Uning yordamini so'rasak, U .bizga javob beradi

*

Sevgi - bu gullab-yashnayotgan zambaklar xushbo'yligi va tabiat go'zalligini ulug'laydigan atirgullarning jimgina xori. Sevgi - bu qalbning qo'shig'i, hayot madhiyasi va sayyoralarning fazoning cheksizligi bo'ylab doimiy

sayohatidagi ritmik, muvozanatli raqsi. Quyosh nurlarini
ichish, gullash va hayot iksiri bilan qondirish uchun
gullarning chanqog'i. Yerning qurigan ildizlarni suti bilan
oziqlantirish va barcha hayotni o'z sharbati bilan boqish
istagi. Quyoshning barcha mavjudotlarni tirik va jonli
saqlashga bo'lgan qudratli irodasi va zaiflarni himoya qilish
va ularga g'amxo'rlik qilish uchun hayotning turtki.
Chaqaloqqa ota-ona mehrini va sevuvchilar qalbida javob
kutmasdan xizmat va taskin berish uchun o'z-o'zidan taslim
bo'lishni uyg'otadigan begunohlik tabassumi. Singan
qalblarni davolaydigan va yaralarni davolaydigan do'stlik
pulsi. Ta'rifga erisha olmaydigan yurak faryodi. Bu
insoniyatga bo'lgan muhabbat bilan to'lib-toshgan, uning
azoblaridan azob chekayotgan shoir. Bu yagona oila a'zolari
o'rtasida tobora kengayib borayotgan yaqinlik doirasi, tobora
kengroq makonlar va kengroq ufqlarga aylanib bormoqda.
Bu ochiq dunyoda hayotning pichirlashi. zehnlar va qalblar
osmoni olijanob tuyg'ular yulduzlari bilan to'ldirilgan. Sevgi -
bu qalbning baxtidir, uni sevuvchi qalblar orzu qiladi va unga
.erishishni va bog'lanishni orzu qiladi

*

Ey Rabbimiz, biz bilan bo'l va bizga burchlarimizni
bajarishda va qalbni tetiklashtiradigan, qalbg'a tinchlik va
umid bag'ishlaydigan muborak huzuringni his qilishda
.yordam ber

Hayotingizdagi mashinani boshqarayotganda o'zingizni
nazorat qilish tormozlaridan foydalanmasangiz, siz
nazoratsiz his-tuyg'ular va egodan kelib chiqadigan noto'g'ri
istaklar zulmida qolasiz. O'zingizni ehtiyotsiz harakat
qilishdan, to'g'ri yo'ldan og'ishdan va azob-uqubat chuquriga
tushib qolishdan saqlanish uchun kerak bo'lganda
tormozlardan foydalana olishingiz kerak. Sup24

So'zlarni noto'g'ri ishlatish eng halokatli va vayronkor qurollardan biridir. G'azabning asosiy sababi qo'pol va haqoratli nutqdir. G'iybat va bekorchi gaplardan qochish, tortishuv va nizolardan uzoqroq turish va tajovuzkor .moyilliklardan xalos bo'lish kerak

*

Agar er yoki xotin jahli chiqib, ikkinchisini g'azablantirsa, eng yaxshi yo'l - vaziyat tinchlanmaguncha boshqasi ketib, javob bermaslikdir. Agar ulardan biri haqoratli so'zlarni aytsa, ikkinchisi ham xuddi shunday javob bermasligi, balki jahli chiqmaguncha xotirjam bo'lishi yaxshiroqdir. Agar xotin eriga baqirib, er baland ovozda javob bersa, er ikki marta azob chekadi: avval uning achchiq so'zlaridan, keyin esa o'zining qo'pol javobidan, oxir-oqibat birinchi navbatda o'ziga zarar yetkazadi. Bu ajralishga yoki boshqa noxush oqibatlarga olib kelishi mumkin. Shuningdek, o'jarlikdan yoki boshqasiga past nazar bilan munosabatda bo'lishdan saqlanish muhimdir. Shu bilan birga, tortishuvlar va janjallarga kirishmaslik va buning o'rniga xotirjamlik va ichki .xotirjamlik tiklanguncha kutish kerak

*

Hech kim sizning tinchligingizni o'g'irlashiga yo'l qo'ymang va boshqalarning tinchligini og'zaki (yoki yozma) haqoratlar bilan o'g'irlamang. G'azab yoki lahzaning qizg'in paytida kimdir noo'rin, hech qachon niyat qilmagan narsani aytishi mumkin va keyin pushaymon bo'lishi mumkin, boshqa odam esa bu so'zlarni yigirma yil davomida eslab qoladi. Shu ma'noda, xotira yomon narsa. Xotiraning kuchi to'g'ri ishlatilsa, ne'matdir, lekin bizga qilingan yomon .narsalar uchun ombor sifatida ishlatilsa, zararli

Xudoda uyg'onganimizda, inson hayoti shunchaki
kosmik kino ekraniga tushirilgan soyalar va yorug'lik
.seriyasidan iborat ekanligini anglaymiz

Biz sezgilarimiz seza-digan va idrok eta oladigan
narsalarni idrok etishga odatlanganmiz va ko'p vaqt
atrofimizdagi nozik kuchlardan bexabar qolamiz. Shunga
qaramay, bizdagi har bir fikr ma'lum bir nozik tebranish hosil
qiladi. Shuning uchun inson o'zining asl mohiyatini
boshqalardan yashira olmaydi. Agar ular xato qilgan
bo'lsalar, buni chuqur bilishadi, hatto buni yashirayotgan deb
o'ylasalar ham, chunki noto'g'ri ish qilish hissi fikrlarda
yashaydi va boshqalar buni bilishadi, chunki bu fikrlarning
tebranishlari ularning harakatlari orqali u yoki bu tarzda
namoyon bo'ladi. Bu yaxshi ishlar va fikrlarga ham tegishli.
Biz Xudo haqida o'ylaganimizda va Uning ismini baland
ovozda, pichirlab yoki jimgina aytganimizda, biz efirga ruhiy
tebranish chiqaramiz, bu esa Uning muborak huzurini
.chaqiradi

*

Ey Rabbim, Sening sevging nurlari Sening kosmik
oilangning barcha a'zolariga teng ravishda porlaydi Insoniyat
o'zining nuqsonli tafakkuri tufayli yorug'likni xira,
o'tkazmaydigan bo'lib qolgani uchun aybdor. Sening kuching
mening borligimga singib, bu dunyoning qalin, qorong'u
bug'larini yo'q qilsin, toki men Sening sof, nurli qiyofangni
.aks ettiruvchi tiniq, sayqallangan oynaga aylanay

*

Sevgi samimiy bo'lishi kerak va agar u qalbdan chiqsa, u
samimiydir

*

Agar siz ilohiy nurga murojaat qilsangiz, yo'lingizni
yoritib, osonlashtiradigan, sizga sog'liq, baxt, tinchlik,

erkinlik va muvaffaqiyat baxsh etadigan ilohiy kuchni
topasiz

*

Agar pul topish qiyin bo'lsa, psixologik muvozanatga
erishish yanada qiyinroq. Inson nutqida, fikrlarida va
jismoniy harakatlarida mehribon va xotirjam bo'lishi kerak

Odamlarning ikki tabiati bor: uy tabiati va salon tabiati.
Uyda biz o'zimizni xotirjam his qilamiz va asl tabiatimizni his
qilamiz, lekin ko'pincha tabiiy ravishda o'zini tutishdan
qochganimizni orzu qilamiz, chunki o'zini tutish orqali biz
ifoda etilishi kerak bo'lmagan xunuk narsalarni, ayniqsa ular
atrofimizdagilarga zarar yetkazadigan bo'lsa, ochib beramiz

Biz nafis kiyinib, keng tabassum bilan tashqariga
chiqqanimizda, fikrlarimiz va his-tuyg'ularimiz ichkarida
aylanib yurganimizda, salon mentalitetini qabul qilamiz.
Uyda biz: "Men falonchidan xafa bo'ldim va uni ko'rishga
chiday olmayman", deymiz, lekin o'sha odam bilan
uchrashganimizda uni "Salom! Qalaysiz?" deb kutib olamiz.
Bu qarama-qarshi nomuvofiqlik va nosog'lom his-tuyg'ular
asab tizimiga va tananing boshqa qismlariga ta'sir qiladi

*

Ey mening sevimli Xudoyim
Men sizning cheksiz kengligingizni xotirjamlik ufqlarida
ko'rdim
Va men sizning tetiklantiruvchi quvonchingizni borlig'im
tubida tatib ko'rdim
Va men uyg'oq vijdonimda ovozingizning aks-sadosini
eshitdim
Va men sizning ruhiy idroklarimga pichirlashingizni
tingladim

*

Ey Rabbim, xudbin, xudbin ochko'zlik jinlarini yuksak,
yuksak intilishlar farishtalariga, og'riqli johillikni muborak
donolikka va oddiy dangasalikni yorqin ma'naviy
.yutuqlarning tozalangan oltiniga aylantir

*

Ey Rabbim, bizni pok qilgin, zaifligimiz va
harakatsizligimizni g'ayrat va qat'iyatga, noto'g'ri
.fikrlarimizni esa haqiqatni tushunishga aylantirgin
Sevgi bu nima?

Sevgi - bu gullaydigan zambaklarning xushbo'y hidi

Va jim atirgullar xori

Tabiat go'zalligini ulug'lash

Sevgi - bu qalbning hayot uchun kuylaydigan qo'shig'i

Va sayyoralarning muvozanatli ritmik raqsi

Chuqur kosmosga abadiy sayohatida

Quyosh nurini ichish gullarning chanqog'idir

Va u gullab-yashnaydi va hayot iksiri bilan oziqlanadi

Bu yerning sog'inchidir

Chanqagan ildizlarni suti bilan oziqlantirish uchun

Va hayotning barcha turlarini hayotning mohiyati bilan
tarbiyalash

Bu quyoshning qudratli irodasi

Barcha tirik mavjudotlarni tirik va faol saqlash uchun

Bu hayotning harakatlantiruvchi kuchi

Voyaga yetmaganlarni himoya qilish va ularga
g'amxo'rlik qilish uchun

Ota mehrini uyg'otadigan narsa begunohlik tabassumidir
chaqaloq ustida

Va sevuvchilar qalbida avtomatik itoatkorlik

Xizmat ko'rsatish va ta'ziya bildirish uchun bepul

Bu do'stlikning zarbasi

Singan qalblarni davolaydigan va yaralarni davolaydigan
zot

Bu ta'rifga zid bo'lgan qalbgacha chaqiriqdir

U insoniyatga muhabbat bilan to'la shoir

Uning azobidan azob chekayotgan kishi

Bu bir oila a'zolari o'rtasidagi yaqinlik doirasi

Doimiy ravishda kengroq maydonlarga qarab kengayib
va kengayib bormoqda

Va kengroq maydonlar

Bu hayotning shiviridir

Ochiq ong ufqlarida

Va qalblar osmoni olijanob tuyg'ular yulduzlari bilan
to'ldirilgan

Sevgi - bu qalbning baxtidir

Sevuvchi qalblar intiladigan narsa

Va u unga murojaat qilishni va u bilan muloqot qilishni
juda xohlaydi

Men hayotni ko'rdim

Yam-yashil tepaliklar va o'tli vodiylar orasida
yurganimda

Daraxtlar va gullar orasida harakatlanish

Men hayotning o'ynayotganini va zavqlanayotganini
ko'rdim

Men uning oltin nurlarini quyosh diskida ko'rdim

Va men uning bulutlar orasida g'oyib bo'lganini ko'rdim

Men uning quvonchli oqimlarda kulgisini eshitdim

Va u yomg'ir tomchilaridan saxovat bilan ko'z yoshlarini
to'kadi

Men uni daraxt shoxlarida tebranayotganini ko'rdim

Va papatyalar quvonch bilan raqsga tushishadi

Men uni qushlarning sayrashi va bulbullarning sayrashi
orasida jaranglayotganini eshitdim

Men uning soyalarini yonbag'irlarni o'rab turganini
ko'rdim

Uning shudringi atirgullarning qalbini namlaydi va
ularning yonoqlaridan o'padi

Men uning oyoqlariga yopishib olgan shudringli o'tlarni
ko'rdim

Xuddi men uning dala begona o'tlarini purkashini
ko'rganim kabi

Sevgi tomchilari bilan u o'zining tazelik va go'zalligini
oshiradi

Men uning ertalabki shabada esayotgan xushbo'y
nafasini hidladim

Men uning xotirjamligini his qildim va qo'llari duo
qilayotganini ko'rdim

Har bir vodiya va burchakda

Hayot naqadar ajoyib!

Va u bilan yurish qanchalik yoqimli

Qo'lma-qo'l

Uning muborak yo'llarida!

Sizga tinchlik bo'lsin

Noma'lum mavjudot yoki ong osti jini

Yo'l davomida oldinga siljib, ma'naviy tushunchamiz chuqurlashgan sari, biz o'zimizni kuchli ichki qarshilikka duch kelayotgandek his qilamiz. Ammo bu tuyg'u shunchaki xayoldir; buning aksi haqiqat. Bizning ichimizdagi "noma'lum mavjudot"ning g'alati, chalkash va injiq tabiati inson ongimiz anglaydigan sohalardan olingan ta'riflab bo'lmaydigan elementlar bilan oziqlanadiganga o'xshaydi.

Bu mavjudot ko'rinmas joyda yashaydiganga o'xshaydi va uni boshqa sayyoradan kelgan odamga o'xshatish mumkin, u bizning mehmonimiz, garchi biz u bilan

qiziqishlarimiz, g'oyalarimiz, odatlarimiz, ambitsiyalarimiz va uzoq intilishlarimiz nuqtai nazaridan hech qanday aloqamiz bo'lmasa ham.

Bu noma'lum mavjudot oxirat hayoti haqida biznikidan o'lchab bo'lmaydigan darajada katta va aniqroq g'oyalarga ega ko'rinadi. Bizga u yerdagi hayotimizning dolzarb ehtiyojlari va amaliy ehtiyojlarini juda zaif tushunadiganga o'xshaydi.

Noma'lum do'stimiz bizni e'tiborsiz qoldirayotganga o'xshaydi, shubhasiz koinot sirlariga berilib ketgan. Va u bizni eslab, bizni xursand qilishni istaganida, bizni muvozanatdan chiqaradigan, muvozanatimizni buzadigan va bizni sarosimaga soladigan g'alati, mantiqsiz harakatni yaratadi.

Biz ko'pincha bu noma'lum mavjudot bizni masxara qilayotganiga va qobiliyatlarimizni masxara qilayotganiga ishonamiz, go'yo u bizning his-tuyg'ularimizga yoki sharoitlarimizga nisbatan hamdardliksiz ongimiz bilan o'ynayapti. Ba'zan bu bizni g'azablantiradi va g'azablantiradi, bizga minnatdorchilikka loyiq hech qanday yaxshilik yoki biron bir aniq foyda keltirmaydi.

Bu mavjudot har xil mo''jizalar va mo''jizalarni ko'rsatishga qodir ko'rinadi, lekin ichimizda mavjudligiga qaramay, biz uchun u bilan aloqa qilish va uning cheksiz qobiliyatlari va g'ayritabiiy kuchlaridan foyda olish qiyin.

Bu yashirin mavjudotni osmon va yer sirlariga kirish huquqiga ega bo'lgan erkalangan bolaga o'xshatish mumkin. U bu sirlardan foydalanadi va bu kuchlarni xohlagancha, cheklovsiz yoki javobgarliksiz boshqaradi.

U hamma narsani biladiganga o'xshaydi, lekin bu bilimdan qanday qilib to'g'ri foydalanishni bilmaydi. Uning

qo'llari xazinalarga to'la, ularni noto'g'ri yo'nalishda va noto'g'ri vaqtda isrof qiladi.

Biz uni chanqaganlarga non, ochlarga suv berayotganini (va tishsizlarga shirinliklar berayotganini) ko'ramiz.

U noshukurlarni sovg'alar bilan yog'diradi va tilanchilarni sovg'alardan mahrum qiladi

U Undan qochganlarni ta'qib qiladi va Uni kutib olishga intilganlardan qochadi.

Ba'zan odamni g'alati va ajoyib energiya bilan to'ldiradigan, shamollar va arvohlarni haydaydigan yashirin kuch nima?

Sovuq tongda iliq xonadan chiqqanda odamning haroratini muvozanatlashiga yordam beradigan va aksincha, tebranish va energiya darajasini ko'taradigan va pasaytiradigan kuch nima?

Bu noma'lum mavjudot shunchalik ajoyib mahorat bilan ishlaydiki, bu hech qachon ajoyib kimyogar yoki aqlli muhandisning xayoliga ham kelmaydi.

Bu yer yuzidagi qisqa umr davomida bunday kuch to'planishi mumkinmi?

Yo'q, do'stlarim, o'sha "notanish" beshta sezgi organiga bog'liq bo'lgan bu tana mexanizmini takomillashtirish uchun millionlab yillar kerak bo'ldi. Masalan, ongli ong qon oqimiga qancha shakar quyilishi kerakligini aniq bilishi mumkin emas. Agar bu miqdor juda past yoki juda yuqori bo'lsa, natijalar halokatli bo'lar edi.

Biz juda kam biladigan kuch bilan yuzma-yuz turibmiz va biz uni bilib olishimiz kerak. Buning eng yaxshi yo'li - hozirgacha o'rganganlarimizga shubha qilish va buyuk ustozning: "Agar siz kichkina bolalar kabi bo'lmasangiz,

Xudoning Shohligiga kira olmaysiz", degan uslubida o'zimizni tayyorlash.

Boshqacha qilib aytganda, agar inson bolaning soddaligi, pokligi va iymonini qabul qilmasa, u hech qanday muhim ma'naviy taraqqiyotga erisha olmaydi.

Ilmiy meditatsiya, ehtimol, yashirin ichki kuchni tanib olishning eng oson yo'li, ammo ko'pchilik odamlar meditatsiya qilish uchun motivatsiyaga ega emaslar va bu bilimga o'z yo'llari bilan yoki shunchaki jimgina o'tirish orqali erishishni afzal ko'rishadi - hatto ularning fikrlari har tomonga bo'ron kabi g'azablansa ham. Ba'zilar: "Men bu bilimga kelajakdagi mujassamlashuvlarda erishishim kerak va men shoshilmayapman", deyishlari mumkin. Mening ong ostim bir kun meni uyg'otishi mumkin, ammo bunga erishish uchun ongli ravishda harakat qilishning hojati yo'q", deyishadi.

Yoshimiz nechada ekanligimiz, hayotda necha marta muvaffaqiyatsizlikka uchraganimiz yoki boshqalar biz haqimizda nima deb o'ylashi muhim emas. Qanday genlarga ega ekanligimiz yoki qanday sharoitlarda yashashimiz muhim emas. Bularning hech biri ichimizda yashaydigan yashirin mehmon uchun muhim emas. U bizdan shunchaki tanamizdan, energiyamizdan, ongimizdan va ongimizdan foydalanishga ruxsat berishimizni va hayotimizning har bir jabhasini nazorat qilishni unga topshirishimizni istaydi. Agar bizni kutayotgan cho'qqilarga chiqishni istasak, biz shunday qilishimiz kerak.

Hayotimizdagi voqealar haqida mulohaza yuritganimizda, yashirin kuch bizni boshqarib, ko'plab xavf-xatarlardan qutqarganini anglab yetamiz, shunday emasmi? Ammo xavf tinchlik bilan o'tib ketishi bilan, biz bu kuchni qanchalik tez unutamiz!

Bu kuch bizni hech qachon tark etmagan va tark etmaydi ham. Va bizga har safar kerak bo'lganda, u bizga yordam berish uchun doim yonimizda, xuddi buyuk ustoz aytganidek: "Men dunyoning oxirigacha siz bilan birgaman".

Agar biz avlodlar davomida buyuk erkaklar va ayollarning tarjimai hollarini o'qib chiqsak, har bir voqeada, qanchalik kichik bo'lishidan qat'i nazar va qanday usul qo'llanilganidan qat'i nazar, chin dildan ibodat yoki chuqur tasdiqlash orqali bo'ladimi, natija har doim bir xil bo'lganini ko'ramiz.

Ichimizdagi bu qamoqqa olingan gigant doimiy harakatda, bir marta va abadiy ozod bo'lishga intiladi? Qachon biz uni ongli ravishda yechib, ozodlik va g'alaba sari ergashamiz?

Keling, hozirdan boshlaylik va ichki gigantga imkoniyat beraylik, shunda biz hayot naqadar shirin bo'lishini va Xudoning yordami bilan quvonch va g'alaba nurlari bilan qanday porlashini bilib olamiz.

Sizga tinchlik bo'lsin

Hindistondan manzaralar va tasavvur

Hindiston har jihatdan dunyoning mikrokosmosidir. Bu har xil atmosferalar, iqlimlar, dinlar, bizneslar, san'at, xalqlar, landshaftlar, tillar va madaniyatlarning mamlakati.

Hind tsivilizatsiyasi ming yillarga borib taqaladi va uning hukmdorlari, donishmandlari va yo'lboshchilari Hindiston va

Sindda Aryan tsivilizatsiyasining mavjudligi va haqiqiyligini tasdiqlovchi yozuvlar qoldirganlar.

Ko'plab yevropalik sayyohlar Hindistonga tashrif buyurishadi va uning ko'chalarida sehrgarlar, qilichbozlar va ilon sehrgarlarini ko'rishadi, ular bu yerni Hindistonning eng yaxshi joyi deb bilishadi, ammo bu figuralar Hindistonning asl mohiyatini aks ettirmasligini bilishmaydi. Hindistonning asl hayoti va hayotiyligi uning ma'naviy madaniyatida yotadi, bu esa uni qadim zamonlardan beri dinlar va e'tiqodlarning aralashmasiga aylantirgan.

G'arb Hindistonga savdoning ko'plab to'g'ri amaliyotlari, usullari va tamoyillarini, shuningdek, tabiiy va inson resurslarini rivojlantirishni o'rgatishi mumkinligi rost. Va Hindistonga Genri Ford va Tomas Edison kabi tasavvurga ega rahbarlar kerakligi rost. Ammo G'arb dunyosi ham ongli ravishda yoki ongsiz ravishda Hindiston tarix davomida ixtisoslashgan amaliy, ma'naviy saboqlarga chanqoq.

G'arb shaharlarida ilm-fan shunchalik rivojlandiki, odamlarning moddiy ehtiyojlari - boshpana, oziq-ovqat va kiyim-kechak - osongina mavjud. Biroq, jismoniy va moddiy qulaylik psixologik qulaylik, xotirjamlik va ma'naviy taskinsiz yetarli emas.

Hindistonning eng buyuk va eng boy merosi asrlar davomida ko'zga ko'ringan va ma'rifatli hind ma'naviy olimlari tomonidan kashf etilgan ma'naviy usullar va yo'llarda yotadi. Bu meros insoniyatning ma'naviy va ilmiy madaniyatiga hissa qo'shgan va hissa qo'shishda davom etmoqda.

Hindiston sirlar diyori, ammo bu sirlar faqat ularga hamdard bo'lganlarga, haqiqatni chin dildan va chin dildan izlaganlarga qalblarini ochadi.

Hindiston dunyodagi eng baland va eng ulug'vor tog'larga ega: Shimoliy Hindistondagi Himolay Darjiling hayratlanarli tabiiy go'zalligi tufayli ko'pincha Hindistonning Shveytsariyasi deb ataladi. Shuningdek, u Dehlidagi noyob qal'alar, qal'alar va shahzodalar saroylarining qadimiy xarobalariga, shuningdek, keng Gang daryosi va Himolay tog'lariga ega bo'lib, ularning g'orlari va ilohiy nur va donolik haqida mulohaza yuritish va mulohaza yuritish uchun chekinadigan joylari mavjud.

Hindistonning Agra shahri dunyo mo'jizalaridan biri, me'moriy san'at cho'qqisi va insoniyatning eng go'zal orzulari bo'lgan Toj Mahal bilan faxrlanadi, u sayqallangan marmar va nafis alebastrda mujassamlangan bo'lib, insoniy muhabbatni abadiylashtiradi.

Hindistonda yo'lbarslar va sherlar kezib yuradigan qorong'u o'rmonlar va zich o'rmonlar ham bor. Hindistonda moviy osmon ham bor, u quyosh botganda quyosh nurlari yonayotgan to'q sariq alangaga aylanganda yanada ulug'vor va go'zalroq bo'ladi.

Hindistonda shuningdek, sharqona meva va sabzavotlarning son-sanoqsiz turlari va rang-barangligi hamda ko'plab irq vakillari mavjud bo'lib, bularning barchasi Hindistonni ajoyib, ajoyib va unutilmas erishish joyiga aylantiradi.

Hindiston — ulkan qarama-qarshiliklar mamlakati, bu yerda odobsiz boylik qashshoqlik bilan birga mavjud va intellektual poklikning cho'qqisi qattiq, kundalik hayot bilan birga yashaydi. Hindistonda siz Rolls-Royce va ho'kiz aravalarini topasiz, xuddi fillarni bezakli aravalarda va ajoyib ot aravalarida topganingiz kabi.

Shimoliy Hindistonda biz ko'k ko'zli va sarg'ish sochli odamlarni uchratamiz, issiqroq janubda esa tropik quyoshning issiqligidan qoraygan qora terini ko'ramiz.

Boshidan oxirigacha Hindiston chinakamiga kutilmagan hodisalar va qarama-qarshiliklar mamlakati. Agar hayot bitta yo'ldan borsa, u bir xillikka aylanadi. Ammo Hindistonda hayot hech qachon tasavvur qilinmagan kutilmagan hodisalar va sirlarga to'la ulkan sarguzashtdek tuyuladi.

Hindistonda ruhiy asablarni charchatadigan osmono'par binolar yoki haddan tashqari zamonaviy hashamat va o'yin-kulgilar bo'lmasligi mumkin.

Barcha xalqlarning kamchiliklari bo'lgani kabi, Hindistonning ham o'z kamchiliklari borligi rost

Lekin Hindistonda ma'naviy osmono'par binolar bor: hayotning har qanday sharoitidan to'liq ma'naviy quvonchni qanday chiqarishni o'rgata oladigan kamtarin, realistik ma'naviy gigantlar

Ilmiy asoslarga ega bo'lgan, o'z sa'y-harakatlari va tajribalari orqali haqiqat va voqelikni anglagan bu so'fiylar boshqalarga o'z tushunchalarini rivojlantirishga va kundalik hayotlarining tuprog'idan tinchlik va mamnuniyatning tetiklantiruvchi suvlarini chiqarishga yordam berishlari mumkin.

Quyosh botganda efirdagi manzara

Dono ustoz Paramhansa o'zining tasavvurini quyidagicha ta'riflaydi:

Balkonimdan g'arbga tikilib, xayol qanotlarida uzoq ufq qirg'oqlariga ko'tarildim. O'ng va chap tomonda tez orada sirli binafsha rangga aylangan ikkita tog 'tizmasini ko'rdim. Yana qarasam, ko'rinmas qo'l ularni chuqur ko'k parda bilan

o'rab olgan edi. Ortimdan quyosh botishining alacakaranlığında cho'milgan Gvadalexara shahri yotar edi. Sharqiy osmon endi yumshoq pushti ranglar bilan bezatilgan edi. Oldinga qarab, ko'zlarim oltin ko'lda suzib yurgan moviy orollarning sehrli shahrini ko'rdi.

Sehrli moviy orollar arxipelagida ulkan moviy ohaktosh tepaligi ko'tarildi, uning atrofida kulrang-oq vulqon bulutlari ko'tarilib, ular olovli qizil-oltin lava geyzerlarini otib chiqardi, kamalak kabi sokin ko'lga qarab qiyshayib oqardi. Kuchli oltin alanga moviy orollarni yonayotgan yorug'lik halolari bilan o'rab oldi.

Moviy cho'qqi va uning olovli toji jimjit oltin ko'l yuzasida egizaklar kabi aks etardi. Va eng o'ng tomonda, moviy orollardan birining ko'kragiga o'rnatilgan kichik, sokin ko'l bulutlar to'lqinlari orasida suzib yurgan to'lin oy kabi yarqirab turardi.

Men quyosh botishi va sarobga o'xshash bulutlar shahrida uzoq vaqt kezib yurdim, ko'l yuzasida nozik oltin nuri bilan suzib yurdim. Va abadiyat chekkasiga qadar har tomonga sochilgan qizil muz parchalari bilan to'ldirilgan bu oltin suvlar naqadar ulug'vor edi!

Men kichkina yorug'lik nimfalari bu yer yuzida mehribon ruhlar ekanligini tasavvur qildim va hayotning barcha sinovlaridan muvaffaqiyatli o'tib, ularga xohlagancha sayr qilish va orzularini amalga oshirishga ruxsat berildi. Har kuni quyosh botganda, bu nimfalar o'zlarining samoviy orzularini oltin dengizlar va ko'llar bilan o'ralgan havo shaharlarida jamlashardi. U yerda, qayg'ular changalidan va barcha fojialari va azoblari bilan bu yer dunyosining tuzoqlaridan, barcha azob-uqubatlaridan tashqari, bu mavjudotlar qizil nur bilan nafas oldilar, to'q sariq nurlar ichdilar va rang-barang chiroqlar dengizida aylanib, suzib, yaqinlashdilar.

Bu yerda suv parilari orzularini ro'yobga chiqarishar va xayollarini xohlagancha bir zumda amalga oshirishar, keyin esa o'z xohishlari bilan yo'q bo'lib ketishar edi.

Bu yerda o'sha mavjudotlar mamnuniyat va qoniqish xazinalaridan bahramand bo'lishdi va o'zlarining ajoyib, sehrli dunyosida ularga tashrif buyurganlarning barchasining orzularini saxovat bilan ro'yobga chiqarishdi.

Bu yerda u orzularining ro'yobga chiqishi va istaklarining amalga oshishini odamlar kabi kutishga va orzu qilishga majbur emas edi, balki u xohlaganidek orzu qildi va barcha orzu va istaklariga o'z xohishi bilan erishdi.

Orzular orollaridagi o'sha quyosh botish shahri mening ong ostim tubida yashiringan tush edi va bugun u haqiqatan ham amalga oshdi. Darhaqiqat, men qalbimning yashirin xazinalarini ko'rdim va uning nuri meni o'rab oldi, uning yorqinligi meni ko'zni qamashtirdi!

Sizga tinchlik bo'lsin

Yorituvchi lampalar

Biz har bir yangi yil sovg'asi va u bizga olib keladigan umidlar va va'dalar uchun Xudoga hamdu sanolar aytamiz
.va shukr qilamiz

Xudo bilan bog'lanish, shaxslar hayotida va dunyo sharoitida ajoyib o'zgarishlarni amalga oshirish, tinchlik va

insoniy birodarlikka erishish uchun samimiy, chin dildan
.qilingan iltijodan buyukroq kuch yo'q
Biz Xudoga ibodat qilamizki, samimiy shaxsiy ibodatlar,
yuksak idroklar va o'sib borayotgan bilimlar yer yuzida
haqiqiy o'zgarishlarni keltirib chiqaradigan muborak ruhiy
.kuchga aylanadi

Ey Rabbim, bizni baraka bergin, toki biz Sening nuring
va yo'llaringda yorug'lik chiroqlari bilan yo'l-yo'riq
ko'rsataylik, toki biz qalbimizda va boshqalarning qalbida
Sening sevgingni uyg'otaylik, tirik nur mash'alalarini ko'tarib
yuraylik va iste'dodlarimizni Senga yoqadigan va odamlarga
.foyda keltiradigan narsalarga sarflaylik

Bizga boshqalarga yordam berish va ularning azob-
uqubatlarini yengillashtirish uchun kosmik energiyangiz va
yo'l ko'rsatuvchi nuringiz oqadigan kanallarni yaratishga
yordam bering, chunki Sening sharofati bilan biz insoniyatga
.va o'zimizga yordam berish qudratiga egamiz

Biz azob chekayotganlarga hamdard bo'lishimiz uchun
barakalimiz

Biz butun dunyo bo'ylab yaxshi g'oyalar va niyatlarni
tarqatamiz

Tinchlik va birodarlik jonli tajribaga aylansin
"Osmonda bo'lgani kabi, yerda ham shunday"

Tinchlik - bu Alloh taoloning ismlaridan biri bo'lib, U uni}
{Yer yuziga joylashtirdi, shuning uchun uni o'zaro tarqating

O'quvchilardan biri o'qituvchi Paramhansaga zararli
odatlarini foydali odatlar bilan almashtirishga
qiynalayotganini aytdi va undan maslahat so'radi, shunda u
:shunday dedi

O'zingizni takomillashtirish umidini yo'qotmasligingiz
kerak

Inson faqat ijobiy o'zgarishga harakat qilishdan bosh
tortganda qariydi

Bu turg'unlik holati, mening taxminimcha, haqiqiy
."piramida" holatidir

Biror kishi "Men o'zgartira olmayman" deb aytganda va
buni qayta-qayta takrorlaganda
Men unga: "Xo'sh, agar shunday bo'lishga qaror qilgan
.bo'lsang, o'z joyingda qol", dedim

Insonning hozirgi holati qanday bo'lishidan qat'i nazar, u
o'zini o'zi tarbiyalash, to'g'ri ovqatlanish va sog'liqni saqlash
ko'rsatmalariga rioya qilish orqali yaxshi tomonga o'zgarishi
.mumkin

Nima uchun o'zingizni o'zgarishga qodir emas deb
o'ylaysiz? Intellektual turg'unlik zaiflikning yashirin sababidir.
Har bir insonning taraqqiyotini cheklaydigan xususiyatlari
bor. Bu xususiyatlar inson tabiatiga Xudo tomonidan
joylashtirilmagan, balki inson tomonidan yaratilgan. Bu
kamchiliklardan qutulishingiz kerak va siz ularni yo'q qila
.olasiz

Unutmangki, insonning odatlari uning ichki fikrlarining
.tashqi ifodasidan boshqa narsa emas

O'zgarishga qaror qilganingizda, sizni qo'llab-quvvatlash
va ijobiy qarorlaringizni mustahkamlash uchun ko'plab
.kuchlar birlashadi

Va Xudoning yordami bilan

Yangi yil bog'i

O'tgan yilning qayg'ulari va kulgulari bilan aks-sadosi
yo'qoldi

Mana, Yangi yil madhiyasining dalda beruvchi, umid
:baxsh etuvchi va pichirlovchi sadosi

"Hayotingizni mukammal tarzda qayta yarating"

Eski qo'rquvlarning begona o'tlaridan voz keching

O'tmishdagi tashlandiq bog'dan u faqat quvonch,
yutuqlar, umidlar, ezgu fikrlar va ishlar hamda ezgu, yuksak
.orzular urug'larini to'pladi va saqlab qoldi

Har bir yangi kunning shudringli tuprog'iga o'sha
qudratli urug'larni eking, sug'oring va ular o'sib, hayotingizni

gullashning noyob foydalari bilan to'ldirguncha ularga
.g'amxo'rlik qiling

:Yangi yil shivirlaydi

Odatlarga asir bo'lgan ruhni uyg'oting va uni yangi,"
foydali ishlarni qilishga undang. Abadiy erkinlikka
erishmaguningizcha va karma (o'tmishdagi harakatlarning
doimiy ta'qib va ta'qib qilish oqibatlari) ni
yengmaguningizcha, hech qachon urinishdan to'xtamang va
".hech qachon tinchlanmang

Tetiklashgan ong va doimo yangilanib turadigan
quvonch bilan mast bo'lib, kelinglar birgalikda xursand
bo'laylik va qo'l ushlashib, boshqa hech qachon
.chiqmaydigan samoviy uy tomon yuraylik

Muvaffaqiyat hikoyasi

Men hali ham boshqalarga yordam berish uchun iroda
kuchidan birinchi marta foydalanganimni eslayman

O'shanda do'stlarimdan biri bilan men hali yosh bola
:edik. Bir kuni unga

"Biz besh yuz (kambag'al) odamni to'ydiramiz"

U hayrat bilan javob berdi: "Lekin bizda bir tiyin ham
"!yo'q

Men unga ishontirib: "Shunga qaramay, loyiha davom
.etadi va men pul siz orqali kelishiga ishonaman", dedim

U istehzo bilan javob berdi: "Qanday loyiha! Bu
"!imkonsiz

Ishonch hissi meni: "Onangni hech qanday tarzda xafa
qilma, balki u sendan nima so'rasa, shuni qil", deyishga
.undadi

:Bir kundan keyin u yugurib kelib, menga dedi

Men cho'milayotgan edim, onam meni chaqirdi. Men"
unga: "Hozir cho'milayotganimda meni bezovta qilma", deb
javob bermoqchi edim, lekin buning o'rniga men undan nima
xohlashini so'radim va u mendan uyimiz yaqinida yashovchi
xolamnikiga borishimni so'radi, shuning uchun men unga:
"."Eshitaman va itoat qilaman", dedim

Xolamnikiga borganimda, u menga birinchi bo'lib: "Sen"
kim bilan birga yurgan telba bola? Aqlingni yo'qotdingmi?
Besh yuz kishini boqadigan bu loyiha haqida eshitganim
.nima o'zi?!" dedi

Men unga jahlim chiqib: "Hozir ketishim kerak", dedim
va uning uyidan chiqib keta boshladim. Lekin u meni
to'xtatib: "Do'stingiz aqldan ozgan bo'lishi mumkin, lekin
uning fikri yaxshi. Mana bu yigirma rupiylik kupyurani oling",
.dedi (bu yigirmanchi asr boshlarida anchagina pul edi)

Bola shu qadar hayratda qoldiki, hushidan ketayozdi. U darhol oldimga yugurib keldi va menga yangiliklarni aytib berdi. Biz ziyofat uchun guruch va boshqa zarur narsalarni sotib olish uchun borganimizda, qo'shnilar bizning rejamiz haqida eshitib, ko'proq ovqat taklif qilishdi. Oxir-oqibat, biz !ikki ming kishini (2000) to'ydirib qo'ydik

Xuddi shu vasiyatnoma muqaddas oqimga yuklangan bo'lib, u o'zi asos solgan birinchi kutubxonani - Kalkuttadagi .Sarasvati kutubxonasini yaratdi

Yaxshi ishlar qilishga qaror qilganingizda, agar siz dinamik va samarali irodadan foydalansangiz, ularga erishasiz. Qanday sharoitda bo'lishingizdan qat'iy nazar, agar siz qat'iyatli bo'lsangiz, Xudo siz xohlagan narsaga .erishishingiz uchun vositalarni yaratadi

Iso Masih shunday deganida aynan shu haqiqatga ishora qilgan edi: “Agar imoningiz bo’lsa va shubha qilmasangiz... unda siz bu toqqa: “Qo’zg’ol va o’zingizni dengizga .”tashlang”, deb ayta olasiz, shunda u amalga oshadi

Va sharaflı hadisda: Allohga iltijo qilganingizda,]
[duoingizda qat'iyatli bo'ling

Agar siz iroda kuchingizdan doimiy ravishda foydalansangiz, qanday to'siqlarga qaramay, baribir muvaffaqiyatga, sog'liqqa va boshqalarga yordam berish uchun kuchga erisha olasiz va eng muhimi, Xudo bilan uyg'unlikka erishasiz. Bu iroda kuchini rivojlantirish kerak:

yaxshilik qilishda ikkilanish va muvaffaqiyatsizlik okeanlarini
quritadigan va umid qilingan narsaga erishadigan iroda
.kuchi

* * *

Borlig'ingizning yorqin tubiga nazar tashlang, u yerda siz
go'zallik, donolik va poklik uchun cheksiz imkoniyatlarni
.topasiz

Qodir Allohdan yangi yilni o'zingizdagi oliy tabiatni
namoyon etish qobiliyatiga ega ekanligingizga qat'iy ishonch
.bilan kutib olishingizni so'raymiz

Atrof-muhit va o'tmishdagi harakatlaringiz natijalari sizni
o'ziga xos xususiyatlar, xususiyatlar va odatlar bilan o'rab
olgan, ammo bular shunchaki vaqtinchalik ko'rinishlar va
ularning ostida sizning asl tabiatingiz - olijanob qalbingiz -
yashiringan bo'lib, u bu dunyo sahnasida o'z rollaringizni
bajarishda ega bo'lishni va namoyon qilishni istagan
.afzalliklar va xususiyatlarni tanlashda mutlaq erkinlikka ega

Sizning ichingizda ma'naviy intilishlar uyg'oniyaptimi,
qalbingizda titrayaptimi, ularni kelgusi yil uchun kun
tartibiga qo'yishga undayaptimi? Agar javob ha bo'lsa,
o'tmishni unuting, undan olingan saboqlarni yodda saqlang
va erishmoqchi bo'lgan narsangizga erishish uchun Xudoning
.marhamati bilan oldinga boring

Ular har bir kunni yomon odatlar va ehtirolarni nazorat
qilish, tinchlikda yashash, sevgi berish va bu dunyoda

nekbinlik va quvonchni tarqatish uchun yangi imkoniyat deb
.hisoblashgan

Ijobiy o'zgarishlar qilish irodangizni uyg'otganingiz va
uni harakatlaringiz bilan qo'llab-quvvatlagan paytingizda,
Mehribon Rabbimizning ko'rinmas kosmik kuchlari sizning
harakatlaringizni qo'llab-quvvatlay boshlaydi.
Qarorlaringizda qanchalik ko'p sabr qilsangiz, hayotingizda
yaxshilik kuchlari shunchalik katta va kuchliroq bo'ladi - bu
.o'zgarmas ilohiy qonundir

Birinchi kun qiyin bo'lishi mumkin, ammo ikkinchi kun
biroz osonroq bo'lishi mumkin, uchinchi kun esa undan ham
osonroq. Bir necha kundan so'ng, muvaffaqiyatga erishish
mumkinligini ko'rasiz. Va butun yil davomida sabr-toqat bilan
.harakat qilganlar o'zlarini o'zgartirgan holda topadilar

Ma'naviy intilishlarga ega bo'lganlarga shunday deymiz:
Xudo bilan bog'lanish istagi hayotingizdagi eng buyuk narsa
bo'lsin. Xudo haqida o'ylash va U haqida mulohaza yuritish
orqali biz noto'g'ri yo'nalishda qo'ygan xato
qadamlarimizdan qat'i nazar, U bizni abadiy sevishiga aniq
.ishonch hosil qilamiz

Bizni shartsiz sevib qolishlarini his qilganimizda, bu bizni
qo'limizdan kelganicha harakat qilishga va o'tmishdagi
barcha muvaffaqiyatsizliklar va umidsizliklardan xalos
bo'lishga undamaydimi? Bizni sevib qolishlarini va bizni
sevadigan kimdir borligini his qilganimizda, xotirjam bo'lamiz
.va qalbimiz quvonadi

Barcha vazifalar va faoliyatlarga qaramay, biz o'z
tubsizliklarimizga chuqurroq kirib borish, o'zimizni o'rganish
va qalbimizni Xudoning sevgisi va tinchligi bilan
.tetiklashtirish uchun biroz vaqt ajratishimiz kerak

Agar biz Xudoni sevsak va har kuni Uni rozi qilish uchun
chin dildan harakat qilsak, hech narsa bizning ma'naviy
.taraqqiyotimizga to'sqinlik qila olmaydi

Do'stlarim, shuni yodda tutingki, va Xudoning yordami
bilan, yangi yilda siz ilgari hech qachon orzu qilmagan baxtni
.boshdan kechirasiz

* * *

Qat'iyat bilan yuklangan iroda bilan
Inson qalbining imkoniyatlariga to'liq ishonch bilan
Xudoga so'zsiz ishonch bilan
Keling, bu yil bilan xayrlashib, yangi yilni kutib olaylik

Dunyoda yuz berayotgan o'zgarishlarga va bu
o'zgarishlarning hayotimizga ta'siriga qaramay, agar biz tez
rivojlanayotgan kundalik voqealardan tashqariga donolik va
tushuncha bilan qarasak, biz tushunchaga ega bo'lamiz va
.saboq olamiz

Bugungi voqealar kelajak orzulariga aylanadigan zamon
.sahnasida har birimizning o'z rolimiz bor

Dramatik voqealar va ularga hamroh bo'lgan holatlar
bitta maqsadga xizmat qiladi: ichimizdagi ko'plab fazilatlarni
birma-bir uyg'otish. Biz boshdan kechirgan har bir tajriba, uni
oqilona va samarali hal qilish uchun ichimizdagi yashirin
.kuchni ochib beradi

Bizda Xudo bizga bergan buyuk qobiliyatlar bor va ular
faollashtirilganda, ular hayotimizda muhim ne'mat manbaiga
.aylanadi

Tashqi sharoitlar har doim ham bizning nazoratimizda
bo'lmasa ham, biz har doim o'zimiz ichida nima bo'lishni
xohlayotganimizni tanlashimiz mumkin, bu yerda bizning va
.insoniyat taraqqiyotining kaliti yotadi

Ozodlikni istagan har bir qalb yaxshi tomonga
o'zgarishga ongli ravishda sodiq bo'lishi kerak va eng mos
vaqt - bu hozir, niyatlar qaror qabul qilishga va o'zgarishga
.sodiq bo'lishga qaratilgan payt

Insonlar ruhiy va ma'naviy yangilanishga qodir
bo'lmagan, statik qoldiqlar bo'lib qolmasligi kerak. Bizning
ichimizdagi qahramonlik fazilatlari uyg'onishi va qo'rquv va
.noaniqlik yukidan xalos bo'lishi kerak

Inson o'zini Xudo uni sevishiga va U doim u bilan birga
ekanligiga ishontirsa, na o'tmish uni kishanlay oladi, na
.kelajak uni qo'rqita olmaydi

Inson hayotining uchquni ortida ilohiy alanga
yashiringan

Inson tafakkuri nuridan tashqarida Xudoning buyuk nuri
porlaydi
Aql-idrok to'liqini ortida ulkan universal bilim okeani
yotadi

Insoniy sevgidan tashqari, qalbni to'ldiradigan va uning
.istaklarini qondiradigan ilohiy sevgi pulsatsiyalanadi

O'zgaruvchanlik va o'zgarishlar hukmronlik qiladigan
dunyoda o'zgarmaydigan yagona o'zgarmas narsa bu
.bizning Xudo bilan bo'lgan munosabatlarimizdir

Yakuniy qaror ushbu muborak rishtalarni
mustahkamlash va hayot, kuch, sevgi va baxtning eng
saxovatli in'omchisi bilan ongli ravishda uyg'unlikda yashash
.bo'lsin

Toki inson o'z qalbining yolg'izligida va chuqur
.tafakkurida Yaratuvchisini tanib bilsin

U har kuni o'zidan o'z hayotini koinotning ilohiy
qonunlari bo'lgan haqiqat va sevgi qonunlari bilan
.uyg'unlashtirayaptimi, deb so'rashi kerak

Keling, ichimizdagi Xudoning tinchligiga mahkam
ushlaylik
Keling, vijdon ovozigga quloq solaylik
Keling, boshqalarni ham qo'shish uchun mehr-
shafqatimizni kengaytiraylik

Ijobiy fikrlarimiz va uyg'un harakatlarimiz bilan biz
Xudoning marhamati bilan bu dunyoda tub o'zgarishlarni

amalga oshirishi mumkin bo'lgan yaxshilik kuchlarini
.kuchaytira olamiz

* * *

Bugun inson o'zini to'g'ri yo'ldan borishiga ishontirishi
mumkin, ammo ertaga u undan chetga chiqib, ijobiy
.qarorlaridan voz kechishga moyil bo'lishi mumkin

Hayotimizdagi zaifliklar qabul qilinmasligi kerak. Barcha
vasvasalar va tashqi ta'sirlarga qaramay, o'z tamoyillarida
sabit qola oladigan kishi ozodlik yo'lida, donolikni esa o'ziga
yo'l ko'rsatuvchi nur sifatida qabul qilgan kishi esa hayotning
.illyuziyalari, cheklovlari va to'siqlarini yengib o'tadi

Dono odamlar o'z donoligini oxirigacha saqlab qoladilar
va qanday sharoitlarga duch kelishlaridan qat'i nazar,
.hayotga jasorat va sobit ishonch bilan qaraydilar

Kimki o'z irodasidan voz kechsa, sharoitlariga taslim
bo'lsa va harakat qilishni to'xtatsa, o'zini hukm qiladi va vaqt
.uni unutib yuboradi

Inson o'zining to'g'ri va noto'g'ri odatlarini rivojlantiradi
va "Men o'zgartira olmayman" deganda o'zini
.muvaffaqiyatsizlikka mahkum etadi

Inson o'ziga yomon odatlar va salbiy fikrlar hujumlariga
qaramay, kuchli va erkin ekanligini va yaxshiroq ishlashga
urinishdan to'xtamasligini tasdiqlasa, u o'ziga xos yaxshilik

kuchlariga yordamga kelishi va uni qo'llab-quvvatlashi uchun
.yo'l ochadi

Insonning xatti-harakatlari qanchalik noto'g'ri bo'lishidan
qat'i nazar, ular o'z hayotlarini tahlil qilishlari va o'zlariga
yordam berish va to'g'ri ish qilish uchun harakat qilishlari
kerak va barcha noto'g'ri harakatlar Xudoning yordami bilan
.yaxshi ishlarga aylanadi

Arxivdan: G'azab va fil xotirasi

Ichki xotirjamlikni istaganlar g'azab qanday paydo
bo'lishini va ko'pincha dahshatli oqibatlariga olib kelishini
tushunishlari kerak

G'azab tufayli ichki muvozanatni yo'qotishi tufayli ko'p
odamlar o'z xohishlariga qarshi jinoyatchilar va qonxo'r
.qotillarga aylanishdi

Orzularga to'sqinlik qilish ongni ko'r qiladi Orzular
tumanligi inson ongini egallab olganda, u hushidan ketadi va
.olijanob insonga mos kelmaydigan tarzda o'zini tutadi

Aqlni yo'qotish barcha sog'lom harakatlar va yaxshi
niyatlarning asosiy harakatlantiruvchi kuchi bo'lgan tug'ma
.idrokniki chalkashtirib yuboradi

Insonning aqliy vositasining rul g'ildiragi ishlamay
qolganda, u muqarrar ravishda baxtsiz hodisaga duch keladi

va o'zlarini azob-uqubat va azob-uqubatlarga duchor qilishi
.mumkin

Masalan: Er xursand bo'lib mashina haydab ketmoqda
va parkga ketayotganda, xotini undan park o'rniga ota-
onasining uyiga borish uchun yo'nalishni o'zgartirishni
.so'raydi va bu yerda uning baxti g'azabga aylanadi

Men bu misolni tanladim, chunki bu keng tarqalgan
hodisa. Oddiy hollarda, natijada er xotinining iltimosini rad
etadi yoki xafa va norozilik bilan rozi bo'ladi va odatda
shunday bo'ladi. Ikkala holatda ham g'azab ustunlik qiladi,
.muhit taranglashadi va tinchlik buziladi

Ba'zi hollarda, g'azab zo'ravonlik bilan kurashadiganlar
uchun fojiaga aylanishi mumkin. G'azab xotiraga ta'sir qilishi
mumkin yoki haydovchi ehtiyotkorlik va e'tibor bilan
haydashni unutishi yoki svetoforlarga rioya qilmasligi,
natijada to'qnashuv yoki, Xudo saqlasin, o'limga olib kelishi
.mumkin

Xulosa qilib aytganda, g'azab iroda rulini hayot
aravasida qulflaydi va uning moddiy va ma'naviy
.maqsadlariga erishishiga to'sqinlik qiladi

fil xotirasi

Xotira" deb ataladigan qobiliyat Xudoning insoniyatga"
bergan sovg'asidir va bu naqadar buyuk ne'mat! Xotira
hayvonlarga ham berilgan; u bo'lmaganda, ular o'z bolalarini

taniy olmas edilar. Ba'zi hayvonlarning xotirasi ajoyib, buni fil
.haqidagi quyidagi hikoya ko'rsatadi

Sharqda ko'plab o'rgatilgan fillar singari ulkan bir fil
yog'och tashiyotganida, bir bola unga yaqinlashib, tanasiga
.igna sanchib qochib ketdi

O'sha voqeadan bir yil o'tdi va o'sha fil yo'lda o'sha
bolaga duch keldi. Bu fil uchun qasos olish uchun nisbatan
qulay lahza edi. Shunday qilib, u tanasini bolani o'rab oldi va
uni zo'rlik bilan yo'lning narigi tomoniga uloqtirdi. Shunday
.qilib, hayvonlarning xotiralari bor

Men ko'p tushlar ko'rdim, endi esa uyg'oqman va qalbim
qurbongohida seni doimo eslab yuradigan shamlarni
.yoqaman, Xudoyim

Uyqudan qovoqlari chiqib ketgan ko'zlarim bilan men
sizning go'zal yuzingizga tikilib, uning muqaddas nurlarini
.ko'rishdan zavqlanaman

Va sizning inoyatingiz bilan men sog'liq va kasallikning
nima ekanligini angladim

Hayot va o'lim

Ular barcha turdagi tushlar

Men "Yorqin ranglarga bo'yalgan orzular" romanini o'qib
tugatdim
Yaltiroq illyuziyalar pardasida

Va endi men seni mavjud bo'lgan yagona haqiqat
sifatida ko'rmoqdaman

Kanallarni ochiq saqlash

Ko'p odamlar jiddiy muammolarga duch kelmaguncha,
Xudo haqida jiddiy o'ylamaydilar va keyin Uning aralashishini
.va ularni qiyin ahvoldan qutqarishini kutishadi

Ma'rifatli kishilardan biri shunday degan edi: "Agar siz
hayotingizning yozida Xudoni mehmoningizga taklif
."qilmasangiz, U hayotingizning qishida sizga kelmaydi

Bu Xudo bizga yordam berishni xohlamaydi degani
emas. U yordam qo'lini cho'zib, bizni azob-uqubatlarimizdan
xalos qilishni xohlaydi. Biroq, biz ko'p yillar davomida Uning
qonunlariga zid ravishda yashasak va U bilan tafakkurda
muloqot qilmasak, ongimiz bir uyum xayollarga to'lib ketadi
va Xudo bilan aloqa kanallari qo'rquv, xudbin istaklar,
kayfiyat o'zgarishi, g'azablanish, ko'r-ko'rona o'jarlik, yomon
odatlar va salbiylik bilan to'sib qo'yiladi. Shunday qilib, endi
ilohiy yordam bizga oqib o'tishi mumkin bo'lgan ochiq kanal
.yo'q

Agar biz fikrlarimizni tayyorlamasak va kanallarni ochiq
tutmasak, hayot yo'limiz davomida har bir yo'limizga duch
keladigan muammolarga duch kela olmaymiz va ularni
.yengib o'tolmaymiz

Aytishlaricha, Xudoni sevgan odam, nima qilayotganidan
qat'i nazar, Uning muborak ismini chuqur diqqat va chuqur
sevgi bilan tilga olib, Uni topgan. U bu amaliyotni bolaligidan
boshlagan va uni shunchalik astoydil davom ettirganki, hatto
.tushida ham Xudoning ismini tilga olardi

U ulg'aygan sari, faqat mato va sandal kiyib, vahshiy
yo'lbarslar, kobralar, chayonlar va zaharli hasharotlar bilan
.to'la zich o'rmonlarni kesib o'tardi

Odamlar uning jasoratidan hayratda qolishdi va undan
hayrat bilan so'rashdi: "Sizga hech qachon o'sha yovvoyi
hayvonlar va zararli hasharotlar zarar yetkazmaganmi?" U
:javob berardi

Albatta, menga hech qachon zarar yetkazilmagan,"
chunki men har doim Xudoning ismini o'zim bilan olib
"yuraman va bu mening himoyam

Shuningdek, biz Xudoning himoyasi bizni qamrab olishini
anglashimiz mumkin. U bizning baxtsizliklarimizni
yengillashtirish va muammolarimizni yengishda bizga
yordam berish uchun doimo hozirdir, lekin biz Uning
marhamatlariga qabul qilishimiz kerak, U haqida o'ylashimiz,
Unga ibodat qilishimiz va burchlarimizni bajarayotganda
.qalbimizda U bilan muloqot qilishimiz kerak

Agar shunday qilsak, biz bo'ronlarga bardosh bera
olamiz va yechib bo'lmaydigan muammolar va muhim
inqirozlar bizni mag'lub eta olmaydi yoki qat'iyatimizni
.sindira olmaydi

ma'naviy g'urur

Kamtarlik ma'naviy yo'ldagi eng katta ustunlikdir va
kamtarlikni rivojlantirish o'z-o'zini o'stirishni tezlashtiradi va
.himoya qiladi

Agar izlovchi Xudo bilan uyg'unlikda bo'lish va Uning
borligini his qilish maqsadiga erishmoqchi bo'lsa, u o'zining
.ma'naviy hayotini qurish uchun kamtarlik asos bo'lishi kerak

Dunyo yutuqlar, mol-mulk va mavqelar bilan
maqtanishni, boshqalarning roziligi va hayratini qozonishga
intilishni rag'batlantiradi, ammo izlovchi o'z e'tiborini kichik
."men"dan, "ego"dan yuqori "men"ga qaratishi kerak

Haqiqiy kamtarlik Xudo hamma narsada ekanligini aniq
bilish va Xudoning marhamatiga erishish uchun kattaroq
ambitsiyani rivojlantirish orqali egoni qondirish
.ambitsiyasidan xalos bo'lishni anglatadi

Bu shuningdek, ilohiy sevgini rivojlantirish va biz
izlayotgan va erishishga intilayotgan yoki erishishga harakat

qilayotgan barcha narsalarning manbai bo'lgan Xudoga
murojaat qilish orqali xudbinlikdan voz kechish haqida
.hamdir

Ma'naviy mag'rurlik shaffof vasvasadir va izlovchi bu
azobdan ehtiyot bo'lishi kerak, chunki u Xudo haqidagi har
qanday tasavvurni yoki U bilan muloqot qilish imkoniyatini
.yashiradi

Agar shogird kamtarlikni egallashga chin dildan
intilmasa, u illyuziya tuzoqlariga va behuda narsalarning
.tuzoqlariga tushib qolishga moyil bo'ladi

Darhaqiqat, inson ko'plab zaif tomonlarini yengib o'tishi
va yo'l davomida katta yutuqlarga erishishi mumkin, ammo
.mag'rurlik vasvasasi tufayli yiqilishi mumkin

Koinot Parvardigori va Vijdonlarni Tekshiruvchi qalblar
ichida nima borligini biladi va o'z ma'naviyati bilan
.maqtanadiganlar uni yo'qotadilar

Ma'naviy tajribalari bilan faxrlanadiganlar o'zlarini
muhim deb bilishadi yoki boshqacha qilib aytganda, o'zlarini
o'zgacha deb o'ylay boshlaydilar va olgan ne'matlarini
.yo'qotishlari mumkin

O'zining mag'rurligi ichidagi ilohiy ne'matlarni yengib
o'tgan kishi ruhiy in'omlardan noto'g'ri foydalanadi va keyin
Xudo bu shogirdga ruhiy tushunchaga ega bo'lmaguncha va
yo'lini to'g'rilamaguncha, undan ne'matlarini tortib olib,
kamtarlik saboqini beradi. Lekin U buni sevgidan qiladi,

chunki shogirdning qalbi Xudoga to'liq kamtarlik bilan
ochilganda, u butunlay Xudoga bog'liqligini anglab yetganda,
.u ilohiy inoyatning to'liq miqdorini oladi

Shogirdning hayoti kamtarlikka to'lganda, kamtarlikning
xushbo'y hidi ilohiy g'amxo'rlikni o'ziga tortadi, shogirdga
.baraka yog'adi va uning hayoti tinchlik va sevgiga to'ladi

Inson tabiati

Fikr cheksizdir, chunki qaysi sohada o'qishingiz yoki
mutaxassisligingizdan qat'i nazar, ongingizni o'sha
materialga qaratsangiz, u cheksiz ravishda o'sha yo'nalishda
harakatlanadi. Shuningdek, siz foydalanishingiz va foyda
olishingiz mumkin bo'lgan donolik yoki ma'lumotlarning
.cheqi yo'q

Do'stlarim, bilasizmi, har biringiz bu so'zlarni
boshqalardan biroz boshqacha talqin qilasiz? Sababi, fikrlash
.jarayoni bir odamdan boshqasiga farq qiladi

Har bir inson o'zining tabiati va fikrlash tarzida noyob
bo'lgani uchun, ularning har qanday vaziyatdagi reaksiyalari
va javoblari boshqalarnikidan farq qiladi. Ularning ichki
tabiati ularning fikrlari, his-tuyg'ulari, reaksiyalari va
motivatsiyalarining yig'indisidir va bular, o'z navbatida,

ularning magnitlanishining tabiatini yoki ularda mavjud
.bo'lgan tortishish kuchini belgilaydi

Magnetizm - bu do'stlarni, do'stona hamdardlikni va
.xayrixohlikni jalb qila oladigan eng katta kuchdir

Barchamiz e'tiborga olinishini va e'tiborga olinishini
istaymiz; hech kim e'tibordan chetda qolishini yoki
unutilishini istamaydi. Hatto bolalar ham e'tiborni jalb qilish
.uchun ataylab ma'lum yo'llar bilan harakat qilishadi

Biz ham boshqalar tomonidan sevilishni va qadrlanishni
xohlaymiz. Lekin qanchamiz boshqalarga ulardan biz loyiq
?deb o'ylagan tushuncha va e'tiborni beramiz

Biz o'zimizga juda hamdardmiz va o'z kamchiliklarimizni
kechiramiz, shu bilan birga boshqalarning noto'g'ri ishlarini
.tanqid qilishga va qoralashga to'liq tayyormiz

Bolaligimizdan beri kamchiliklarimiz haqida boshqalar
oldida turib, ularga aytib bera olamizmi? Javob yo'q

Lekin agar biz yaxshi xulq-atvorni o'rganmasak,
boshqalarga qanday qilib yaxshi xulq-atvor qilishni ko'rsata
olmaymiz

Agar o'zimiz azob cheksak, boshqalarning zaif
.tomonlariga chidamsiz bo'lishga haqqimiz yo'q

Dunyo boshqalarni tuzatishni istaydigan, lekin o'zini
emas, odamlarga to'la. Agar biz konstruktiv o'zini baholash
bilan shug'ullanmasak, kunlar va yillar biz o'zgarmasdan
.o'tib ketadi

Bizga kerak bo'lgan narsa - bu o'zimizni isloh qilish,
chunki o'zimizni isloh qilsak, yaxshi o'rnagimiz orqali minglab
.odamlarni isloh qila olamiz

Darhaqiqat, harakatlar so'zlardan ko'ra balandroq
gapiradi

* * *

Ma'naviy ilhomlar doimo yangilanib turadi va ular bilan
tinchlik va quvonch keltiradi

Ma'naviy ong mayin shabada sifatida boshlanadi va
keyin kuchayib boradi, toki u johillik qoldiqlarini, yovuzlik
qoldiqlarini va xudbinlik uyumlarini supurib tashlaydigan
.muborak shamolga aylanguncha

Ma'rifatparvarlik ixlosmandlarining tobora ko'payib
borayotganining global uyg'unlik va ma'naviy tushunish
darajasiga ko'tarilish istagida dalda beruvchi belgilar paydo
.bo'lmoqda

Tinchlik to'lqinlari bilan qanchalik uyg'un bo'lsak, biz
ruhiy tabiatimiz va ilohiy manbamiz bilan bog'liqligimizni
.ko'proq anglay boshlaymiz

Ilohiy sevgi fikrlarni poklaydi
Bu his-tuyg'ularni tozalaydi
Va ular ongni uyg'otishadi

Ilohiy donolik chuqur, sodda va ulug'vordir va kimki u
bilan uyg'un bo'lsa, u adashmasligi uchun unga to'g'ri
.yo'nalishni ko'rsatadigan ichki kompasga ega

Ilohiy donolik va ilohiy sevgi fikrlarimiz imkon
berganidek bizga yaqindir

Xuddi bitta elektr generatori shahar chiroqlarini elektr
energiyasi bilan ta'minlaganidek, Xudo bilan uyg'unlikda
bo'lganlar ham qalblaridagi va atrofidagi zulmatni yo'q
.qilishga yordam beradigan yorqin energiya oladilar

Xudoni chinakam sevadigan va hayotlarini koinot
qonunlariga muvofiqlashtirganlar mo'l-ko'l kuch, tinchlik va
.baraka topadilar

Biz Qodir Allohdan bizga barakalar va oliy ilhomlar
yog'dirishini so'raymiz
Va U bizning qat'iyatimizni samarali ishlash va fidoyilik
.bilan xizmat qilish uchun kuch va qobiliyat bilan to'ldirsin
Va biz barcha yaxshilik, inoyat va mavjudlik manbai
.bo'lgan Uni doimo yodda tutib yashaymiz

Arxivdan: Tilak daraxti haqidagi hikoya

Qadim zamonlarda, Garri ismli zohid Hindustanda yashagan va ko'p yillar davomida Himolay tog'larida noyob "Tilak daraxti" daraxtini qidirib kezib yurgan

Afsonaga ko'ra, bu ajoyib daraxtlarni faqat zohidlar o'zlarining zohidligi va ma'naviy intizomni qat'iy amalda qo'llaganliklari uchun mukofot sifatida topadilar. Aytilishicha, bu daraxtlar shoxlari ostida o'tirgan har bir kishining xohish-istaklarini ro'yobga chiqarish qudratiga ega

Garri ich-ichidan turli xil qattiqqo'lliklarni uzoq vaqt davomida amalda qo'llagani, qiyinchiliklarni ixtiyoriy ravishda his qilgani va o'zi uchun belgilagan qat'iy intizomga sodiqligi tufayli o'sha daraxtni topishga loyiq deb hisoblardi

Ammo bu barcha ma'naviy izlanishlarga qaramay, u hali o'rganishi kerak bo'lgan saboqlar bor edi. U ilohiy bilimni xohlasa ham, boshqa, kichikroq istaklarni ham yashirgan edi

Bu orzular orasida Orzu daraxtini topish istagi ham bor edi. Noqulay tog' yo'llari uning qalbidagi orzu va eng chuqur orzularining ro'yobga chiqishini tinimsiz izlashda yalang'och oyoqlarini charchatgan edi. Uning ichki tuyg'usi unga doimo orzusi amalga oshishiga va daraxt uni oddiy odamning qobiliyati va chidamliligidan ustun bo'lgan ruhiy sa'y-harakatlari uchun tabiiy mukofot sifatida kutayotganiga ishontirardi

Do'stimiz sezgisida haq edi. Himolay tog'laridagi vodiylardan birida u keng bargli daraxtni topdi, bu daraxtni

o'zining ma'naviy idroki tufayli darhol uzoq vaqtdan beri
.izlagan va topishni orzu qilgan xazina ekanligini angladi

U darhol va katta ishtiyoq bilan daraxtning
mehmondo'st shoxlariga yaqinlashdi va uning tagiga o'tirdi.
Bu noyob daraxtning g'ayrioddiy kuchlarini his qilish uchun
Garri ko'zlarini yumdi va o'ziga: "Agar bu Tilaklar daraxti
bo'lsa, unda u men uchun qudratli qal'a bo'lib shakllansin!"
.dedi

Bu fikr uning xayolidan o'tishi bilan daraxt yonida
ulug'vor saroy paydo bo'ldi, uning atrofida yangi atirgullar,
xushbo'y rayhonlar va baland daraxtlar bilan to'ldirilgan
.yam-yashil bog'lar bor edi

Garri bu mo''jizadan xursand bo'ldi va eng aziz
orzusining amalga oshganidan xursand bo'ldi, chunki u
nihoyat uzoq vaqtdan beri izlagan Tilak daraxtini topdi. U
keyingi orzusini ifodalashdan oldin ko'p kutmadi: "Men
atrofimda go'zal qizlar xorini ko'rishni istayman, ular menga
oltin laganlarda eng yaxshi va eng mazali taomlarni taqdim
etishadi va menga har qanday kumush ko'zalardan ham
shirinroq ichimliklarni yaltiroq oltin kabi porlaydigan
."qadahlarga quyishadi

Ko'z ochib yumguncha uning istagi amalga oshdi, chunki
u oldida oltin likopchalarda tortilgan turli xil mazali taomlar
bilan to'la dasturxon va unga shohlar va shahzodalarga
munosib turli xil taom va ichimliklarni taklif qilayotgan go'zal
.qizlarni topdi

Dabdabali va dabdabali ziyofatdan bahramand
bo'lgandan so'ng, do'stimiz yangi uyini ko'zdan kechira
boshladi. U sayqallangan marmar zinapoyadan ko'tarilib,
ko'zni qamashtiruvchi yorqinlikdagi gavharlar bilan
.bezatilgan xonalar orasidan yurdi

Nihoyat, bizning baxtli zohidimiz yurishdan charchab,
birinchi qavatdagi xonalardan birida tinchlik va orom izladi.
O'sha xonaning past derazalari ulug'vor Tilak daraxtining
.uzun shoxlari bilan soyada edi

U deraza yonidagi karavotga yotar ekan, orzu
daraxtining qalin shoxlari yorug'likni to'sib qo'yganini
payqadi va yolg'izlikni his qildi va yuragida qo'rquv paydo
bo'ldi. Sukunatni faqat bir nechta tovushlar buzdi, ular
bog'danmi yoki saroy devorlari ortida erkin yuradigan o'rmon
.hayvonlaridanmi, deb o'yladi u

U o'ziga o'zi dedi: Agar o'rmon yo'lbarslaridan biri
derazadan kira olsa-chi? Unday bo'lsa, u meni yutib yuboradi
.va bu mening oxirim bo'ladi

Qo'rquv haqidagi bu fikr xayoliga kelishi bilanoq,
shafqatsiz yo'lbars derazadan sakrab tushib, qo'rqib ketgan
zohidni ushlab, yutib yuborish uchun olib ketdi - bu
.haqiqatan ham dahshatli taqdir edi

Afsuski, Garri Orzular daraxti yaxshi va yomon fikrlarni
ajratmasligini anglamagan edi. Uning maqsadi shunchaki
ularni yashirganlarning istaklarini bajarish edi. Darhaqiqat,
Orzular daraxti zohid Garrining kuchli aqliy qiyofasini

mukammal darajada o'zida mujassam etgan va bu uning
.oxirgi fikri edi

Har bir inson o'z xohish-istaklari daraxti ostida yashaydi,
bu uning barcha xohish-istaklarini ro'yobga chiqaradi. Bu
daraxt iroda kuchidir. Ilohiy irodaning aksi bo'lgan inson
irodasi o'z mohiyatiga ko'ra insonning umid va istaklarini
.ro'yobga chiqarish kuchiga ega

Lekin kimki o'z xohish-istaklarini, istaklarini va fikrlarini
qanday boshqarishni bilmasa, Parvardigoriga ming marta
shukr qilishi kerak, chunki uning tartibsiz fikrlari darhol
amalga oshmaydi, aks holda yovvoyi istaklar qalbning
xotirjamligini parchalaydigan, baxt suyagini ezadigan va
ma'naviy tinchlik vohasini bepoyon cho'lga aylantiradigan
yirtqich, ochko'z yo'lbarzlarning avtomatik timsolini keltirib
.chiqaradi

Bu insonning kuchli irodasi va qudratli aqlidan boshqa
narsa bo'lmagan Istak daraxti shoxlari ostida o'tirib,
fikrlaringizni ijobiy va yaxshi narsalarga qaratish uchun
.yaxshi saboqdir

Inson qo'rquv, muvaffaqiyatsizlik, kasallik va johillikka
e'tibor qaratishdan va ular haqida doimo o'ylashdan ehtiyot
bo'lishi kerak, aks holda bu salbiy narsalar noma'lum
zulmatdan maxluqlar kabi paydo bo'lib, ularni hal qilish yoki
nazorat qilish qiyin bo'lgan jiddiy muammolarni keltirib
.chiqaradi

Salbiy fikrlar faqat ularni yashirgan odamga zarar
keltiradi; agar inson o'zi va boshqalar uchun yaxshilik istasa,

ularni ijobiy fikrlar bilan almashtirsin. Muvaffaqiyat Xudodan
.keladi

* * *

Moddiy ne'matlardan tashqari, Xudo bizga imon va
ma'naviy tushuncha beradi

Va Unga murojaat qilgan va Unga ishonganlarga U eng
yuqori ilohiy ongni beradi

Muborak sovg'alar qalblarga ta'sir qiladigan, qotib
qolgan tabiatni o'zgartiradigan, qalblarni ma'naviy
beparvolikdan uyg'otadigan va yagona inson oilasi a'zolari
o'rtasida tanishuv va uyg'unlikni rag'batlantiradigan
.sovg'alardir

Xudoni bilganlar nafaqat o'zlarining dono so'zlari va
mukammal namunalari orqali ta'lim berishadi, balki bizga sof
va shartsiz ilohiy sevgini ham berishadi. Bu sevgi nurida biz
o'zimizning yuksak salohiyatimiz haqida yangi tasavvurga
.ega bo'lamiz

Xudoning tanlanganlari bu dunyoga bizga Uning inoyati
haqida bilim berish va bizni qo'limizdan ushlab, samoviy
uyga olib boradigan ichki nurni ko'rsatish uchun keladilar,
toki qalblarimiz har qanday umidsizlik va dunyoviy
zulmatdan xalos bo'lsin va ular bizni ruhlantiradi, ilohiy
merosda ulushimiz borligiga va kosmik ong bilan aloqa qila
.olishimizga ishontiradi

Inson Yaratuvchisi bilan uyg'unlashgan sari, uning gunohlari yiqilib, zaif tomonlari kuchli tomonlarga aylanadi va u o'z qalbining mohiyati pok va Xudoga yaqin ekanligini .anglaydi

Doimiy ravishda porlab turadigan ilohiy nur uni istagan kishiga tushganda, u ilohiy mohiyatning o'zida va boshqalarda ham mavjudligini anglaydi, garchi illyuziya changalida bo'lgan qalblarda uning porlashiga to'sqinlik .qiladigan qalin pardalar bo'lsa ham

Biz Qodir Allohdan bizga in'omlar in'omini berishini so'raymiz: ongimizdagi oliy tinchlik, oliy sevgi va ta'riflab .bo'lmaydigan quvonch tuyg'usi

Biz shunchaki sevgi va ishonch bilan sevgisi cheksiz va saxovati cheksiz bo'lgan koinot qalbiga murojaat qilishimiz .kerak

Xudo bizni duo qilishni va O'zining fazlidan berishni xohlaydi, lekin biz qalbimizni ochishimiz, orzularimizni ro'yobga chiqarishimiz va Uning mo'l-ko'l inoyatiga qabul .qiluvchi bo'lishimiz kerak

Biz butun qalbimiz bilan Xudoga murojaat qilganimizda, xavotir, shubha va qo'rquv kabi barcha to'siqlar yo'q bo'lib .ketadi va biz Xudoga va Uning bizga yaqinligini his qilamiz

Barchaga yaxshilik va baraka tilaymiz

Assalomu alaykum, do'stlarimiz

Mening abadiy mehmonim bo'ling

Ey Rabbim, qadamlarimni to'g'ri yo'llarga boshla
Va qo'llarimni mehr bilan harakatlantiring

Ko'zlarimga baraka ber, toki ular men ko'rishim kerak
bo'lgan narsani ko'rishsin
Ilhomingiz mening so'zlarim orqali oqib chiqsin
Va mehringizni boshqalarga shirin va muloyim so'zlarim
bilan yog'diring

Xushbo'y hidingiz qalbim gulidan taralib tursin
Va qalblarni sizning huzuringiz ma'badiga jalb qilish
uchun

Sizning teginishingiz qalbimga baraka bersin
Ehtimol, u hamma bilan til topisha olmaydi va
uyg'unlikda bo'la olmaydi

Fikrlarim ustida ishlang
?Boshqalarni tinchliging bulog'iga olib kelaymi

Mening abadiy mehmonim bo'ling
Va mening xotirjamligim va quvonchim ma'badida
yashang

Seni hech qachon unutmayman, Rabbim
Sensiz hayot yo'llaridan yurolmayman

Vaqt yo'llarida adashib qoldim
Sen menga yo'l ko'rsatding va meni O'zingga qaytarding

Menga ulkan hissiy istaklarni ber
Va sizga bo'lgan tirik sadoqat aks-sadosida
Muborak ovozingizni eshitishga ijozat bering

* * *

:O'qituvchi o'quvchilardan birini rag'batlantirib dedi

Qoqinish va noto'g'ri tuzoqlarga tushib qolish
vaqtinchalik zaiflikdir

Hayot labirintlarida adashib qoldim va yo'lni boshqa
topa olmayman deb o'ylamang. Agar tajribangizdan saboq
olsangiz, yiqilgan zaminigiz yana turish uchun tayanch va
.poydevor bo'lishi mumkin

Agar hayotingizdagi aniq xatolarni aniqlasangiz va ularni
takrorlamaslikka qaror qilsangiz, hatto yana yiqilsangiz ham,
bu yiqilishning ta'siri umuman urinmaganingizdagidan ancha
.kam bo'ladi

Biz barcha urinishlarimizda muvaffaqiyat qozonishni
kutmasligimiz kerak

Ba'zi urinishlarimiz muvaffaqiyatsiz bo'lishi mumkin,
ammo boshqa urinishlarimiz muvaffaqiyatli bo'ladi

Muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik bir-biri bilan
chambarchas bog'liqligini biling; ikkalasi ham bir-biridan
mustaqil ravishda mavjud bo'la olmaydi. Shuning uchun,
agar biz katta muvaffaqiyatga erishsak,
mag'rurlanmasligimiz yoki takabburlanmasligimiz kerak,
shuningdek, muvaffaqiyatsizlikka uchrasak, tushkunlikka
.tushmasligimiz yoki tushkunlikka tushmasligimiz kerak

* * *

Aytishlaricha, mashhur professor umrining ko'p qismini
sog'lig'i yomon sharoitda o'tkazgan. Qirq yoshga to'lmasdan
oldin u ikki marta asabiy tushkunlikka tushib, jiddiy yurak
.kasalligiga chalingan

Unga ishini davom ettirish juda qiyin edi va uning ahvoli
kunlar o'tishi bilan yomonlashib borardi, hatto yurish va dars
berishda juda qiyinchiliklarga duch kelardi, chunki eng kichik
jismoniy harakat unga chidab bo'lmas og'riq va bo'g'ilish
.hissini keltirib chiqarardi

Nihoyat – umringiz uzoq bo'lsin – shifokorlar unga
kunlari sanoqli ekanligini aytishdi va shifokorlarning tashxisi
.uning ojizlik va umidsizlik hissini kuchaytirdi

Ko'p o'tmay, u ilhomlantiruvchi ruhiy chekinishda qatnashdi, bu unga narsalarga yangi nuqtai nazardan qarashga yordam berdi va u o'zini Xudoga yaqin his qildi.

O'sha kuni tushdan keyin u sayrga chiqdi, qarag'ay o'rmoniga kirib, dam olish uchun daraxt tanasiga o'tirdi va butun vujudi bilan ibodat qilayotganini, qalbining tubidan Xudodan uni shifolashini va jismoniy nogironligidan xalos qilishini so'raganini ko'rdi.

Keyin u Xudodan uning oldiga kelishini, hayotini o'z qo'lga olishini va jismoniy holatini to'g'irlashini so'radi.

U bu borada shunday dedi: "O'rmonda men Xudo bilan aloqada edim va tanamdagi har bir hujayra ilohiy huzurdan titrayotganini his qildim."

Bir necha kundan keyin u toqqa chiqishga muvaffaq bo'ldi, bu ish ilgari hech qachon qila olmagan edi. U bu borada shunday dedi: "Tog' cho'qqisiga chiqqach, qo'rquv va zaiflik tuyg'ulari meni tark etdi va men ularni boshqa hech qachon his qilmadim. O'shandan beri ko'kragimda yangi yurak urayotganini his qildim."

Va aslida shunday bo'ldi, chunki u o'zining hayotiyligi, g'ayrati va sermahsul adabiy ijodi bilan tanildi va shifokorlar tomonidan qo'yilgan tashxisdan keyin qariyb qirq yil yashadi.

Ko'pincha, biz o'zimizni fikrlash va harakat qilish tarzimizni o'zgartirishga majbur bo'lganimizda - zarurat yoki og'riq tufayli bo'ladimi - biz Xudoga taslim bo'lishga va

yangidan boshlashga majbur bo'lamiz. Keyin ijodiy jarayon boshlanadi va hayot kuchi fikrlarimiz va tanamizga to'sqinliksiz oqib keladi. Shu sababli, haqiqiy ma'naviy o'zgarish tanqidiy psixologik yoki jismoniy azob-uqubatlar .paytida sodir bo'ladi

Tashlab ketish duosi" deb nomlangan duo bor, unda"
:duo qiluvchi shunday deydi

Ey Rabbim, hozir men shu muammoga duch"
kelmoqdaman, ammo natija sizning qo'lingizda, mening sevimli Xudoyim, bu sizning amringiz va men sizning irodangizni qabul qilaman va men uchun xohlagan ".narsangizdan mamnun bo'laman

Tabiiyki, ko'pchilik uchun bu tarzda chin dildan ibodat qilish qiyin, chunki bu o'z xohishidan va "ego" istaklaridan voz kechishni anglatadi va bu inson uchun eng qiyin narsalardan biridir. Kim buni qila olsa, u Xudoga to'liq .ishonishni namoyon etadi

Lekin bu biz passiv va qaram bo'lib qolishimiz, Xudodan barcha muammolarimizni hech qanday kuch sarflamasdan hal qilishini kutishimiz kerak degani emas. "Va: "Ishlang!" .deb ayting", chunki harakatsiz imon jonsizdir

Agar biror kishi xonada o'tirib, eshikni qulflab qo'ysa va Xudo uni boshqa hech narsa qilmasdan boy qilishiga o'zini ishontiraversa, Xudo uning ibodatiga javob bermaydi, chunki u boyib ketish yoki boshqa biror narsa qilish uchun ishlashi .kerak

Mehnat" yoki ma'naviy harakatlardan xoli ko'r-ko'rona"
imon aql nurini o'chiradi, ammo agar inson aqlini ishlatsa,
mantiqiy harakatlar qilsa va konstruktiv faoliyat bilan
.shug'ullansa, u ilohiy g'amxo'rlikni oladi va ilohiy javob oladi

* * *

Haqiqiy do'stlik bu dunyodagi har qanday boylikdan
ulug'roqdir
Qalbida sevgi borlar boshqalarni chinakamiga biladilar
Xuddi u shaffof shisha idishdan qarab, ichida nima
.borligini ko'rayotgandek edi

Boshqalarni shu tarzda bilish Xudoni sevish va
boshqalarni shu sevgi bilan sevishdan kelib chiqadi

* * *

Suratda: Usta Paramhansa do'stligini qadrlaydigan, u
bilan muloqot qilishga intiladigan va u bilan uchrashishdan
.zavqlanadigan tubjoy amerikalik do'stlari bilan

Biz ko'pincha o'zimizni o'zgartirishga ojizdek tuyuladigan
vaziyatlarda qolib ketamiz. Biz o'ylagan hamma narsani,
jumladan, Xudodan vaziyatimizni biz uchun eng yaxshi deb
hisoblagan tarzda o'zgartirishini so'rab chin dildan ibodat
qilishni ham sinab ko'ramiz. Shunga qaramay, biz orzu qilgan
narsa - moliyaviy yordam, sog'liq yoki boshqa narsa bo'lsin -

amalga oshmasligi mumkin, bu bizni umidsizlik va
.umidsizlikka soladi

Lekin ichimizdagi ilohiy kuch bilan bog'lana
olmaganimizda, bu taslim bo'lishning ma'nosini
.tushunmaganimiz uchundir

Bir donishmand bir paytlar barcha muammolarni
meditatsiya orqali hal qilish mumkinligini maslahat bergan
edi, ammo ko'pchilik odamlar meditatsiya Xudoni
tushunishga yoki Undan boshqa biror narsa olishga urinish
emasligini tushunishmaydi. Avvalo, biz Xudo bilan
aloqamizni tan olishimiz va hayotimizda to'siq bo'lib turgan
va bizga ilohiy kuch oqimini cheklaydigan mayda ego yoki
."ego" dan voz kechishimiz kerak

Sakkiz yil davomida nogiron va kasal bo'lib qolgan, ishini
davom ettirishi uchun Xudodan shifo so'rab doimo ibodat
qilgan bir ayol haqida hikoya bor. Nihoyat, behuda
urinishlaridan hafsalasi pir bo'lgan u Xudoning irodasiga
:bo'ysunib, quyidagicha ibodat qildi

Ey Rabbim, men hayotimni sizning qo'lingizga"
topshiraman. Agar siz mening nogiron va nogiron bo'lib
qolishimni istasangiz, bu sizning ishingiz, lekin men sizdan
sog'liqdan ko'ra ko'proq narsani xohlayman va nima
".xohlashingiz va nima qilishingiz siznikidir

Ikki hafta ichida u to'liq sog'ayib ketdi va kasalxonadan
chiqdi

Bu paradoksal tuyulishi mumkin, ammo asosiy g'oya shundaki, biz ko'pincha Xudodan o'z manfaatlarimiz va xudbin istaklarimizdan kelib chiqadigan iltijolarga bo'ysunish o'rniga, irodamizni bajarishini so'rashga harakat qilamiz, bu esa ibodat kanallarini to'sib qo'yadi. Shubhasiz, Xudo o'zlariga yordam beradiganlarga yordam beradi va biz irodamizni ilohiy irodaga moslashtirish uchun qanchalik ko'p mashq qilsak, hayotimizga shuncha ko'p muborak kuch .kiritamiz

Lekin ba'zida bizning irodamiz donolik bilan boshqarilmaydi, shunga qaramay, biz o'z manfaatlarimizga mos kelmaydigan narsani olishga intilamiz va Xudo bizning .sharoitimizni o'zgartirish uchun aralashmaydi

Ba'zan o'z resurslarimiz vaziyatimizni yengish uchun yetarli bo'lishi mumkin, ammo keyinchalik biz nazoratimizdan tashqarida bo'lgan jiddiy qiyinchiliklarga duch kelamiz va bu bizni qiyin ahvolga solib qo'yadi. Biroq, agar biz o'z egoimizni chetga surib, chin dildan va chin dildan: "Sening irodang bajo bo'lsin, Rabbim, mening emas", deb ibodat qila olsak, qalbimizni hidoyat oqimiga ochamiz va .bizga ilohiy kuch va mo'l-ko'l ne'matlar yog'diriladi

Muammolarimizni hal qilish uchun qo'limizdan kelganini qilsak ham, inson kuchi cheklanganligini va o'zimizni Xudoning cheksiz kuchiga ochishimiz kerakligini anglashimiz kerak , ammo ko'pchilik bu haqiqatni anglab yetmasdan .oldin to'liq ojizlikka duchor bo'lishlari kerakga o'xshaydi

Bir madhiya bor: "Qiyinchilikka tushib qolganimda, meni .ozod qilish uchun kelasiz

Va bu Xudo bizga oxir-oqibat faqat U qiyin vaziyatlarni
o'zgartirishga va hal qilib bo'lmaydigan muammolarni hal
.qilishga qodir ekanligini o'rgatish usulidir

* * *

Xudo barcha ibodatlarimizni tinglasa ham (shuning
uchun U bizni ziyorat qilishi uchun)
Lekin u har doim ham javob bermaydi

Bizning ahvolimiz onasini chaqirayotgan kichkina bolaga
o'xshaydi
Lekin onasi uning oldiga kelishga hojat yo'q deb biladi
Shuning uchun u uni band va jim turishi uchun unga
o'yinchoq yuboradi

Lekin bola boshqa hech narsa bilan yupatishni
istamaganda
Uning oldiga faqat onaning o'zi keladi

,Xuddi shunday, kim Xudoni tanib-bilishni istasa
Bu bola kabi bo'lishi kerak
Onaning o'rnini bosuvchi sifatida borligidan qoniqmagan
kishi

magnit rivojlanishi

Inson o'zi tanlagan magnitlanishni rivojlantirishi
mumkin, xoh Xudoning oliy kuchini jalb qilish, xoh aqliy

kuchlarga ega bo'lish, xoh kundalik hayot ehtiyojlarini jalb
.qilish

Xudo insoniyatga tana bergan va biz unga g'amxo'rlik
qilishimiz kerak. Jismoniy magnetizmini faqat moddiy boylik
va aqliy kuch uchun rivojlantiradigan va undan
foydalanadiganlar oxir-oqibat aldanadilar. Biroq, ma'naviy
magnetizmini rivojlantiradiganlar bu muborak kuchning
ularning ehtiyojlarini qondirishini va barcha moddiy
.istaklarini qondirishini topadilar

Samarali ishlaydigan universal qonun mavjud va men
uni hayotimda boshdan kechirdim va uning ishlayotganini
.tasdiqladim

Inson aqliy buyruqlarga javob beradigan kuchli va
sog'lom tanaga ega bo'lishi juda muhimdir. Ishga sustkash,
g'ayratsiz, ambitsiyasiz va kuchsiz ketayotgan odamni
tasavvur qiling, keyin esa poyga yo'lida yugurishga tayyor
.otni tasavvur qiling. Tana shunday bo'lishi kerak

Ba'zan biz sog'lig'i yaxshi va yoshlik energiyasiga ega
.bo'lgan ba'zi keksa odamlarni ko'ramiz
Ularning tanalari yosh va jozibador ko'rinadi va yoshiga
.qaramay, ular jozibali shaxslarga ega

Egilgan va egilgan holda o'tirish energiyani so'ndiradi.
Odamlarning o'rindiqlarida qanday o'tirishlariga e'tibor
bering; ba'zilari egilgan va uyqusiragan ko'rinadi, hatto
ularni ko'rishingiz bilan charchaganingizni his qilasiz.
Boshqalari tik o'tirishadi va siz ularning jonli mavjudligini
.bilasiz; ularga qarashingiz bilan siz ular bilan bog'lanasiz

Kimki egilib o'tirishga yo'l qo'ysa va noto'g'ri holat tufayli beparvolik bilan umurtqa pog'onasining egriligi va egilishiga hissa qo'shsa. Bunday o'tirish psixologik holatga .ham ta'sir qiladi va fikrlashni salbiy qiladi

To'g'ri va to'g'ri holatda o'tirganlar ijobiyroq va nekbinroq bo'ladilar. Maxsus holatlar tufayli tik o'tira olmaydiganlar buni o'zlarining nekbinligi, ijobiy qarashlari va .kuchli ruhiy mavjudligi bilan qoplashlari mumkin

Har doim nima qilayotgan bo'lsangiz ham, u qanchalik kichik yoki ahamiyatsiz ko'rinmasin, ongingizni doimo unga qarating, shu bilan birga ongingizni moslashuvchan tuting, shunda kerak bo'lganda boshqa qiziqishga o'tishingiz mumkin. Lekin eng muhimi, hamma narsani to'liq diqqat bilan bajaring, chunki bu sizning xarizmangizni sezilarli .darajada oshiradi

Har qanday sohadagi eng muvaffaqiyatli ishbilarmonlar magnit quvvatidan qanday foydalanishni juda yaxshi bilishadi

O'zini tuta bilish insonga magnit qirrani, shuningdek, his-tuyg'ular va ehtiroslar ta'sirida bo'lmagan muvozanatli .ongga ega bo'lish qobiliyatini beradi

Hissiy g'ayrat kuchga, aqliy faoliyatga aylanishi kerak va donolik hissiyotlarni boshqarishi kerak, shunda magnetizm .paydo bo'ladi

Aql-idrok hissiyot bilan birlashib, magnitlanishni yaratadi. Magnitlanishga ega odam ishonch bilan gapiradi

U oqilona gapiradi, lekin so'zlari his-tuyg'ularga to'la. Biz aytadigan va qiladigan har bir narsada samimiy bo'lishimiz kerak, ammo samimiylik boshqalarni xafa qilish yoki uyaltirishni anglatmaydi

Sabzavotlar va mevalar, ayniqsa mevalar, magnit xususiyatlarga ega, chunki ular ovqat hazm qilish jarayoniga xalaqit bermaydi yoki to'sqinlik qilmaydi, oqsillar va kraxmallarni ortiqcha iste'mol qilish esa organizmda toksinlarni to'plashga yordam beradi

Har qanday kasal organ tanada nomutanosiblikni keltirib chiqaradi. Ayniqsa, oshqozon sog'lom va sog'lom bo'lishi kerak; masalan, oshqozondagi gaz noqulaylik tug'diradi va shu bilan magnitlanishga salbiy ta'sir qiladi

Ko'p miqdorda ovqat iste'mol qilish nojo'ya oqibatlariga olib keladi, ro'za tutish esa odamning jozibadorligini ochib berishga yordam beradi, vaqti-vaqti bilan ba'zi ovqatlarni o'tkazib yuborish ham xuddi shunday, ammo bu sog'lig'iga zarar yetkazadigan darajada och qolish degani emas

Kuniga uch mahal go'sht iste'mol qiladiganlarning ko'rish qobiliyati zaif va jozibadorligi past bo'ladi. Biroq, faqat to'g'ri ovqatlanishning o'zi yetarli emas; sog'lom fikrlash, olijanob xulq-atvor va hayot yo'llarida to'g'ri yurish zarur

* * *

Agar siz doimo ishonsangiz

To'liq ishonch, shubhasiz

Xudoning kuchi sizning ichingizda ishlayapti

Fikrlaringiz, ibodatlaringiz va e'tiqodlaringiz ortida

Sizga cheksiz kuch berish uchun

Barcha hayot sharoitlariga dosh berish uchun

Va agar siz Xudo siz bilan ekanligiga ishonsangiz

Uning g'amxo'rliqi har bir qadamingizga hamroh bo'ladi

Siz uning ne'matlarini doimo his qilasiz

Va uning borligini his qiling

Hayotingizning har bir sohasida

Xudo sevgidir va Uning yaratilish rejasi sevgidan boshqa
hech narsadan kelib chiqmagan yoki unga asoslangan
bo'lishi mumkin emas edi. Bu oddiy g'oya inson qalbiga
boshqa har qanday mantiqqa qaraganda ko'proq tasalli va
?umid bag'ishlamaydimi

Haqiqatning tubiga kirib borgan barcha bilimdon
odamlar universal ilohiy rejaning mavjudligiga va uning
.go'zal va zavqlarga to'la ekanligiga guvohlik berishdi

Xudo bizni hayot oqimlari bilan o'ralgan, jismoniy
chiroqlar orasidan oqib o'tadigan energiya farishtalari
.sifatida yaratdi

Lekin jismoniy chiroqning mo'rtligi va zaifligiga e'tibor
qaratganimiz sababli, chiroq ichida mavjud bo'lgan,
tebranish va o'zgarishlarga moyil bo'lgan abadiy hayot
energiyasining abadiy va o'chmas xususiyatlarini qanday his
.qilishni unutib qo'ydik

,Bu dunyoning ongidan oshib ketganingizda
Siz na tana, na ong emasligingizni anglash
Biroq, siz o'zingizning mavjudligingizdan xabardor bo'lib
qolasiz

.Sizning asl tabiatingiz sof, cheklanmagan ongdir
Koinotdagi hamma narsani o'z ichiga olgan zot
Ilohiy sevgi barcha moddiy istaklarni poklaydi va ularni
ezgu ambitsiyalar va yuksak intilishlarga aylantiradi va
qalbni ko'pincha sobit sevgi, aniq tushunish va o'zaro
hurmatning mustahkam poydevoriga asoslanmagan
munosabatlar yoki yaqin kishining o'limi tufayli kelib
.chiqadigan og'riqlardan davolaydi

Biz Xudoni to'liq sevganimizda, agar bu buyuk sevgining
bir qismi bo'lmasa, boshqa hech qanday sevgidan
qoniqolmaymiz va bu ilohiy sevgida biz barcha qalblarning

sevgisini topamiz, chunki Xudo koinotdagi sevgining
manbaidir.

ancha katta darajada va umidsizlik va qayg'u
.oqibatlarisiz topasiz

Men sog'inchlarim to'rini tashladim
Fikrlarimning keng dengizida

Ko'pincha xayolimdan chiqib ketdi
Ey ilohiy sevgi
!Oh, qimmatbaho o'lja
Biroq, men sho'ng'ishda davom etaman
Tinchlik tubida

Va to'xtovsiz, men sizga muhabbat to'rimni tashlayman
Birin-ketin
Seni bir kuni ko'rishim kerak
Sizga bo'lgan cheksiz sog'inchim - bu tarmoq

Men bu sevgim to'rini hamma joyga tashlayman
Hayotning notinch to'liqlari ustida
Va miltillovchi yulduzlar haqida
Va yaxshi qalblarning tubida

Men bilganim shuki, men ovchiman
Va men sizni ushlashga harakat qilishda davom etaman
!Ey eng aziz orzu va mavjudotdagi eng buyuk xazina

* * *

Oddiy ruhiy tabiblar yoki ruhoniylar gunohlarni kechirishga yoki maslahat so'rab kelgan gunohkorlarni ozod

qilishga qodir emaslar; ular qila oladigan yagona narsa -
.ularga ruhiy retseptlar berish, boshqa hech narsa emas

Xudoni biladiganlar juda rivojlangan ruhiy bosqichlarga
yetib kelishgan, shuning uchun ular gunohkorlarga
shunchaki ruhiy maslahat berish bilan kifoyalanmaydilar,
balki Xudoning marhamati va yordami bilan ularni gunohkor
ishlarining oqibatlaridan ozod qiladigan ruhiy kuch bilan
.zaryadlashlari mumkin

Barcha yaxshi va yomon amallar miya hujayralarida
yashiringan bo'lib, fikrda yaxshi yoki yomon odatlar yoki
moyilliklar sifatida namoyon bo'ladi

Miya hujayralari shu odatlar kuchi bilan zaryadlanganligi
sababli nosog'lom odatlardan aziyat chekadigan odam,
barcha nojo'ya odatlari tinchlik va osoyishtalikning yaxshi
odatlariga aylanmaguncha, iroda kuchi, meditatsiya,
samimiy ibodat va doimiy ijobiy tasdiqlar orqali o'zini ozod
.qilishi mumkin

Bu to'g'ri yo'naltirilgan hayot kuchi miya hujayralarining
g'ayritabiiy tabiatini o'zgartirish uchun ishlaganda sodir
bo'ladi, shunda bu hujayralar yaxshi, solih va go'zal
.narsalarga to'la bo'ladi

Bu shuni anglatadiki, soxta g'oyalar bilan to'ldirilgan
miya hujayralari miyada kuchli to'planib, olijanob va foydali
maqsadlarda ishlatilganda, hayotiy faoliyat tomonidan yoqib
.yuboriladi

Jismoniy tanasiga qattiq bog'langan odam hayotiy faoliyatini mushaklari va sezgi organlari bilan bog'laydi, ammo tafakkurga moyil ruhiy odam mushaklari va tanasini faol bo'shashish holatida, ongini esa sezgilardan uzoqda saqlaydi, shunda hayot kuchi asab tizimida qolishni .to'xtatadi va miyada to'planadi

Shu sababli, meditatsiya miya hujayralarini ruhlantirish va ongdagi har qanday kiruvchi odatning ildizlarini yo'q qilishning eng samarali usuli hisoblanadi

Odat - bu kuch va odamlar bu kuchni yaxshi ishlarda ishlatish o'rniga yomon ishlar qilish orqali noto'g'ri ishlatishadi

Jaholat, o'ylamaslik, yaxshi do'st tanlamaslik va yaxshi ishlarni e'tiborsiz qoldirish ko'pincha odamni yomon odatlar tuzoqlari va tuzoqlariga olib keladi, ular xuddi o'z xohishiga .qarshi yutib yuboradigan qumga o'xshaydi

:Do'stlikning ta'siri iroda va sog'lom fikrdan kuchliroqdir

Yomon odam bilan do'stlashmang, chunki yomon odam)
(sizning fe'l-atvoringizni buzishi mumkin

Dono odamlar hech qanday kuch sarflamasdan olijanoblik bilan harakat qilishadi, yomonlikni sevuvchilar esa gunoh va yomonlik qilishga majburlaydigan odat kuchi bilan zararli va nafratga to'la ishlarni qilishga majbur bo'lganday .tuyuladi

Biz Qodir Allohdan bizni yaxshi fikrlar bilan
ilhomlantirishini so'raymiz
Yaxshilik va go'zallikni ko'rishimiz uchun
Biz nima foydali va nima zararli ekanligini ajratamiz
Va biz Unga murojaat qilishimiz uchun
Va biz bunga umid qilamiz
Barcha yaxshiliklarning manbai
Va barcha yaxshiliklarning manbai

* * *

Bu hayotning soyalari ortida Xudoning ajoyib va ajoyib
.nuri yashiringan

Butun koinot Uning muborak huzuri uchun ulkan
ma'baddir

Xudo haqida jiddiy va chuqur o'ylaganimizda
Va biz uni cheksiz sevgi bilan sevamiz
Biz unga to'liq ishonamiz
Bizning oldimizda son-sanoqsiz eshiklar ochiladi

Va biz Uning nurini ko'rganimizda
Va biz uning borligini his qilamiz
Hayotdagi barcha dahshatli, dahshatli voqealar bunga
qodir emas
Bizni tinchlik va osoyishtalikdan mahrum qilish uchun
Bizni Xudoga yaqin his qilishimizga yordam beradigan
narsalar

* * *

Hayotda ham, o'limda ham
Kasallik va ocharchilikda
Yoki qashshoqlik va baxtsizlik
Va dunyoning o'zgaruvchanliklari, tartibsizliklari va
g'alayonlarida
Ey Rabbim, doim Sendan panoj so'rayman

?Sevgi bu nima
Sevgi - bu gullaydigan zambaklarning xushbo'y hidi
Va jim atirgullar xori
Tabiat go'zalligini ulug'lash

Sevgi - bu qalbning hayot uchun kuylaydigan qo'shig'i
Va sayyoralarning muvozanatli ritmik raqsi
Chuqur kosmosga abadiy sayohatida

Quyosh nurini ichish gullarning chanqog'idir
Va u gullab-yashnaydi va hayot iksiri bilan oziqlanadi

Bu yerning sog'inchidir
Chanqagan ildizlarni suti bilan oziqlantirish uchun
Va tirik mavjudotlarni hayot mohiyati bilan oziqlantirish
uchun

Bu quyoshning qudratli irodasi
Barcha mavjudotlarni faol saqlash uchun
Bu hayotning harakatlantiruvchi kuchi

Voyaga yetmaganlarni himoya qilish va ularga
g'amxo'rlik qilish uchun

Chaqaloqqa ota-ona mehrini uyg'otadigan narsa
begunohlik tabassumidir
Bu sevuvchilar qalbida o'z-o'zidan taslim bo'lishdir
Xizmat ko'rsatish va ta'ziya bildirish uchun bepul

Bu do'stlikning zarbasi
Singan qablarni davolaydigan va yaralarni davolaydigan
zot
Bu ta'rifga erishib bo'lmaydigan yurak chaqirig'i

U insoniyatga muhabbat bilan to'la shoir
Uning azobidan azob chekayotgan kishi

Bu bir oila a'zolari o'rtasidagi yaqinlik doirasi
Doimiy ravishda kengroq maydonlarga qarab kengayib
va kengayib bormoqda
Va kengroq maydonlar

Bu hayotning shiviridir
Ochiq ong ufqlarida
Va qalblar osmoni olijanob tuyg'ular yulduzlari bilan
to'ldirilgan

Sevgi - bu qalbning baxtidir
Sevuvchi qalblar intiladigan narsa
Va u unga murojaat qilishni va u bilan muloqot qilishni
juda xohlaydi

* * *

O'lim – umringiz uzoq bo'lsin – bu oxiri emas, balki insonga berilgan vaqtinchalik ozodlikdir, chunki adolatning universal qonuni uning hozirgi tanasi va atrof-muhiti o'z maqsadiga xizmat qilgan deb qaror qilganda yoki u yer yuzidagi hayot yukini ko'tara olmaydigan darajada tushkunlikka tushganda, holdan toyganda yoki azob .chekganda

Azob chekayotganlar uchun o'lim tirilish yoki tananing og'riqli azoblaridan xalos bo'lish, tinchlik, xotirjamlik va .osoyishtalikning uyg'onishidir

Keksalar uchun bu ularning hayotning og'ir davrida yillar davomida kurash va mashaqqatli mehnat evaziga qo'lga .kiritgan pensiyasi

Barcha yaxshi qalblar uchun bu yoqimli dam olishdir

Insoniyat haqiqatlarni ochib beradigan kuchlarni faollashtirish vaqti keldi. Baxt bu vahiy bilan bog'liq va bu ichki ufqlarga erishishni istaganlar maqsadli harakatlarni amalga oshirishlari va Xudo ularga joylashtirgan haqiqatlarga ta'sir qilish va ularning borlig'ida mo'l-ko'l bo'lgan muborak kuchlardan foyda olish uchun onglarini .ijodiy g'oyalar bilan oziqlantirishlari kerak

Kim ruhiy baxt nektarini tatib ko'rmasdan jismoniy
?hislarni qondirishni xohlaydi
U barcha qoniqish va zavq manbai bo'lgan ilohiy
buloqdan zararli tarzda sarmoya kiritadi, shuning uchun
uning savdosi muvaffaqiyatsiz bo'ladi va intellektual
.mahsuldorligi kam bo'ladi

Xudoni bilishni istaganlarning xohish-istaklari Xudo
tomonidan amalga oshadi, chunki U saxovatli va
mehribondir. Biroq, ko'pchilik odamlar dunyoviy istaklarning
ortidan yugurib, o'zlarini abadiy bo'lmagan moddiy baxt
bilan yupatadilar va bunga erisha olmaganliklari yoki erisha
!olmaganliklari uchun azob chekishadi

Hatto moliyaviy jihatdan muvaffaqiyatli bo'lganlar ham
oxir-oqibat hayotlarida to'ldirish qiyin bo'lgan bo'shliqni his
qilishadi. Biroq, hayotlarini Xudo bilan bog'laydiganlar boy,
kuchli va mamnuniyat va farovonlikdan bahramand
.bo'lishadi

Donolik amrlarini e'tiborsiz qoldirish va vijdon ovozini
e'tiborsiz qoldirish egri, sirpanchiq, xavfli va baxtsiz yo'llarga
olib keladi, solihlik yo'lidan borish esa kishanlardan xalos
bo'lishga va noto'g'ri instinktlar va chalg'ituvchi odatlar
buyurgan narsani emas, balki to'g'ri ish qilish kuchini qo'lga
.kiritishga olib keladi

Baxt izlayotganlar hayotdagi muammolarni hal qilib,
ularga yechim topgan dono odamlarning tajribasidan foyda
.olishlari mumkin

Darhaqiqat, ilohiy maqsadlarga moslashgan kishi
mamnuniyat va xotirjamlik dengizida suzadi va u chinakam
.baxtlidir

* * *

Bizdagi har bir fikr ma'lum bir tebranishni yaratadi

Butun vujudingiz, ongingiz va oyoq-qo'llaringiz bilan
Xudoni o'ylaganingizda va o'zingizda qayta-qayta "Ey
Rabbim" deb pichirlaganingizda, siz hayotingizga ilohiy
.mavjudlikni olib kiradigan kuchli tebranish yaratasiz

Xudo bizning abadiy sevgilimiz va doimiy do'stimiz
ekanligini va Uning bizga bo'lgan sevgisi boshqa har qanday
sevgidan buyukroq ekanligini anglaganimizda, biz Uning
yaqinligini his qilamiz va Uning huzuriga tegamiz, qalbimiz
.xotirjam bo'ladi va biz oliy ruhiy xotirjamlikni his qilamiz

Xudo haqida mulohaza yuritganingizda va qalbingizda
va butun tanangizda tobora ko'proq quvonch urishini his
qilganingizda va vaqti-vaqti bilan bu quvonch portlashlari
sizga kelganida, bilingki, Xudo qalbingizdagi istaklarga javob
bergan va siz boshdan kechirayotgan baxt tuyg'ulari bu
.muborak javobning isbotidir

Odatlar - bu zarur vazifalarni oson va oson bajarishga
yordam beradigan avtomatik psixologik vositalar va
.mexanizmlardir

Ko'pchilik zaiflik va muvaffaqiyatsizlik odatlarining ularni
qul qilishiga yo'l qo'yadi va agar inson boshqacha yashasa,
o'zini himoya qila oladi, agar u zararli odatlarga qarshi
kurashishga jiddiy yondashsa, xavfsizlik va g'alaba
.qirg'oqlariga yetib borguncha

Cheklanmagan istaklar nosog'lom odatlarni yolg'on
umidlar va xayoliy baxt va o'tkinchi qoniqish va'dalari bilan
.oziqlantirish va oqlash orqali ularni rag'batlantiradi

O'sha zaiflik va chalkashlik lahzalarida, tartibsiz
odatlarni yengishni istagan odam, ularning asl mohiyatini
tushunish va ular bilan samarali kurashish uchun o'zining
.aql-idrok kuchlarini ishga solishi kerak

Yomon odatlar dahshatli oqibatlariga va achchiq, zaharli
mevalarga olib keladi

Bu zararli odatlar, agar nazorat qilinmasa, kuchayib
boradi va odamni mustahkam qo'lida va kuchli ta'sirida
.ushlab turadi

Ong bu odatlarning befoyda va zararli ekanligiga amin
bo'lgach, ularning ta'siri kamayadi va oxir-oqibat ular inson
.hayotidan yo'q bo'lib ketadi

Biz shunday o'ylaymiz, biz shundaymiz

Fikrlarimizning odatiy tendentsiyalari bizning
iste'dodlarimiz, qobiliyatlarimiz va shaxsiyatimizning
tabiatini belgilaydi

Ba'zi odamlar o'zlarini yozuvchilar, rassomlar,
mehnatkash shaxslar yoki dangasa, bekorchi odamlar va
boshqalar deb o'ylashadi. Lekin agar siz hozirgi holatingizdan
?boshqa odam bo'lishni xohlasangiz-chi

Siz ba'zi odamlar sizda yetishmaydigan, lekin sizda
bo'lishini istaydigan maxsus iste'dodlar bilan tug'iladi, deb
bahslashishingiz mumkin. Bu haqiqat. Lekin ular bu
qobiliyatlarni yoki ularga ega bo'lish istagini ilgari
rivojlantirish ustida ishlaganlar. Agar bu hayotda bo'lmasa,
.avvalgi hayotlarida

Shuning uchun, hozirdanoq nima bo'lishni
xohlayotganingizni aniqlash ustida ishlashni boshlashingiz
kerak

Siz hozir ongingizga har qanday yo'nalishni
singdirishingiz va o'rnatishingiz mumkin, agar siz ongingizga
kuchli g'oyani singdiringiz, shunda sizning harakatlaringiz
bunga mos keladi va butun vujudingiz bu g'oyaga javob
.beradi va shunga mos ravishda harakat qiladi

* * *

Ma'naviy ong nafratning halokatli kuchidan beqiyos
.darajada buyuk bo'lgan sevgi beshigida tug'iladi

Boshqalarga nisbatan nima desak ham, qilsak ham,
sevgi bilan harakat qilishimiz kerak

Biz boshqalarga zarar yetkazmasligimiz yoki ularni
qoralamasligimiz kerak, aksincha ularni sevishimiz va Xudo
.bizga bergan ne'matlarni ular bilan baham ko'rishimiz kerak

Bizga tegishli narsalar aslida bizniki emas; ular bizga
vaqtincha foydalanish uchun berilgan va bu dunyoni tark
.etganimizda bizdan tortib olinadi

Biz egalik qilishdan ustun turishimiz va qo'limizdan
kelganini berishimiz kerak; shunda biz avtomatik ravishda
.o'zimizga yaxshilik va baraka keltiramiz

Ko'p marta bir tiyin ham pulim yo'q edi, lekin men ilohiy
bankka tayanardim va muqaddas farovonlik menga hamroh
bo'ldi va ilohiy kuch meni qo'llab-quvvatladi

Xudoga va Uning yordamiga bo'lgan mutlaq ishonchim
hayotdagi eng katta kafolatimdir, chunki U meni hech
qachon tushkunlikka tushirmagan yoki hafsalamni pir
qilmagan

Qayerga borsangiz ham va qanday ehtiyojingiz
bo'lishidan qat'iy nazar, ma'naviy ongga ega bo'lganingizda,
.universal qonun uni siz uchun qondirish uchun ishlaydi

Yaratilishni ko'ruvchi ko'zlar bilan kuzatish

Usta Paramhansa Yogananda

Tarjimasi: Mahmud Abbos Masud

Bu koinot naqadar ajoyib! Unda Xudo O'zining yaratgan mo''jizalarini tasvirlaydi va mujassam etadi. Insonlar bu dunyoda o'liklar kabi yurmasliklari, balki Xudo va Uning nabirasi, insoniyat bu yerda nimalar qilganini o'ylab ko'rishlari, tahlil qilishlari va qadrlashlari kerak. Kosmik tuzilish naqadar aniq! Biz yaratilganimiz va yaratilish mexanizmi kosmik qonunga muvofiq ishlaydigan uyushgan tizim aniqlik va mukammallikning timsolidir (hamma narsani mukammal qilgan Xudoning ishi).

Biz hammamiz gullarni ko'ramiz va ularning go'zalligi va nafisligidan bahramand bo'lamiz, lekin gullarning mavjudligi sirini kim bilishga qodir? Inson har kuni ko'radigan hamma narsasini, xoh kitob, xoh musiqa asbobi, xoh uy yoki daraxt bo'lsin, tashkil etuvchi vositalar va materiallar haqida o'ylashi va mulohaza yuritishi kerak.

Masalan, avtomobillar ko'pincha odatiy hol deb qabul qilinadi. Ammo agar siz ularni yig'adigan va ishlab chiqaradigan zavodlarga tashrif buyursangiz, ularning dizayni naqadar murakkab va murakkab ekanligini tushunasiz. Kundalik gazetalar va ularni chop etadigan mashinalarni tayyorlashda nimalar borligini ham ko'rib chiqing. Hech bir inson qo'li bunday tezlikda ishlay olmaydi.

Agar odamlar tomonidan yaratilgan narsalar shu qadar murakkab va o'zaro bog'liq bo'lsa, o'simliklar, hayvonlar va odamlarning shakllanishining cheksiz murakkabligi haqida nima deyish mumkin!

Tananing tarkibi va talablarini tushunish uchun tibbiyot fanini o'rganish uchun o'n yil kerak bo'ladi, bu esa normal holatga o'xshaydi.

O'simlik shisha idishdagi suvda o'zining dastlabki o'sish bosqichida bo'lganida, uning ildizlari mayda tuklarga o'xshaydi. Biroq, ekilganida, ilohiy aql bilan to'yingan va ildizlarda mavjud bo'lgan energiya o'simlikka tuproq va suvdan o'sishi uchun zarur bo'lgan ozuqa moddalarini singdirish imkonini beradi.

O'simlik barglarini oziqlantiruvchi sharbatning tortishish kuchiga qarshi yuqoriga oqib chiqishi chindan ham hayratlanarli emasmi? O'simlik poyasi yoki daraxt tanasidan po'stlog'ini ajratib olish orqali sharbat oqimini tartibga soluvchi naychalarning murakkab ishlashini ko'rish mumkin. Bu oziqlanish va o'sish jarayonining harakatlantiruvchi kuchi hayotning o'zi deb ataladigan sirdir.

Ilohiy ongda bo'lganimda, hatto o't tolalarida ham hayotni his qilaman. Hech qachon xayolimga ham keltirmagan edim. Yaratilishning yashirin mo''jizalarini ko'ra olaman. Bu mo''jizalar haqida o'ylash - bu Xudoning ulug'vorligi va shon-shuhrati oldida hayrat va ehtirom bilan turish demakdir.

(Va men kamtar va itoatkor odamning yurishi bilan yurdim)

(Xudo na mag'rur va na takabbur)

Ilohiy iroda har bir tirik mavjudotning shaklini, shuningdek, uning yaxshi holatda va o'z funktsiyalarini bajarishga qodir bo'lgan holda yashashi, saqlanishi va saqlanishi uchun barcha zarur talablarni ajoyib aniqlik bilan belgilab qo'ygan. Agar bu ozuqaviy ehtiyojlarda biron bir kamchilik yuzaga kelsa, masalan, o'simliklar, hayvonlar va odamlar bundan aziyat chekishadi.

O'rtacha odam organizm uchun zarur bo'lgan barcha turli xil kimyoviy elementlarni oziq-ovqatdan oladi. Biroq,

ko'p odamlar ovqatlanish bo'yicha ko'rsatmalarni e'tiborsiz qoldiradilar, barcha kerakli elementlar yoki sog'liq uchun muhim ozuqaviy muvozanatga ega bo'lmagan parhezlarni iste'mol qiladilar. Noto'g'ri ovqatlanish ko'plab inson kasalliklarining asosiy sababidir. Oziqlanish yetishmovchiligi ratsionida ma'lum muhim kimyoviy tarkibiy qismlar yo'q bo'lgan o'simlikka deyarli darhol sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Odamlar va barcha tirik mavjudotlar o'rtasida hayotiy almashinuv mavjud. Odamlar va hayvonlar o'rtasidagi o'zaro almashinuv yaxshi ma'lum. Odamlar kislorod bilan nafas oladi va karbonat angidridni chiqaradi, daraxtlar esa karbonat angidrid va suvni yutadi va saqlaydi, ular fotosintez orqali parchalanib uglevodlarni (uglerod, kislorod va vodorod birikmalari, masalan, kraxmal va shakar) hosil qiladi.

Bu jarayonda daraxtlar odamlar uchun zarur bo'lgan kislorodni chiqaradi. Fotosintez kechasi to'xtaydi, chunki u quyosh nuriga tayanadi. Biroq, nafas olish deb ataladigan yana bir jarayon orqali daraxtlar atmosferaga doimiy ravishda karbonat angidridni chiqaradi, ayniqsa kechasi, fotosintezning uglerodni yutib, kislorod ishlab chiqaradigan qarshi ta'siri bo'lmaganda.

Kechasi havo odatda tinch bo'ladi va og'ir karbonat angidrid yerga yaqin joyda cho'kadi. Shuning uchun ham to'shaklarda, ya'ni yer sathidan yuqorida uxlash odati paydo bo'lgan.

Ilm bizga bu koinotning ko'plab murakkab mexanizmlarini - barchamiz yaratilgan elementlarni ochib berdi. Ammo hali ochilmagan juda ko'p bilimlar mavjud. Agar biz sezgi organlarimizning yashirin kuchlarini rivojlantirsak, chuqurroq va boyroq tushunchaga ega bo'lishimiz mumkin. Ko'zimiz bilan ko'rishimiz kerak bo'lgan narsalar bor, lekin biz ko'rmaymiz. Quloqlarimiz bilan eshitishimiz kerak bo'lgan narsalar bor, lekin biz ko'rmaymiz, chunki sezgi organlarimiz

zich, cheklangan jismoniy dunyo tajribalariga o'rganib qolgan va ularga bog'liq.

Bu bog'liqlikdan xalos bo'lish shahvoniy zavqlarni inkor etish emas, balki Xudo tomonidan bizga berilgan shahvoniy qobiliyatlarimiz doirasini ularning to'liq ma'naviy salohiyatigacha kengaytirishdir.

Jismoniy darajada, insoniyat o'zining vizual qobiliyatlarini oshirishning turli usullarini kashf etdi. Yalang'och ko'z rangning faqat cheklangan taassurotlarini oladi; ammo, ba'zi och jigarrang tog' jinslari ultrabinafsha nurlar ostida yaltiroq ranglarni namoyon qiladi. Bu yorug'lik to'silganda, tog' jinslari asl to'q rangiga qaytadi. Jismoniy dunyodagi ko'plab ranglar, masalan, osmon ko'k rangi, turli xil materiya zarralaridan yorug'likning aks etishi natijasida hosil bo'lgan optik illyuziyalardir. Ko'z koinotdagi hamma narsani tashkil etuvchi cheklangan miqdordagi tebranishlarni idrok eta olganligi sababli, odamlar o'zlarini o'rab turgan barcha narsalarda yashiringan nozik, efir spektrlarini ko'ra olmaydi. Agar biz ularni ko'rsak, ularning ulug'vorligi va go'zalligiga qoyil qolardik. Hatto eng yorqin yer ranglari ham sayyoraviy yoki efir olamining ajoyib ranglariga nisbatan zerikarli va xira ko'rinadi.

Shunday qilib, na ko'z, na quloq idrok etilishi mumkin bo'lgan barcha narsani idrok eta olmaydi. Odamlar efirning xushbo'y hidlarini nafas olishga yoki efirning cheksizligida to'lqinlanayotgan son-sanoqsiz nozik shakllar, tasvirlar va nozik taassurotlarga guvoh bo'lishga qodir emaslar.

Odamlar ko'pincha hatto o'z sezgilaridagi narsalarni ham idrok eta olmaydilar. Ko'zi ojiz odamlar hamma joyda go'zallikni qadrlashadi. Boshqalar esa ko'zlari yo'qdek harakat qilishadi; ular na ko'rishadi va na tushunishadi — "kar, ko'r va soqov, shuning uchun ular tushunmaydilar" —

chunki ular hatto go'zal joylarda ham hech narsani idrok eta olmaydilar.

Meksikaga tashrif buyurib, Zuquemilco ko'lining "suzuvchi bog'lari"ni ko'rganimda, ularning go'zalligi qalbimni to'ldirdi va men ilohiy rassomning ulug'vorligi va ulug'vorligini his qildim. Bu tabiiy mo''jizalarga berilib ketgandek tuyulgan yana bir odam bor edi, lekin ichki tuyg'u menga u men ko'rayotgan narsani ko'rmayotganini anglatardi. Men undan o'sha yoqimli manzaralar haqidagi taassurotlari haqida so'radim va u: "Men ko'proq yerni o'stirish uchun suvni to'kib tashlashning samarali usuli haqida o'ylayotgan edim", deb javob berdi.

Muhandis sifatida u ko'lga o'z nuqtai nazaridan qaragan. Shunday qilib, barchamiz narsalarni o'z g'oyalarimiz va tarafkashliklarimizga ko'ra idrok etamiz.

Har bir qalb turli xil his-tuyg'ular, fikrlar va his-tuyg'ular tebranishlari bilan o'ralgan - bularning barchasi insonning xarakteri yoki ongining shakllanishiga hissa qo'shadigan omillardir. Har bir insonning o'ziga xos tarkibi, turli xil tebranishi bor. Inson bolaligidan beri qilgan barcha narsalar miyada moyillik va moyilliklarning siqilgan kapsulalari sifatida saqlanadi. Biz bu ko'rinmas kapsulalarni ko'ra olmasligimiz sababli, odamlarning harakatlaridan hayratda qolamiz, har biri o'z xohish-irodasiga ko'ra. Ba'zilar hech qanday sababsiz quvonchga osongina berilib ketishadi yoki hatto o'zlaridan ham tushuntirishga erisha olmaydigan tarzda g'azablanib, kayfiyatlari pasayadi. Boshqalar doimiy ravishda tanqid qilish, kelishmovchiliklar yaratish, mish-mishlar tarqatish va boshqalarni fosh qilish bilan band, o'zlarining ichki dunyosi esa tozalash va poklanishga juda muhtoj. Bu psixologik tendentsiyalar qalbni ko'mib tashlaydi va insonning o'zining yuqori salohiyatini ochib berishiga to'sqinlik qiladi. Insonlar qanchalik murakkab va o'zini

cheklaydigan! Har bir inson o'zida bir-biri bilan chambarchas bog'liq voqealar va turli sahnalarga ega ko'p bobli hikoyadir.

Ovqatlanish, uxlash va ishlashdan tashqari, odamlar hayotdan mazmunli narsa olishlari kutilmoqda. Mutafakkirlar atrof-muhit haqida o'ylashadi va ko'pincha ko'rganlaridan hayratda qolishadi. Ular diqqat bilan kuzatib, nima uchun narsalar ma'lum bir tarzda sodir bo'lishi yoki sodir bo'lmasligi haqida savol berishadi. Masalan, bizda bir tish, keyin ikkinchi tish chiqadi, shuning uchun nega uchinchi tish ham chiqmaydi? Nima uchun tizim shunday ishlaydi?

Odamlar jiddiy shubhalarsiz tabiiy cheklovlar haqidagi ko'plab xayoliy tushunchalarni osongina qabul qiladilar va shu tariqa bu tushunchalarga o'z hayotlari va taqdirlarini boshqarishga imkon beradilar. Mutafakkirlar mavjud vaziyatni osongina qabul qilmaydilar; aksincha, ular uni o'zgartirishga intilishadi va aynan shu narsa taraqqiyotni mumkin qiladi.

Insoniyatga u yoki bu tarzda xizmat qiladigan noyob insoniy yutuqlar va ixtirolarni ko'rganimda xursand bo'laman. Inson ongidan qancha mo''jizalar paydo bo'ldi! Shunga qaramay, ongning o'zi u yaratgan barcha narsalardan murakkabroq bo'lib qolmoqda.

Bir podshoh o'zining bosh vaziriga katta mehr va ehtirom ko'rsatgani haqida hikoya bor, bu esa monarxning aniq tarafkashligini payqagan boshqa saroy a'zolarining qalbida hasad va hasadni uyg'otdi. Podshoh buni anglab yetgach, ularga nima uchun vazir uning sevimlisi ekanligini tushuntirmoqchi bo'ldi.

Bir kuni qirol va uning atrofida gilar uzoqdan kelayotgan musiqa sadolarini eshitib, xonadoshlaridan biriga o'girilib: "Bizga yangiliklarni bilib oling", dedi.

Birozdan keyin odam qaytib kelib, bu to'y marosimi bo'lganini aytdi. Qirol: "Kimning to'yi?" deb so'radi, lekin palata rahbari javob bermadi.

Keyin u qirolning oxirgi savoliga javob bilan qaytib kelgan boshqa bir kamergerni yubordi, ammo u boshqa hech bir savolga javob bera olmadi. Xuddi shu narsa bir nechta odam bilan ham sodir bo'ldi.

Nihoyat, podshoh bosh vazirini chaqirib, unga borib, masalani tekshirishni buyurdi. Vazir darhol yo'lga chiqdi va qaytib kelgach, podshoh unga bir qator savollar yog'dirdi, ularning barchasiga aqlli va ishonchli vazir qoniqarli tafsilotlar bilan javob bera oldi.

Ko'pgina sekin aqlli va zerikarli odamlar johil eshik qo'riqchilariga o'xshaydi. Ular, albatta, ahmoq emaslar, lekin ular intellektual jihatdan shunchalik dangasaki, mutlaq zaruratdan tashqari hech qanday kuch sarflamaydilar. Men jismoniy dangasalikni oqlay olaman, chunki buning asosli fiziologik sababi bo'lishi mumkin, ammo intellektual beparvolik uchun hech qanday bahona yo'q! Aqliy jihatdan ishsiz bo'lganlar o'ylashni xohlamaydilar, chunki hatto o'ylash ham ularga mashaqqatli ishdek tuyuladi.

Fikr ajoyib va hayratlanarli narsadir. Hech kim ongning moyilliklari va idroklarini tasniflay olmaydi. Uning imkoniyatlari cheksizdir. Shuning uchun, agar siz biron bir mavzu haqida diqqat bilan o'ylab, chuqur o'ylasangiz, o'sha mavzu bilan bog'liq har qanday savolga javob topasiz.

His-tuyg'ularingiz fikrlaringiz bilan uyg'un bo'lishi kerak. Agar his-tuyg'ularingizni fikrlaringiz bilan uyg'unlashtirmasangiz, xulosalaringiz har doim ham to'g'ri bo'lavermaydi. His-tuyg'u bir xil tushuncha, barcha bilimlar ombori. His-tuyg'u ongni muvozanatlashtirishi kerak, chunki shundan keyingina ichingizdagi Xudoning muqaddas qiyofasi

to'liq mohiyatida namoyon bo'ladi. Shunday qilib, yoga odamga ong va his-tuyg'u kuchlarini qanday muvozanatlashni o'rgatadi. Ikkalasiga ham teng darajada ega bo'lmaganlar yetuk emaslar.

Izlovchi qanchalik ma'naviy jihatdan rivojlanib, Xudoga yaqinlashsa, Xudo unga borliq mo'jizalarini shunchalik ko'p ochib beradi. Har bir jismoniy narsaning ortida rangli yorug'likning efir naqshlari yashiringan. Efir yoki sayyoraviy olamda hamma narsa hayot bilan to'la. U yerda jonsizlik degan narsa yo'q.

Yashirin kosmik fabrika tasavvurdan tashqarida. Butun koinot Xudoning ongida yagona g'oyadir! Hatto galaktikalar ham inson tushunchasidan tashqarida matematik qonunlar bilan ishlaydi va boshqariladi. Hamma narsa eng yuqori aniqlik va mukammallik tizimiga muvofiq ishlaydi. Bu kosmik ong naqadar qudratli ong! Cheksiz mutlaq hamma narsada ishlaydi va biz hayot deb ataydigan barcha xilma-xil harakat girdoblari shu kosmik ongga bo'ysunadi.

Har yuz yilda milliardlab odamlar bu yerni tark etadi va undan ham ko'proq odamlar tug'iladi. Barcha murakkabliklari bilan talab va taklif mavjud. Shunga qaramay, Xudo insoniyat ehtiyojlarini qondirish uchun mo'l-ko'l oziq-ovqat bergan. Yer yuzidagi qashshoqlik va baxtsizlik uchun faqat insoniyat javobgar. Biz uchun farovonlik va mo'l-ko'lchilik davrida yashash vaqti keldi, bu yerda hamma sog'liqdan bahramand bo'ladi va baxt va tinchlikda yashaydi. Agar insoniy xudbinlik va kichik, o'ziga xizmat qiluvchi ozchilik tomonidan xalqlar taqdirini boshqarish bo'lmaganida, bu mumkin edi.

Ko'p odamlar bu orzular hayoti davomida chuqur uyquda qoladilar. Faqat bilimdon uyg'oqdir. U oddiy odamning ongini band qiladigan narsalarga befarq, ularning

yagona tashvishi boylik va shahvoniy zavqlarga intilish hamda vaqtni yuzaki faoliyat va qiziqishlarga sarflashdir.

Insonlar bu o'tkinchi dunyoda o'tkinchi vasvasalarni ta'qib qilishdan charchaydilar, garchi haqiqiy, ta'riflab bo'lmaydigan baxt ularning ichida bo'lsa ham. Agar ular astoydil izlasalar va uni kashf etishni chin dildan xohlasalar, uni albatta topadilar.

Bu dunyodan tashqarida yashiringan ilohiy laboratoriyani kashf etish uchun aqldan oqilona va to'g'ri foydalanish kerak. Bir marta, Xudoning marhamati bilan, men butun kun davomida cheksiz yaratilish mo''jizalarini ko'rdim va Xudoga shunday dedim: “Ey Rabbim, ko'r bo'lganimda, Senga olib boradigan bitta eshikni topa olmadim. Lekin Sen mening ko'rish va tushunchamni ochganing uchun, endi hamma joyda eshiklar ochilganini ko'rmoqdaman... gullar qalbida, sodiq do'stlar ovozi va qadrli olijanob tajribalar xotiralarida. Darhaqiqat, mening har bir iltijolarim Sening muqaddas huzuringning ulkan ma'badiga yangi yo'l ochadi”.

Izlovchi yaratilish pardasi ortida yashiringan Eng Muqaddas Zotni topishga qat'iy va qat'iyatli bo'lishi kerak. Inson o'zini dunyoning cheksiz talablaridan ajratib, Xudo bilan qalb va ruh bilan muloqot qilishdan oldin kechasi uxlashga taslim bo'lmasligi kerak. Hayot talablari cheksizdir, shuning uchun biz har kuni o'zimiz va Xudo bilan birga bo'lishga, dunyoning shovqini va shovqinidan va hayot shovqinidan uzoqlashishga vaqt ajratishimiz kerak. Shunda biz hayotga yangi nuqtai nazardan qaraymiz, chunki biz unga yangicha qarashga ega bo'lamiz.

Olimlar o'z kashfiyotlarini tabiiy qonunlar va aniq ilmiy tamoyillarga amal qilish orqali amalga oshira olganlari kabi, samimiy izlovchi ham ma'naviy qonunlarga amal qilish va Xudo haqidagi bilimni hayotdagi asosiy maqsadi qilib, Xudoni

topa oladi. Aynan shu maqsadda insoniyat bu yerga keldi, garchi u ko'pchilik odamlar uchun chetga surilgan maqsadga aylangan bo'lsa ham. Ammo insoniyat hayotning maqsadini unutib, yuzaki va arzimas narsalar bilan band bo'lib, o'zini aldaydi.

Va esingizda bo'lsin, do'stim, bu dunyoda sharoitingiz qanchalik noqulay bo'lmasin, Xudoga murojaat qilganingizda, Uni siz bilan birga ishlayotganini ko'rasiz va duch keladigan barcha sinovlarga qaramay, Uning borligini his qilasiz. Shuningdek, Uni atrofingizdagi hamma narsada namoyon bo'lishini ko'rasiz va Uning sevgisi va quvonchiga to'lasiz.

Na sog'liq, na farovonlik, na moddiy yutuqlar, na boylik abadiy emas. Xo'sh, nega faqat yo'q bo'lib ketadigan va so'nadigan narsalar haqida qayg'urasiz?

Qodir Allohdan bizni zulmatdan nurga olib chiqishini so'rayman

Nafratdan sevgiga

Cheklovlardan ozodlikka

Jaholatdan donolikka

Og'riq va o'limdan abadiy hayotga va abadiy dam olishga

Va U bizni qo'lidan ushlab, O'zining bilimiga yo'naltirsin

Va U bizni O'zining xabardorligida hushyor tutadi

Va Uning donoligi osmoniga olib boradigan barcha eshiklarni ochish uchun

Keling, ishonch, baxt, xotirjamlik va mamnuniyat bilan yashaylik

Hayotimizning har bir kuni

Sizga tinchlik bo'lsin

Hayotning ma'nosini izlash

Biz bu dunyoga o'zimiz bilmagan joydan kelganimiz sababli, hayotning kelib chiqishi va maqsadi haqida o'ylashimiz tabiiydir. Biz bu dunyoning yaratuvchisi haqida eshitamiz va u haqida o'qiymiz, lekin unga qanday erishishni bilmaymiz. Biz biladigan yagona narsa shundaki, butun koinot uning ilohiy ongining mavjudligini e'lon qiladi. Xuddi kichik soatning kichik va aniq qismlari va moslamalari bizni soatsozga qoyil qoldirganidek va fabrikaning katta va murakkab mashinalari bizning ixtirochimizga bo'lgan hayratimizni hayratga solganidek va ilhomlantirganidek, tabiat mo'jizalarini ko'rganimizda, ularning orqasida yashiringan aqldan hayratda qolamiz va so'raymiz: "Gulga yorqin shakl bergan va yuzi quyoshga qaragan kim? Uning xushbo'yligi va go'zalligi qaerdan paydo bo'lgan? Va uning gulbarglari qanday qilib cheksiz aniqlik bilan shakllantirilgan va shunday ajoyib va quvnoq ranglar bilan bo'yalgan?"

Kechasi, yulduzlar va oy atrofimizga kumushrang nurlarini sochadi, bizni bu samoviy jismlarni kosmosning cheksizligida boshqaradigan ong haqida o'ylashga ilhomlantiradi. To'lin oyning yumshoq nuri kundalik faoliyat uchun yetarli emas va shuning uchun dono va muloyim aql tun davomida dam olishni taklif qiladi. Keyin quyosh chiqadi va uning yorqin nuri bizga atrofimizdagi dunyoni aniqlik va xotirjamlik bilan ko'rish imkonini beradi, bu bizga o'z oldimizga qo'yilgan vazifalarni bajarishga imkon beradi.

Ehtiyojlarimizni qondirishning ikki yo'li mavjud: jismoniy va ma'naviy. Masalan, sog'lig'imiz yomonlashganda, davolanish uchun shifokorga murojaat qilishimiz mumkin. Ammo shunday payt keladiki, na shifokor, na boshqa hech

kim yordam bera olmaydi va biz ikkinchi yo'lga murojaat qilamiz: tanamizni, ongimizni va ruhimizni yaratgan ma'naviy kuchga. Jismoniy kuch cheklangan va u muvaffaqiyatsizlikka uchraganda, biz cheksiz ilohiy kuchga murojaat qilamiz. Bu bizning moliyaviy ehtiyojlarimizga ham tegishli. Qo'limizdan kelganini qilsak ham, baribir yetarli bo'lmasa, biz o'sha kuchga murojaat qilamiz.

Hamma o'z muammolarini eng yomon deb o'ylaydi. Ba'zilar boshqalarga qaraganda ko'proq bosimni his qilishadi, chunki ularning qarshiligi zaif. Va odamlarning aqliy kuchidagi farqlar tufayli ular turli miqdorda energiya sarflashadi. Agar inson juda qiyin muammoga duch kelsa va uning ongi zaif bo'lsa, ular uni yengib o'tolmaydi. Kuchli aqlga ega bo'lganlar to'siqlarni buzish va to'siqlarining poydevorini silkitish orqali qiyinchiliklarini yengib o'tishlari mumkin. Shunga qaramay, hatto eng kuchli odamlar ham ba'zan muvaffaqiyatsizlikka duch kelishgan. Ko'plab va haddan tashqari ko'p moddiy, intellektual va ma'naviy muammolar va qiyinchiliklarga duch kelganimizda, biz bu moddiy dunyoda hayotning kuchi qanchalik cheklanganligini anglaymiz.

Bizning sa'y-harakatlarimiz nafaqat sog'liq va moliyaviy xavfsizlikka erishishga, balki hayotning ma'nosini izlashga ham bag'ishlanishi kerak. Hayotning maqsadi nima? Qiyinchiliklar bizni qiynaganda, biz avval atrofimizga murojaat qilamiz, yengillik beradi deb o'ylagan har qanday moddiy o'zgarishlarga harakat qilamiz. Ammo biz boshi berk ko'chaga tushib, "Barcha urinishlarim muvaffaqiyatsizlikka uchradi; yana nima qila olaman?" deb aytganimizda, muammomizga samarali yechim topish haqida jiddiy o'ylay boshlaymiz. Va fikrlashimiz yetarlicha chuqurlashganda, biz o'zimizda javobni topamiz. Bu o'z-o'zidan javob berilgan ibodatning bir shaklidir.

Ibodati: Ma'naviy ehtiyoj

Ibodati - bu ma'naviy ehtiyoj. Xudo bizni tilanchi qilib yaratmagan, chunki U bizni O'z suratida yaratgan. Muqaddas Yozuvlar buni e'lon qiladi. Boy odamning uyiga borib, sadaqa so'ragan tilanchi tilanchining ulushini oladi. Ammo o'g'il boy otasidan hamma narsani olishi mumkin. Shuning uchun biz tilanchi kabi harakat qilmasligimiz kerak.

Ba'zi odamlar hamma narsaga ega bo'lib tuyuladi va hashamat va qulaylikda tug'ilgan, boshqalari esa muammolar va muvaffaqiyatsizliklarni o'ziga tortadiganga o'xshaydi. Ularda Xudoning surati qayerda? Ilohiy ruhning kuchi har birimizning ichimizda yashaydi. Lekin bu kuchni qanday rivojlantirishimiz mumkin? Ehtimol, siz ilgari ibodatlaringiz ijobat bo'lmagandek tuyulgani uchun tushkunlikka tushgansiz, lekin umid va imoningizni yo'qotmang. Ibodatlaringiz samarali yoki yo'qligini bilish uchun siz o'zingizning ichingizda ibodat kuchiga tubdan ishonishingiz kerak.

Balki ba'zi odamlarning ibodatlari javobsiz qolishi mumkin, chunki ular yolvorishni tanlaydilar. Xuddi shunday, inson Xudodan nima so'rashni bilishi kerak. Siz butun qalbingiz va butun kuchingiz bilan yerni va undagi barcha narsalarni egallash uchun ibodat qilishingiz mumkin, ammo ibodatlaringiz qabul qilinmaydi, chunki moddiy hayot bilan bog'liq barcha ibodatlar tabiatan cheklangan va, albatta, cheklangan bo'lishi kerak. Lekin ibodat qilishning to'g'ri yo'li bor. Mushukning to'qqizta hayoti bor, deyishadi. Ammo qiyinchiliklarning to'qson to'qqizta hayoti bor! Siz "qiyinchiliklar mushugi"dan xalos bo'lishning samarali yo'lini topishingiz kerak. Samarali ibodatning siri odamning holatini tilanchi holatidan haqli odamning holatiga o'zgartirishdadir. Xudodan shunday ma'naviy tabiatga ega narsa

so'raganingizda, ibodatingiz ham kuchga, ham donolikka ega bo'ladi.

Muvaffaqiyat urug'lari iroda kuchida yotadi

Ko'p odamlar o'zlari uchun juda muhim bo'lgan narsani amalga oshirishga urinayotganda juda asabiylashadi va xavotirga tushadilar. Xavotir va asabiylik bilan harakat qilish ilohiy kuchni jalb qilmaydi, lekin iroda kuchidan xotirjam va qat'iyatli foydalanish koinot kuchlarini larzaga keltiradi va cheksiz Mutlaqdan javob qaytaradi. Erishmoqchi bo'lgan har bir narsangiz uchun muvaffaqiyat urug'lari sizning irodangizda yotadi. Qiyinchiliklar tufayli singan va ezilgan iroda vaqtincha falaj bo'lib qoladi. Ammo "Mening tanam parchalanib ketishi mumkin, lekin irodamning boshi baland ko'tarilib, qat'iyat bilan boshqariladi" degan qat'iyatli va qat'iyatli inson eng yuqori darajadagi iroda kuchini namoyish etadi.

Iroda kuchi va uning to'g'ri yo'nalishi insonning mavqeini ko'taradi va ko'taradi. Inson iroda kuchidan voz kechganda, u oddiy odamga aylanadi, voqealar jarayonida samarasiz bo'ladi. Ko'pchilik Xudoning rejasiga xalaqit berishdan qo'rqib, vaziyatni o'zgartirish uchun iroda kuchidan foydalanmasligimiz kerakligini aytadi. Lekin agar Xudo bizdan foydalanishimizni istamasa, nega bizga iroda kuchini berdi? Bir marta men iroda kuchidan foydalanishga ishonmasligini aytgan qattiqqo'l odam bilan uchrashdim, chunki bu o'zini o'zi qadrlash hissini uyg'otadi. Men javob berdim: "Siz hozir iroda kuchingizdan menga qarshilik ko'rsatish uchun va juda kuchli tarzda foydalanyapsiz. Siz undan gapirish, turish, yurish, ovqatlanish, kinoga borish va hatto uxlash uchun foydalanasiz. Siz qilayotgan hamma narsani xohlaysiz. Iroda kuchisiz siz robotga aylanasiz". Insonning burchi - o'z xohish-istaklari bilan boshqariladigan irodasini Xudoning irodasi bilan uyg'unlashtirish. Shuning

uchun, to'g'ri ibodat doimiy ravishda o'qilsa, u o'z-o'zidan iroda kuchiga aylanadi.

Siz ibodat qilayotgan narsangizga erishish imkoniyatiga ishonishingiz kerak. Agar siz uyga ega bo'lish uchun ibodat qilsangiz va shu bilan birga ongingiz: "Qanday qilib uy sotib olish mumkin, ahmoq?" deb aytsa, siz shunday fikrlash bilan irodangizni zaiflashtiryapsiz. "Men qila olmayman" iborasini ongingizdan chiqarib tashlaganingizda, siz yuqori kuchga ega bo'lasiz. Albatta, uylar osmondan tushmaydi va uyga ega bo'lish uchun siz iroda kuchidan foydalanishingiz va maqsadingizga erishish uchun konstruktiv harakatlar qilishingiz kerak. Qat'iyatli bo'lsangiz va muvaffaqiyatsizlikni tan olishdan bosh tortsangiz, siz intilgan narsangizni namoyon qila olasiz. Va bu iroda kuchidan fikrlaringiz va harakatlaringiz orqali doimiy ravishda foydalansangiz, istaklaringiz amalga oshadi va siz orzu qilgan va intilgan barcha narsalar sizga keladi. Qat'iyat va matonat bilan harakat qilishda davom etsangiz, istalgan natija qandaydir tarzda paydo bo'ladi, hatto siz xohlagan narsa bu dunyoda mavjud bo'lmasa ham. Bunday irodada ilohiy javob yotadi, chunki yaxshi iroda Xudodan keladi. Qat'iy iroda ilohiy irodadir.

Miyangizdagi "Men qila olmayman" urug'larini yoqib yuboring

Zaif iroda - bu zaif inson irodasi. Sinovlar va muvaffaqiyatsizliklar uni teshib, parchalab tashlaganda, u cheksiz Generator bilan aloqasini yo'qotadi. Ammo inson irodasi ortida ilohiy iroda yashiringan, u na tushkunlikni, na mag'lubiyatni biladi. Hatto o'lim ham o'zining barcha qudrati bilan ilohiy irodani sindira olmaydi yoki to'sqinlik qila olmaydi. Xudo, albatta, qat'iyat va matonat irodasi bilan boshqariladigan bu ibodatga javob beradi.

Ko'p odamlar dangasa va sust, jismoniy, ruhiy yoki ikkalasi ham. Ular meditatsiya qilishni xohlashadi, lekin faqat uyqu haqida o'ylashadi. Uyquchanlik ularni qamrab olishi bilan ular chuqur uyquga ketishadi va bu ularning ibodatining oxiri! Bu holatda iroda kuchi ko'miladi. O'rtacha odamning miyasi "Men qila olmayman" urug'lari bilan to'ladi. Muayyan xususiyatlar va odatlarga ega oilada tug'ilganlar, ular bularning ta'siriga tushib, bunga qodir emasliklariga yoki bu zararli urug'larni yoqib yuborish va ularning ta'sirini ongdan yo'q qilish kerakligiga amin bo'lishadi. Siz xohlagan narsangizga erishish qudratiga egasiz. Bu kuch sizning irodangizning markazida yotadi.

Iroda kuchini rivojlantirishni istaganlar yaxshi suhbatdoshga muhtoj. Agar siz buyuk matematik bo'lishni orzu qilsangiz va sinfdoshlaringiz matematikani yoqtirmasa, shubhasiz, ishtiyoqingiz pasayadi. Ammo tajribali matematiklar bilan muloqot qilganingizda, irodangiz kuchayadi va siz: "Agar boshqalar muvaffaqiyatga erisha olsa, men ham muvaffaqiyatga erisha olaman", deb ayta olasiz.

Irodangizni oshirish uchun katta ishlarga shoshilmang. Muvaffaqiyatga erishish uchun avval irodangizni qila olmayman deb o'ylagan kichik ishlar bilan sinab ko'rishingiz kerak. Agar harakat qilsangiz, muvaffaqiyat ham keladi.

Do'stlarim va boshqalar menga hech qachon erisha olmasligimni aytgan barcha maqsadlarni hali ham eslayman, ammo men bunga erishdim. Bu yaxshi niyatli odamlar o'z fikrlari bilan katta zarar etkazishi mumkin. Xudo bizni ulardan va ularning maslahatlaridan saqlasin. Do'stlik iroda kuchiga eng katta ta'sir ko'rsatadi. Sukunat ma'badida meditatsiya qilish o'rniga, spirtli ichimliklar va baland musiqa bilan raqsga tushish ongni dunyoviy tebranishlarning qalin changi bilan ifloslantiradi va undan xalos bo'lishni

qiyinlashtiradi. Odamning irodasi muqarrar ravishda do'stlarining ta'siri bilan kuchayadi yoki zaiflashadi. Faqat o'z kuchi bilan irodani rivojlantirish juda qiyin. Sizga taqlid qilish uchun yaxshi o'rnak kerak. Agar siz rassom bo'lishni istasangiz, yaxshi rasmlar bilan o'ralgan holda yashang va rassomlar bilan muloqot qiling. Agar siz ma'naviy inson bo'lishni istasangiz, olijanob xarakterga ega ma'naviy odamlar bilan do'stlashing.

E'tiqod va tajriba o'rtasida sezilarli farq bor E'tiqod siz eshitgan yoki o'qigan va asosiy haqiqatlar sifatida qabul qilgan narsalardan kelib chiqadi Boshqa tomondan, tajriba - bu siz shaxsan guvoh bo'lgan va chinakam tushungan narsadir Xudoni boshdan kechirganlarning ishonchi sobitdir Agar siz hech qachon apelsinni tatib ko'rmagan bo'lsangiz, uning xususiyatlari haqida aldanishingiz mumkin. Ammo agar siz ilgari apelsin yegan bo'lsangiz, sizni aldab bo'lmaydi, chunki siz mevani tatib ko'rgansiz va uni yaxshi bilasiz.

Iymoningizni mustahkamlaydiganlar bilan suhbatlashing

Xudo, muvaffaqiyat, shifo va boshqalar haqidagi fikrlar ongingizda psixologik kapsulalar kabi yashaydi. Ularni sinab ko'ring. Fikrlaringizni sinab ko'rish uchun ularni namoyon qilish uchun irodangizdan foydalanishingiz kerak. Kerakli irodani rivojlantirish uchun kuchli irodali odamlar bilan muloqot qilishingiz kerak. Agar siz Xudoning irodasi bilan shifo topishni istasangiz, imoningizni mustahkamlaydigan va irodangizni quvvatlantiradigan odamlar bilan muloqot qiling.

Men Xudoning haqiqiy bilimdonini izlab Hindistonning kengliklarini kezib chiqdim, ammo ular kamdan-kam uchraydi. Uchrashgan har bir ustozim shaxsiy e'tiqodlarini baham ko'rdi. Lekin ma'naviy masalalarda men Xudo haqidagi shunchaki so'zlar bilan kifoyalanmaslikka qaror qildim. Men Uni boshdan kechirishni va Uning borligini

chinakam his qilishni xohlardim. Menga aytilgan gaplar shaxsiy tajribam orqali anglamagunimcha ma'nosiz edi.

Bir safar do'stim bilan Hindiston avliyolari haqida gaplashayotgan edim. Do'stim broker edi va u mening ishtiyoqimni baham ko'rmadi. Buning o'rniga u: "Siz avliyo deb ataydiganlarning barchasi aslida Xudoni bilmaydigan charlatanlar", dedi. Men u bilan bahslashmadim, lekin mavzuni o'zgartirdim va biz brokerlik kasbi haqida gaplasha boshladik. U menga bu haqda ko'p gapirib berganidan so'ng, men muloyimlik bilan: "Kalkuttada bitta ham ishonchli broker yo'qligini va ularning barchasi yolg'onchi ekanligini bilasizmi?", dedim. U g'azablanib, g'azab bilan javob berdi: "Va brokerlar haqida nimani bilasiz?" Men javob berdim: "Men aynan shuni nazarda tutgan edim. Siz avliyolar haqida nimani bilasiz?" U jim qoldi. Men xotirjam va mehr bilan davom etdim: "Men brokerlik haqida hech narsa bilmayman, siz ham avliyolar haqida hech narsa bilmaysiz".

Din amaliyoti shu darajaga yetdiki, ko'p odamlar endi o'zlarining ma'naviy g'oyalarini hayotiy tajribaga aylantira olmaydilar. Men bu yerda shaxsiy tajribamdan kelib chiqib gapiryapman. Men faqat intellektual jihatdan biladigan narsalar haqida gapirishni istamayman. Ko'p odamlar haqiqat haqida bir nechta kitob o'qiydilar va so'zlar ortidagi haqiqatni tushunishga harakat qilmasdan o'zini o'zi ta'minlaydilar. Ma'naviy haqiqatlarning bo'sh bayonotlari biz uchun hech qanday foyda keltirmaydi va hech qanday ijobiy taassurot qoldirmaydi. Biz insonning va'zlari va uning hayot hikoyasini farqlashimiz kerak. Boshqalarga ta'lim berishni istagan har bir kishi avval o'rganayotgan narsalarini aslida boshdan kechirganliklarini va aytayotganlarini tajriba asosida tushunganliklarini namoyish qilishi kerak.

Hayot sarguzashtlari: bu nima

Usta Paramhansa Yogananda

Tarjima: Mahmud Masud

Hayot tasavvur qilib bo'ladigan eng buyuk sarguzashtdir. Ba'zi hayotlarda hayajon va hayajon yo'q bo'lishi mumkin bo'lsa-da, boshqalari hayratlanarli sinovlarga to'la. Men o'ttiz martadan ortiq o'z joniga qasd qilishga uringan va har safar biror narsa uning hayotini tugatishiga to'sqinlik qilgan odam haqida eshitganman. Yer yuzida yashagan barcha insonlarning, vafot etganlarning va kelajakdagilarning hayoti haqida bilish naqadar ajoyib bo'lishini tasavvur qiling! Insoniyatning barcha tajribalari kosmik xotirada qayd etilgan: Xudoning xotirasi va bu naqadar ajoyib xotira! Hamma narsani biluvchi ongni tushunish qiyin, ammo Hamma narsani biluvchi Ruhni bilish mavjudotdagi eng buyuk sarguzashtdir.

Faktlar tasavvurga qaraganda realroq, barqarorroq va muhimroq, ammo ularning manbai Xudoning ongidagi barcha g'oyalardir. Barcha atom materiyasi ham ilohiy g'oyalarni mujassam etgan bo'lib, ularni g'oyalarga qaytarish va keyin yana narsalarga aylantirish mumkin. Odamlar ham g'oyalarni tasavvur qilish qobiliyatiga ega, ammo ularning tasavvurlari ularni mujassamlash uchun yetarlicha kuchli emas. Agar ularning tasavvurlari yetarlicha kuchli bo'lganida, ular bu yerda narsalarni yaratishlari mumkin edi. Odamlar o'zlarida Xudo dunyoda o'zining aqliy ijodlarini mujassamlashtirgan ijodiy kuchga ega. Ammo odamlar uchun o'z g'oyalarini narsalarga singdirish imkonsiz bo'lib qoldi, chunki ular Xudo tomonidan ularga berilgan aql kuchidan kerakli darajada foydalanmadilar.

Xudoning ongini tasavvur qilishga harakat qilganimizda, U hamma narsani qanday eslab qolishi va tushunishi mumkinligidan hayron bo'lamiz, chunki biz hamma narsani o'z aqliy qobiliyatlarimiz mezonlari bilan o'lchaymiz va shaxsiy tajribamizga ko'ra narsalarni tushunamiz. Xotirasi

zaif bo'lganlar boshqalarning xotirasi o'zlariniki kabi zaif deb o'ylashga moyil. Biroq, juda o'tkir xotiraga ega odamlar borki, ular butun kitobni bir nechta satrlarni eslab qolish kabi oson eslab qolishadi. Unutuvchan bo'lganlar ko'pincha kimdir ma'lumotni ajoyib darajada osonlikcha saqlash va olish qobiliyatiga ega bo'lgan qabul qiluvchi xotiraga ega ekanligiga ishonishga qiynalishadi.

Zargar o'zining zargarlik buyumlarini, buxgalter esa kitoblaridagi raqamlarni eslaydi. Xuddi shunday, Xudo bu olamda yaratgan hamma narsani eslaydi. Qudratli bo'lgani uchun, U bu olamda sodir bo'lgan hamma narsani darhol eslaydi, chunki Uning mutlaq va cheksiz xabardorligi hamma narsani biluvchidir.

Xotiraning o'zi ajoyib qobiliyatdir. Inson xotirasi Xudoning qudratli xotirasi bilan chambarchas bog'liq. Masalan, siz ko'rgan har bir filmning tafsilotlarini eslay olmaysiz. Lekin agar men sizga o'sha filmlardan birini yana ko'rsatsam, uni darhol eslaysiz. Sizning ichingizdagi muqaddas xotira doimo o'tmishdagi tajribalarni tanib oladi. Boshlang'ich sahnalarni ko'rishingiz bilan siz butun voqeani eslaysiz va: "Oh, men bu filmni ilgari ko'rganman va u qanday tugaganini eslayman", deysiz.

Qanday qilib biz harakatlanuvchi tasvirlarni yillar oldin ko'rgan bo'lsak ham, ularni shuncha batafsil eslaymiz? Chunki barcha voqealar miyada qayd etiladi. Aql ignasini sinov diskiga qo'yishingiz bilan (yoki aql-kompyuter interfeysini ijro etishingiz bilan), xotirangiz yana o'sha sinovni qayta tiklay boshlaydi.

Ichki xotiraning kuchi Xudodan keladi va xatosizdir. U hech qachon unutmaydi. Oddiy odamning xotirasi barcha tajribalarni birdaniga saqlay olmaydi. Ammo muqaddas, ichki xotira hamma narsani bir vaqtning o'zida va abadiy saqlaydi. Shuning uchun yaxshi yoki zaif xotira tushunchasi shunchaki

sub'ektiv idrokdir. Inson o'zini xotirasi zaif ekanligiga ishontiradi va shuning uchun ular zaif xotiraga ega. Biroq, bu e'tiqoddan uning teskarisiga o'tish oson emas. O'z xotirasi haqiqatan ham Xudoning muqaddas, hamma narsani eslab turuvchi xotirasining namoyon bo'lishi ekanligiga o'zini ishontirish uchun katta kuch talab etiladi.

Eng buyuk inson xotirasi - bu Xudoning mutlaq ongi nuridan boshqa narsa emas, unda barcha insoniy sarguzashtlar va hayotning barcha boshqa shakllari va namoyonlari qayd etiladi.

Ilohiy yaratilish hikoyasi ajoyib va hayratlanarli hikoya! Xudo bu yer yuzida mavjud bo'lgan barcha mavjudotlarni qanday yaratdi? Va U bizni U bilan haqiqiy mavjudligimizga qaytarish uchun pardalar va pardalar ortidan qanday ishlaydi? Inson tili bizga Xudo yaratgan kosmik sarguzashtlarning keng qamrovli tavsifini va uning son-sanoqsiz odamlarning individual sarguzashtlari bilan aniq kesishishini taqdim etishga yordam bera olmaydi.

Biz insonning o'rtacha umr ko'rish davomiyligi yetmish yil atrofida ekanligini, timsohning o'rtacha umr ko'rish davomiyligi esa oltmish yildan yuz yilgacha ekanligini aniqladik. Sekvoya daraxti ikki ming yil yashashi mumkin. Tuyaning o'rtacha umr ko'rish davomiyligi ellik yildan oltmish yilgacha, otning umr ko'rish davomiyligi esa eng ko'pi bilan o'ttiz olti yil. Shunday ekan, bu turli xil umr ko'rish davomiyligini ba'zi bir mavjudot belgilab bergani aniq. Shunga qaramay, biz yuzlab yillar yashagan ba'zi buyuk yogislar haqida eshitamiz. Ulardan biri buyuk Babaji bo'lib, u asrlar davomida tanasida tirikligida va mukammal yoshligidan bahramand bo'lganligi bilan mashhur. Trilanga Svami ham qariyb uch asr yashagan: u 1601 yilda tug'ilgan va 1881 yilda vafot etgan (ba'zilar hatto uch asrdan ortiq yashagan deyishadi!). G'ayrioddiy umr ko'rishidan tashqari,

u mo''jizalari bilan mashhur edi. U kamdan-kam ovqatlansa ham, taxminan 130 kilogramm vaznga ega edi. U ko'pincha kunlar davomida meditatsiya qilar, Gang suvlarida oyoqlarini chalishtirib o'tirar yoki ba'zan to'lqinlar ostida uzoq vaqt yashirinib yurardi. U ko'pincha jazirama quyoshda yonayotgan toshlar ustida yalang'och va harakatsiz yotgan holda ko'rilardi. Uning tabiat qonunlariga odatiy beparvoligi... uni ko'rganlarning barchasiga ilohiy ong bilan birlashish barcha qonunlarning eng yuqorisi ekanligini doimiy ravishda eslatib turadi

Yogining avtobiografiyasida qayd etilganidek , kosmik aldamchilik yoki illyuziya tushidan uyg'ongan va koinot shunchaki ilohiy ongdagi g'oya ekanligini anglagan buyuk avliyolar tanani jamlangan yoki muzlatilgan kuchdan boshqa narsa emasligini bilib, u bilan xohlagan narsani qilishlari mumkin edi. Tabiatshunoslar endi materiyani cheklangan faoliyatdan boshqa narsa emas deb tushunishsa-da, to'liq ma'rifatli ustozlar nazariyadan amaliyotga o'tish orqali materiyani boshqarishda sezilarli yutuqlarga erishdilar.

Darhaqiqat, haqiqat tasavvurdan ko'ra ajoyibroqdir. Biz tasavvur qilishimiz mumkinki, to'g'ri sharoitlarda, agar hayotiy energiya yoki urug' suyuqligi isrof bo'lmasa va to'g'ri ovqatlanish va sog'lom fikrlash bilan inson tanasi cheksiz darajada saqlanib qolishi mumkin. Urug' suyuqligi konsentrlangan hayotiy energiyani o'z ichiga oladi; agar isrof qilinmasa, bu kuch uxlab qoladi va jismoniy, ruhiy va hissiy salomatlikni, shuningdek, intellektual ijodkorlik va ma'naviy o'sishni yaxshilash uchun ishlatilishi mumkin.

Tarjimonga eslatma: Ushbu parchada Prezident Abu Ali ibn Sino shunday deydi:

Kuniga bir marta ovqatlaning va oldingi ovqatingiz hazm bo'lguncha ovqat yemang

Iloji boricha spermangizni saqlang, chunki u bachadonga quyiladigan hayot suvidir.

Tanaga tushadigan bosim juda katta. Sichqon tuzoqqa tushganda, uning yuragi odatdagidan ancha tez uradi. Xuddi shunday, odam to'lovlarini to'lay olmaganda, yuragi ham xuddi shunday uradi! Shunday qilib, psixologik stress ham o'z ta'sirini ko'rsatadi! Stressning boshqa turlari ham mavjud. Laboratoriya tajribalari shuni ko'rsatdiki, shaharlarda shovqinni yo'q qilish fuqarolarning umrini o'rtacha o'n yilga uzaytirishi mumkin. Shunga qaramay, biz ajoyib dunyoda yashayapmiz. Hayotdagi yagona maqsadi ovqatlanish, ichish, uxlash va yaxshi narsalardan zavqlanish bo'lganlarning insoniyat hayotining mo''jizalarini tushunish imkoniyati juda kam.

Sarguzasht ruhning homiladorlik paytida bachadonga kirish uchun duch keladigan kurashidan boshlanadi. Sayyoraviy yoki efir olamida millionlab ruhlar homiladorlik paytida sperma va tuxum birlashadigan urug'langan hujayralarga kirib, Yerga qaytishga intiladilar. Ruh muqaddasmi yoki gunohkormi va agar u yakuniy ozodlikka erishmagan bo'lsa, Yerda qayta tug'ilish istagi kuchli. Homiladorlik paytida efirda yorug'lik chaqnaydi va ruh shunchaki sperma va tuxumning birlashishi tufayli unga kiradi. Insoniyat bachadonga kirish uchun kurashdi, chunki ko'plab ruhlar kirish uchun kurashmoqda. Muvaffaqiyatga erishganlar siz, men va barchamizmiz. Va bu oson g'alaba bo'lmadi!

Darhaqiqat, Xudo bilan ko'plab maskanlar mavjud. Shaffof yorug'lik va hayotiy energiyalardan tashkil topgan yuqori va pastki efir tekisliklari - bu jismoniy tananing o'limidan keyin ruhlar boradigan jannat (yoki do'zax). Ularning u yerda qolish muddati ularning karmasiga qarab oldindan belgilanadi. Insonda bajarilmagan moddiy istaklar

yoki dunyoviy karma (o'tmishdagi harakatlarning tugamagan oqibatlari) mavjud ekan, ular Xudoga tomon yo'lda rivojlanishlarini davom ettirish uchun dunyoviy mujassamlanishga qaytishlari kerak.

Bachadonga kirgandan so'ng, ruh o'ylaydi: "Men nima qildim? Men uzoq vaqt ozod edim, cheklangan va cheklovchi inson tanasidan ozod bo'ldim, nurli tanada efir tekisligida osongina va osonlikcha harakatlandim va endi yana jismoniy shaklda qolib ketdim".

Shunga qaramay, u bachadondagi to'qqiz oy davomida asta-sekin bu yangi sharoitlarga ko'nikib qoladi. Jazo shunday: to'qqiz oy qorong'u kamerada yashash, u yerda u boshqa odam orqali nafas olishi va boshqa odamning qon aylanish tizimiga tayanib oziq-ovqat va qon olishi kerak. Uning ruhi va holati boshqalarga bog'liq va u Xudoga nido qiladi: "Meni bu qamoqdan ozod qiling! Men ko'rmayapman, eshitmayapman, men bog'langanman".

Agar do'zax yoki gunohdan poklanish bo'lsa, bu onaning tanasidagi to'qqiz oy: zulmat ichidagi mutlaq ojizlik, daraxt kabi bitta nuqtaga qamalib qolgan, o'tmishning o'tkinchi xotiralari, undan keyin uyqu davrlari bilan. Va bu xotiralar qaytib kelganda, homila raqsga tushadi, onaning tanasida ulkan kuch sarflaydi. Men ongimni ushbu tug'ruqdan oldingi holatlarga o'tkazdim va nima demoqchi ekanligimni bilaman.

Xomilaning ona tanasidagi uyqusi va uyg'oqligi uning uyqusi va uyg'oqligiga bog'liq emas. Xomilaning ixtiyoriy harakatlari ruhning o'tmishini eslashidan kelib chiqadi. Shunday qilib, u charchoq uni yengib chiqquncha bachadonda bezovta holda harakatlanadi va uxlab qoladi. Keyin u qisqa vaqt uyg'onadi va yana harakatlanadi. U ochlikni his qiladi va onaning qoni orqali o'tadigan ozuqa orqali uni qondiradi.

Yangi tug'ilgan chaqaloq ma'lum darajada onaning yurak urishi va qon aylanishining tebranishlarini eshita oladi va bu tovushlar uni o'z tanasidan xabardor qiladi, ozodlikka intilishini kuchaytiradi. Shunday qilib, ruhning birinchi sarguzashtlari ikki g'oya o'rtasidagi kurashdir: Yerga inson qiyofasida qaytish istagi va ruhni cheklab qo'ygan inson qiyofasidan ozod bo'lish istagi.

Inson ruhining qobig'i (tanasi) nozik dumli baliq kabi boshlanadi. Keyin bu tasvir bachadonda o'ralgan hayvon shakliga aylanadi. Avval aytib o'tilganidek, o'tmishdagi hayot haqidagi ba'zi xotiralar qayta paydo bo'ladi, bu esa homilaning yengil harakatlarga olib keladi. Homila onaning tanasida inson shakliga aylanib, ruh: "Meni qo'yib yuboringlar!" deb baqirganda, kurash kuchayadi. Iroda juda kuchli bo'lganda, bola tug'iladi. Erta tug'ilgan chaqaloqlar (37 haftadan kam homiladorlikdan keyin tug'ilgan) kuchli iroda va katta o'jarlikka ega ruhlardir. Ular to'qqiz oy davomida onaning tanasida qolishni xohlamaydilar va shuning uchun ular odatdagidan oldinroq tug'iladilar.

Chaqaloq bu dunyoga yig'lab keladi, chunki dono va bilimdonlarning aytishicha, ruh o'zining avvalgi mujassamlanishlarini eslaydi va yana bir bor insoniy kurashning turli shakllarini boshdan kechirish uchun Yerga qaytishni istamaydi.

Og'ir "thaa" tovushi unga yopishib qoldi, shuning uchun u diqqatga sazovor joylar va itoatkor xarobalar orasidagi joyga aylandi.

U muqaddas joyda berilgan va'dalarni eslaganda yig'laydi, ko'z yoshlari to'xtamaydi.

Bu xotiralarga kelsak, homila dunyoga kelishidan oldin qo'llarini bir-biriga bog'lab, go'yo: "Yo Rabbim, menga

ikkinchi dunyoviy tug'ilishni berma", deb yolvorayotgandek iltijo holati ham mavjud.

Yangi tug'ilgan chaqaloqning yig'isining fiziologik izohi shundaki, nafas olishni boshlash uchun o'pka ochilishi kerak va chaqaloqning birinchi yig'isi o'pkani faollashtirish va hayot nafasini boshlashga urinishdir. Bola tug'ilganda, nafas olish boshlanadi va deyarli uyqu holatida bo'lgan ruh mustaqil hayotga ega tirik mavjudotga aylanadi. Ko'pchilik ruh tug'ilish paytida tanaga kiradi, deb noto'g'ri ishonishadi, lekin agar ruh allaqachon mavjud bo'lmaganida, tana mayda asl hujayralardan shakllanmagan bo'lar edi. Agar ruh tug'ilishdan oldin homilani tark etsa, chaqaloq o'lik tug'ilgan bo'lar edi.

Inson tanasi o'n oltita asosiy jismoniy elementdan iborat bo'lib, ular jismoniy inson shaklida yashovchi efir tanasining mohiyatini ifodalovchi o'n to'qqizta shaffof energiya elementlari tomonidan qo'llab-quvvatlanadi va saqlanadi. Bu efir tanasi jismoniy tanadagi harakat va faollik manbaidir. O'n to'qqizta sayyoraviy element intellektual, hissiy va hayotiydir. O'n to'qqizta komponent aql, o'zlik (ego), his qilish, namoyon bo'ladigan ong (sezgi ong), ko'rish, eshitish, hidlash, ta'm bilish va teginish sezgilariga mos keladigan beshta bilim vositasi, ko'payish, chiqarish, nutq, yurish va qo'l epchilligining intellektual kuchlariga mos keladigan beshta harakat vositasi va tananing kristallanish, so'rilish (hazm qilishdan keyin ovqatni o'zlashtirish), chiqindilarni yo'q qilish, metabolizm (ovqatni tirik moddaga aylantirish yoki uni energiya bilan ta'minlash uchun ishlatish) va qon aylanishi kabi funktsiyalarini bajarish qobiliyatiga ega bo'lgan beshta hayot kuchi vositasidir. O'n to'qqizta elementdan iborat bu shaffof sayyoraviy qobiq o'n oltita qo'pol elementdan iborat jismoniy tana yo'q bo'lib ketgandan keyin qoladi. Bu elementlarning barchasi ilg'or yoga texnikasi amaliyoti orqali sof ongga aylantirilishi mumkin.

Chaqaloq tug'ilganda, yorug'likni ko'rib ko'zlari miltillaydi, tovushlarni eshitadi, hidlaydi, ta'mlaydi va nafas oladi. Tovushlar unga odatiy tuyuladi va u yana jismoniy tanada yashayotganini anglaydi. Uning tug'ilishga oldingi qarshiligi birinchi nafasi bilanoq to'xtaydi. "Mavjudlik" tanaga va nafas olishga bog'liq degan illyuziya paydo bo'lganda, u jismoniy dunyoga jalb qilinadi va asta-sekin unga ko'nikib qoladi.

Vaqt o'tishi bilan bola o'z tanasini boshqarish uchun ancha harakat qiladi. Ularning qo'llari va oyoqlarini havoga ko'tarib, jismoniy shakliga moslashishga harakat qilayotganini qanchalik tez-tez ko'rasiz? Bu ong osti tomonidan, ruhning o'tmishdagi xotiralari orqali boshqariladi. Xotira doimo mavjud. Odamlar instinktiv ravishda o'limdan qo'rqishadi, chunki ular uni boshdan kechirgan ko'p marta eslashadi, xuddi og'riqdan qo'rqqanlari kabi, chunki ular ilgari juda ko'p azob chekishgan.

Bola yosh bolaga aylangan sari, unga ota-onasi va qarindoshlari ta'sir qiladi. Hamma ularning boshqacha bo'lishini xohlaydi, jumladan, ularning o'zlariga o'xshash bo'lishlarini va xatti-harakatlari va harakatlariga moslashishlarini istaydigan yaramas tengdoshlari ham! Bu mojaro orasida bola juda katta bosimni his qiladi. Biroq, katta erkinlikdan bahramand bo'lgan yosh bolalar keyinchalik afsus bilan: "Qaniydi ota-onam menga xatti-harakatlarimning zararli oqibatlari haqida aytib berishganida edi; agar ular aytganlarida edi, hozir yaxshiroq bo'lishim mumkin edi", deyishadi.

Voyaga yetgunga qadar inson duch kelishi kerak bo'lgan ko'plab psixologik va hissiy kurashlar mavjud. Bu bosqichda hislar faollashadi va yigit yoki qiz jiddiy ichki kurashga kirishadi. Hislar bilan bo'lgan bu kurash juda katta ahamiyatga ega va yoshlar uchun yakuniy g'alaba ularning

instinktlari ustidan g'alaba qozonishi va cheksiz istaklarini jilovlashidir.

Tirik bo'lish ajoyib, lekin bizni yo'q qilish uchun ko'plab kuchlar poylab turibdi Afrikadagi yirtqichlar bilan sarguzasht hayotning o'zi sarguzashtiga teng kelmaydi Va tarixdagi hech bir sarguzasht zavq va hayajonda undan ustun kelmaydi Aql tufayli odamlar o'zlarini yovvoyi hayvonlardan qanday himoya qilishni bilishadi, lekin o'zlarining yomon odatlari va zararli oqibatlaridan qanday himoya qilishni bilishmaydi Insonning eng yomon dushmani - bu o'zi Har qanday dushmandan, halokatli mikroblardan, halokatli bombalardan yoki boshqa har qanday tahdiddan ko'ra ko'proq, inson xato qilganda o'zidan qo'rqishi kerak Inson o'zining ma'naviy tabiatidan to'liq bexabar yashab, yomon odatlarining ularni boshqarishiga yo'l qo'yganida, u o'zining dushmaniga aylanadi Hayotning bu jangida g'alaba qozonishning eng yaxshi yo'li - o'zi bilan do'stlashishdir Ma'naviy rivojlangan "men" insonning do'sti, rivojlanmagan "men" esa uning dushmanidir

Yovvoyi, noma'lum yerni o'rganishni tasavvur qilish oson. Agar biz kemada ketayotgan bo'lsak, o'zimizni qutqarish uchun qayiqni olib ketishimiz kerak. Ammo hayotning ko'plab tajribalarida, barcha ehtiyot choralarini ko'rganimizga qaramay, qutqaruv qayiqlarimiz oqadi.

Yirtqichlar bilan to'la o'rmonda siz bu hayvonlarga qarshi ehtiyot choralarini ko'rishingiz mumkin, ammo nozik, hiyla-nayrangli xavflarni yengish ancha qiyinroq. Bizni doimo o'rab turgan millionlab mikroblardan qanday himoya qilish mumkin? Ko'rish va eshitish mumkin bo'lgan xavflarga qarshi ehtiyot choralarini ko'rsak, o'zimizni xavfsiz deb o'ylaymiz, ammo himoya kuchimiz bizni mikroblardan himoya qilish uchun yetarli emas. Qon oqimida oq qon hujayralari bu mikroblarga qarshi doimiy ravishda kurashadi. Giyohvand

moddalar ularni faqat karaxt qiladi. Oq qon hujayralari ularga qarshi turadigan va ularni yo'q qiladigan askarlardir. Agar qoningiz zaif bo'lsa, bu "askarlar" sizga yordam bera olmaydi. Ko'rinadigan xavfsiz va omon qolgan ko'plab odamlarning o'pkasida o'z egalariga hujum qilishga va uni yo'q qilishga tayyor bo'lgan shafqatsiz sil kasalligi tayoqchalari yashiringan. Tabiat bu mikroby hujumlarini qaytarish uchun himoya to'sig'ini hosil qiladi, ammo agar tana qarshilik ko'rsata olmasa, bu to'siqning ta'siri uzoq davom etmaydi. Bu kurash bizning ichimizdagi ko'rinmas hayot o'rmonida davom etadi. Agar siz ovqatingizni mikroskop ostida tekshirsangiz, uni tatib ko'rmaysiz. Mikrobylar uni yeb, hammasini yutib yuborasiz! Hatto ichadigan suvingiz ham shu tirik organizmlar bilan to'lib-toshgan. Dunyoda bitta ham vegetarian yo'q, chunki hamma har kuni millionlab mikrobylarni iste'mol qiladi. Xo'sh, odamlar ovqatlanishni to'xtatadilarmi?

Hayot o'rmonida xavfsiz yurish uchun o'zini tegishli qurollar bilan qurollantirish va yaxshi tayyorgarlik ko'rgan askar bo'lish kerak. O'zini qanday himoya qilishni bilmaganlar tezda hayotdan ko'z yumadi. Ammo barcha holatlarga - kasallik, qarama-qarshi fikrlar, yomon odatlar, qattiq taqdir va noqulay karmaga tayyor bo'lgan dono odam bu sarguzashtda g'alaba qozonadi. Bu sarguzasht ehtiyotkorlik, hushyorlik va har qanday tashqi dushmandan ancha qo'rqqinchli va qat'iyatli bo'lgan ichki dushmanlarimizga qarshi turish va ularni yengish imkonini beradigan muayyan usul va strategiyalarni talab qiladi.

Hayot yo'lida davom etar ekanmiz, jismoniy, psixologik, axloqiy va ma'naviy kasalliklarimizning kasalliklari va sabablarini yengishning yaxshiroq usullarini o'rganamiz. Jismoniy kasalliklar va psixologik kurashlarni tinchlik bilan yengib chiqqanimizdan so'ng, hayot chindan ham ajoyib sarguzasht bo'lgan deb ayta olamiz. Lekin haqiqiy g'alabaga

erishishdan oldin hayot shirin deb aytish aqlsizlikdir. Agar inson oxirgi bosqichlarga yetmasa va uning ruhi Xudoda ozod bo'lmasa, hayot ular uchun tugamaydi. Ular ruhan ko'tarilishlari kerak, shundan keyin sarguzashtning oxirgi bobi yakunlanadi.

Biror kishi boshqa birovning azob chekayotganini ko'rganda, Xudoga shukur qiladi, chunki u bu tajribani boshdan kechirmayapti. Lekin kim biladi, keyingi navbat ularning o'ziga kelishi mumkin. Tanaga zarar yetkazish ehtimoli son-sanoqsiz, shuning uchun hushyor bo'lish va barcha kutilmagan hodisalar va kutilmagan hodisalarga tayyor bo'lish kerak.

Olim shunday deydi: "O'zingizni mikroblardan himoya qilish uchun sog'lom, to'yimli ovqat yeng va sog'liqni saqlash qoidalariga rioya qiling". Siyosatchi shunday deydi: "O'zingizni va vataningizni dushmanlaringizdan himoya qilish uchun jasur askarlar bo'ling".

Biz chindan ham g'alati dunyoda yashayapmiz. Hatto sevgi, mehr va fidoyilik namunalari bo'lgan onalar ham boshqa odamlarning bolalarini o'ldirishga o'rgatilmoqda. Qanday dahshatli! Lekin ba'zida urush yaxshilik keltiradi; u bizni qo'rqqoqligimiz va iroda zaifligimizdan mahrum qiladi.

Hayot o'rmonlari va junglilari dushmanlarga to'la: kasallik, qashshoqlik, azob-uqubat, yomon odatlar va noto'g'ri istaklar. Shuningdek, e'tiborga olish kerak bo'lgan boshqa son-sanoqsiz narsalar va rioya qilish kerak bo'lgan qoidalar mavjud, hatto agar biz ularning barchasini ongimizda saqlashga harakat qilsak, hayot chidab bo'lmas holga keladi. Hayotning har bir jabhasida murakkabliklar haddan tashqari ko'payib ketdi va odamlar o'ziga xos gipnoz sehriga duchor bo'lganday tuyuladi. Shuning uchun, insoniyat turli yondashuvlarni sinab ko'rish va ongning cheksiz kuchlari va salohiyatini faollashtirish vaqti keldi.

Xudo bizga ajoyib himoya vositasini bergan: ong. U pulemyotlardan, elektr energiyasidan, zaharli gazdan yoki har qanday dori-darmonlardan kuchliroq. Bu ongni tarbiyalash va mustahkamlash kerak. Hayot sarguzashtlarining muhim qismi ongni boshqarish va uni har doim Xudo bilan intizomli va uyg'un holda saqlashdan iborat. Faqat shu narsa muvaffaqiyatli va baxtli hayotning sirlaridan biridir.

Odamlar jismoniy vositalar va davolash usullaridan foydalansalar ham, ular bu usullarga emas, balki ularning orqasidagi Xudoning kuchiga ishonishlari kerak. Biz Xudodan bizga tushuncha va iroda berishini so'rashimiz kerak, toki biz tibbiyotga emas, balki Unga va, eng avvalo, ongimiz kuchiga tayanaylik.

Insonlarga ongni mashq qilish va uni meditatsiya orqali Xudo bilan uyg'unlashtirish orqali erishilgan psixologik holatga qanday erishish o'rgatilmagan. Biroq, moddiy dunyoni va uning jismoniy vositalarini inkor etishga urinishdan oldin, ong sizning to'liq nazoratingiz ostida bo'lishi kerak. Bunga erishguningizcha, tanaga yordam berish uchun mantiqiy choralar ko'rish yaxshidir. Agar inson yonayotgan cho'g'ni kuymasdan ushlab tursa, u holda u moddiy dunyoni inkor etib, ong hamma narsa ekanligini e'lon qilishi mumkin. Aks holda, materiya mavjud va uning qonunlariga muvofiq mantiqiy va amaliy usullar bilan muomala qilinishi kerak.

Xudo bizga barcha qayg'u va azoblarni yengib o'tishimiz mumkin bo'lgan yengilmas qurolni ham berdi: Xudo bilan uyg'unlik orqali qo'lga kiritadigan donolik quroli. Kasallik, umidsizlik va baxtsizlikni yengishning eng oson yo'li - Yaratguvchimiz bilan doimiy uyg'unlikda bo'lishdir.

Odamlar hayot junglisidagi yosh bolalarga o'xshaydi, ular shaxsiy sinovlari va azob-uqubatlaridan saboq olishga majbur bo'ladilar, kasallik va yomon odatlar tuzoqlariga duch

kelmoqdalar. Biz yordamga qayta-qayta murojaat qilishimiz va fikrlarimiz va harakatlarimizni Xudo va Uning o'zgarmas qonunlari bilan uyg'unlashtirishga harakat qilishimiz kerak.

Dunyo ko'zingiz oldida qorong'ulashganda va hayot qiyinchiliklari sizni qamrab olganda, Xudo yaqin ekanligini unutmang va Uning huzuridagi qal'ada o'zingizni xavfsiz va xotirjam his qiling. Hayot yo'llaridagi kurashlaringiz va har xil vayronkor ta'sirlarga duchor bo'lishingizga qaramay, ular sizni yo'q qilish uchun emas, balki imoningizni sinash va uxlab yotgan kuchingizni uyg'otish uchun mo'ljallanganligini unutmang. Biz hayot jangida sabr-toqatli bo'lishimiz va atrofimizdagi barcha yovuzliklarga qarshi turishimiz, ularni ichimizdagi ilohiy mavjudlikning keng qamrovli kuchi bilan yo'q qilishimiz va mag'lub etishimiz kerak. Va hayot sarguzashtlarining oxirida biz shunday deymiz: Ey Rabbim, jasoratni ushlab turish va kurashni oxirigacha davom ettirish qiyin edi, lekin Sen bizga bergan kuch bizning qo'rquvimizdan kattaroq edi va bu buyuk kuchlar tufayli biz g'alaba qozondik va Sening ilohiy suratingda yaratilganimizni angladik. Sen koinotning Parvardigorisan va hamma joyda mavjudsan, shuning uchun biz nimadan qo'rqamiz va kimdan qo'rqamiz, agar Sen biz bilan bo'lsang?

Inson inson bo'lganini anglagan zahoti, qo'rquvlari ko'payadi va qochib qutulishning iloji yo'qdek tuyuladi. Qanday choralar ko'rishmasin, xatolar kirib borishi mumkin bo'lgan bo'shliqlar qoladi. Xudodan boshqa haqiqiy xotirjamlik yo'q va Usiz tinchlik yo'q. Afrika o'rmonlarida bo'lsak ham, jang maydonlarida bo'lsak ham yoki qashshoqlik va qashshoqlik og'zida bo'lsak ham, biz Xudoga pichirlashimiz kerak: Men Sening yengilmas huzuring himoyasidaman, ey Rabbim! Men hayotning oldingi saflarida oldinga siljiyman va Sening himoyang va g'amxo'rliging ostida ekanligimni his qilaman!

Xavfsizlik va osoyishtalikka boshqa yo'l yo'q Har bir ishingizda aql va mantiqdan foydalaning va to'liq Xudoga ishoning. Xudo Unga g'amxo'rlik qiladigan va Uning qonunlarini hurmat qiladigan barchaga g'amxo'rlik qiladi va U Unga qalbi va ruhi bilan murojaat qilganlarning barchasini qabul qiladi, ularga O'zining ne'matlarini yog'diradi va ularning rizqini uzluksiz va uzluksiz ta'minlaydi.

Ko'pchilik kasallik qurboni bo'lib, yomon odatlarning qurboniga aylanib, o'zlarini tortib ololmaydilar. Hayot har tomonga qo'ygan tuzoqlardan qochishning iloji yo'q, deyish mumkin emas. Inson duch keladigan sinovlar va qiyinchiliklar vaqtinchalik bo'lib, ularning qat'iyati va ularni birma-bir yengish irodasining faollashishiga bog'liq. Muayyan davrdagi muvaffaqiyatsizlik hayot jangida mag'lubiyatni anglatmaydi. Muvaffaqiyatli va g'olib inson doimo o'ziga vaziyatlardan kuchliroq ekanligini va Xudo bilan va Xudo ular bilan bo'lsa, hech narsadan qo'rqmasligini ta'kidlaydi, hayot va o'lim ongning ikki xil holati ekanligini chuqur tushunadi.

Xudo bizni sinash va ichimizdagi ruhning o'lmasligini ochib berish uchun hamma narsani yaratdi. Bu hayotning sarguzashtidir va uning yagona maqsadi. Har bir insonning sarguzashtlari noyobdir va ular sog'liq, ong va ruhning barcha qiyinchiliklariga tushuncha, iroda va Xudoga bo'lgan ishonch bilan duch kelishga tayyor bo'lishlari kerak, chunki ularning ruhi tanaga nima bo'lishidan qat'i nazar o'lmasligini bilishadi. Darhaqiqat, hech qanday qurol - hech qanday qurol - bu ruhni yo'q qila olmaydi. Uni na olov, na suv kuydira oladi, chunki bu yagona va yagona Xudoning suratidir.

O'lim oxir emasligini anglash ajoyib, chunki bu bilim bilan biz psixologik kuchga va illyuziyadan xalos bo'lamiz. Kasallik boshlanib, tana ishlashni to'xtatganda, ruh o'zini o'lgan deb hisoblaydi, lekin Xudo unga tegib, hali ham tirik ekanligiga ishontiradi. Jang maydonidagi askar bomba yoki

shrapnel bilan urilib, "Men o'ldim, Xudoyim!" deb baqiradi. Lekin Xudo javob beradi: "Albatta yo'q! Men bilan gaplashmayapsizmi? Hech narsa sizni yo'q qila olmaydi. Siz o'lmas jonsiz va shunchaki o'lganingizni orzu qilyapsiz". Shunda ruh tanadan o'lim orqali o'tish tajribasi ko'pincha tasvirlanganidek dahshatli emasligini anglaydi. Ruhning tanadagi mavjudligining cheklangan xabardorligi tananing yo'qolishi hamma narsaning oxiri degan ishonchga sabab bo'ladi, aslida esa ruh tirik va o'lmaydi, chunki u tirik va abadiy Xudoning surati.

Haqiqiy yogilar har qanday sharoitda ham o'z ongini boshqarishga qodir. Izlovchi bu bosqichga yetganda, ular ozod bo'ladilar va hayot muqaddas sarguzasht ekanligini anglaydilar. Payg'ambarlar va buyuk shaxslar bu haqiqatni namoyish etdilar, chunki ularning buyuk va sof qalblariga hech narsa zarar yetkaza olmaydi. Ular ilohiy sevgini to'liq his qildilar va aynan shu sevgi hayot sarguzashtidagi eng hayajonli va abadiy elementdir.

Inson sevgisi Xudoning shartsiz sevgisiga asoslanmagan bo'lsa, ma'nosizdir. Yigit va qiz sevib qolishi, keyin esa nafratga uchrashi mumkin. Insonning oshiqligi nomukammal va ko'plab shartlar bilan bog'liq, ilohiy sevgi esa mukammal va cheksizdir.

Hayotning bu sarguzashtlari faqat inson buyuklar singari xavf va xatolarni iroda va aql bilan yengib o'tgandagina to'liq bo'ladi. Keyin ular orqaga qarab: "O'sha sinovlar mashaqqatli va xavfli edi va men deyarli yiqildim, lekin endi Xudo ko'zlarimni ochib, menga muqaddas bilim berganidan keyin o'zimga ishonaman", deyishadi.

Xudo nihoyat bizga: "Barcha dahshatli, achchiq sinovlar tugadi, men abadiy siz bilan birgaman va endi hech narsa sizga zarar yetkaza olmaydi", deganida, hayot ajoyib sarguzasht deb ayta olamiz.

Inson ongi kasalliklar va qiyinchiliklarga qarshi turish, qiyinchiliklarni birin-ketin yengib o'tish orqali kuchayadi. Aqlni zaiflashtiradigan narsa uning eng yomon dushmani va uni kuchaytiradigan narsa uning xavfsiz boshpanasidir. Yo'lingizda duch keladigan qiyinchiliklar va baxtsizliklardan nafratlaning.

(Abu al-Qosim ash-Shabbiyning so'zlari bilan):

Men kasallik va dushmanlarga qaramay, baland cho'qqidagi burgut kabi yashayman

Men porlayotgan quyoshga qarayman, bulutlarni, yomg'irni va bo'ronlarni masxara qilaman

Xudo menga bu hayot shunchaki tush ekanligini ko'rsatdi. Xudoda uyg'onganingizda, uni quvonch va qayg'ularning o'tkinchi tushi sifatida eslaysiz, boshqa hech narsa emas.

Va shunda siz yagona va yagona Xudoda abadiy o'lmas ekanligingizni bilib olasiz.

Sizga tinchlik bo'lsin

Ma'naviy ozuqa

Hamma narsa o'tib ketadi va yo'q bo'lib ketadi, va faqat Xudo abadiy doimiy va dunyo bo'ylab esadigan barcha .shiddatli bo'ronlar va dovullardan ishonchli panohdir

O'tkinchi insoniy do'stlik shartsiz emas va ko'pincha xudbinlik bilan bulg'angan, chunki xudbinlik yo'qolganda, sevgi ham yo'qoladi. Biroq, ma'naviy do'stlik va chinakam, samimiy sevgi bizda bu do'stlikni rivojlantirish va bu

sevgining sofligini saqlash uchun umumiy mas'uliyat hissini uyg'otadi. Biror kishini tushunishga harakat qilganimizda, uni xafa qiladigan narsani qila olmaymiz va uni tushunishga harakat qilmaganimizda, moslik shunchaki mavjud .bo'lmaydi

Bu dunyo bilan xayrlashadigan kun keladi, lekin bu yerda ekanman, eng katta quvonchim menga ishonganlarga Xudoning mo'jizalari haqida gapirish va menga tasalli, erkinlik va xavfsizlik bergan ilohiy nurga bo'lgan intilishlarini .kuchaytirishdir

:O'zini tasdiqlash

Men barcha vazifalarimni faqat Xudodan kuchimni qarz olish orqali bajara olaman. Shuning uchun mening birinchi istagim Uni rozi qilishdir. Xudo mening qalbimdagi birinchi sevgi, qalbimning eng buyuk intilishi va irodam va .ongimning asosiy maqsadidir

Bizning asl o'zligimiz - ruhimiz - o'lmasdir. Biz mavjudmiz va bizning mavjudligimiz abadiydir. To'lqin qirg'oqqa keladi va keyin o'zini yo'qotmasdan okeanga qaytadi; aksincha, u okean bilan birlashadi yoki boshqa .to'lqin shaklida yana [qirg'oqqa] qaytishi mumkin

Agar elektr qurilmasining simlari uzilib qolsa, mutaxassis ularni almashtirishi mumkin. Ammo asab to'qimasi kuchli

tirnish xususiyati tufayli shikastlanganda, nervlar o'z funksiyasini yo'qotadi va ularni kim almashtira oladi? Shuning uchun, qimmatbaho asab tizimi bilan ishlashda juda ehtiyotkorlik va ehtiyot bo'lish kerak, chunki u ichkaridan tiklanadi va agar u shikastlangan bo'lsa, uni ta'mirlash yoki .boshqa qurilma bilan almashtirish mumkin emas

O'quvchilar o'qituvchilari Paramhansa bilan tabiat :qo'ynida sayr qilishayotgan edi va u ularga shunday dedi Xotirjamlikni his qilish va baxtga to'la bo'lish naqadar ajoyib! Xudo bizning sodda yashashimizni va ma'naviy quvonchni his qilishimizni xohlaydi

Xuddi inson bezovta qiluvchi dahshatli tushdan uyg'onib, ko'rgan narsasi faqat tush ekanligini anglagani kabi, ilohiy ong ham odamni uyqu va chalkashlik dahshatli tushidan yangi ongga va hayotning mazmuni va maqsadini to'g'ri .tushunishga uyg'onishga undaydi

Agar biz ruhiy uyg'onish tongini boshdan kechirishni va anqlik nurlariga guvoh bo'lishni istasak, ichki ovozni .tinglashimiz va uning turtkisiga javob berishimiz kerak Biz ruhning sayohatiga va harakatiga to'sqinlik qiladigan illyuziya toshlarini va johillik toshlarini yo'ldan olib tashlashimiz kerak. Biz sog'inch qo'li bilan befarqlik uyqusidan uyg'onish eshigini taqillatishimiz kerak, toki biz baxt shabadasidan nafas olib, har bir fikrimizga, har bir hisimizga va har bir harakatimizga samoviy elektr .energiyasini olib kelaylik

Yaxshi istaklar yomon istaklarni yengmaguncha va iroda haqiqat manbai va mavjudotdagi barcha yaxshilik manbai tomon to'g'ri yo'naltirilmaguncha, haqiqiy baxtni his qilib .bo'lmaydi

Haqiqiy do'stlik barcha boyliklardan ulug'roqdir Agar siz
odamlarga haqiqiy do'st bo'la olsangiz, Xudoni topasiz

Xudo yaxshi qalblarga oqib keladigan donolik va yorqin
ilhom manbaidir. U mehribon qalblarning tutatqilaridan
taralayotgan samoviy xushbo'y hiddir. U qalbni muqaddas
.zavq bilan to'ldiradigan eng buyuk quvonchdir

Rabbim, Sendan qalbimni yoritishingni so'rayman, toki
men eng oliy haqiqatni anglay olaman. Men Seni tabiatning
ko'rinishlarida - gullarda, daraxtlarda va barcha go'zal
narsalarda namoyon bo'lgan holda ko'raman. Chuqur
ma'naviy mulohaza orqali men tinchlik eshiklarini keng
ochaman va uning asl ma'nosini yaxshiroq tushunishim
.uchun hayotimni yaxshilash uchun ko'proq harakat qilaman

Boshqalar bilan birga bo'lganimda, men to'liq hozir
bo'laman va ular bilan muloqot qilishdan katta quvonchni his
qilaman, yolg'iz bo'lganimda esa xuddi shu quvonchdan
bahramand bo'laman. Ishlaganimda esa, bor kuchim va
irodam bilan ishlayman va tobora ortib borayotgan baxtni his
.qilaman

Biz chinakam istak va ichki quvonch bilan ishlashimiz
kerak, aks holda biz hayotiyligimizni yo'qotamiz va
energiyamizni yangilay olmaymiz. Shuningdek, biz har doim
samimiy bo'lishimiz va irodamiz bilan birga samimiylikni
rivojlantirishimiz kerak, chunki samimiylik bilan biz boshqalar
.bilan yanada uyg'unlikda ishlashimiz mumkin

O'lim tufaylimi yoki insoniyatning o'zgaruvchan va
doimiy o'zgaruvchan tabiati tufaylimi, sizga yo'qolgan sevgi
uchun qayg'urmang. Sevgining o'zi hech qachon chindan
ham yo'qolmaydi yoki o'lmaydi, balki vaqtincha sizdan
yashirinadi, toki uni doimiy izlashda uning asl mohiyatini
kashf eta olsangiz. Va sevgi vaqtinchalik yashirinishda

davom etadi, toki siz uni qalbingizning eng tubida yashovchi
.ilohiy Sevgilingiz qiyofasida topmaguningizcha

Inson kundan-kunga bir xil noqulay psixologik holatda
yashamasligi kerak. Agar inson chin dildan ibodat qilsa va
Xudo uning ibodatini amalga oshirishiga ishonsa, u Xudoning
.marhamati va yordamini oladi
Agar chuqur singib ketgan yomon odat bo'lsa, uni buzish
va siqib chiqarish uchun qarama-qarshi va qarama-qarshi
ruhiy odatni shakllantirish va zaharli odat zararsizlanguncha
.uni faollashtirish mumkin

Inson o'zini yaxshi tomonga o'zgarishiga va hozirgi
paytda duch kelayotgan ba'zi zaif tomonlariga qaramay
.kuchli bo'lishiga ishontirishi kerak

Inson ijobiy o'zgarish qilishga qaror qilgan zahoti, u
o'zini boshqa odamga aylangandek his qiladi va bu tuyg'u
unga mo'l-ko'l hayotiy energiya va ichki quvonch
.bag'ishlaydi

Ba'zan Xudo O'zini sevuvchilariga buyuk nur, kosmik
ovoz, cheksiz quvonch yoki nihoyatda shirin sevgi sifatida
.ochib beradi

Yoki tushuncha, donolik va bilim sifatida
Uning nuri kosmik qanotlar kabi abadiyatga cho'zilib,
yoyilib boradi va ba'zan men bu yerni o'sha nur qalbida tush
.sifatida ko'raman

Va shuning uchun men dunyoning tush ekanligini
angladim

Siz va haqiqiy do'stlaringiz qanchalik
kelishmovchiliklarga duch kelsangiz ham, orangizda doimo
tushunish va muloqot bo'ladi. Bunday do'stlik o'zaro
hurmatga asoslangan va siz uchun juda muhim. Xudoning
sevgisiga asoslangan do'stlik - bu uzoq davom etadigan
.yagona munosabatlardir

Ruhning quvonchli nurini insonning e'tiborini ichkariga
qaratish orqali anglash mumkin. Bunga aqlni ruhning
yashirin olamidagi go'zal fikrlardan bahramand bo'lish uchun
.ishlatish, o'zlikning tubida yashash orqali erishish mumkin

Inson bu yer yuzida qilgan barcha ishlaridan so'ng,
hayot bo'shdek tuyuladi, chunki oxir-oqibat ular hamma
narsani ortda qoldirishlari kerak bo'ladi. Bir kun keladiki,
inson barcha moddiy boyliklaridan ajraladi. Odamlar
boyliklari va qudrati uchun boylarga hasad qilishadi, lekin
ular ham hamma narsani ortda qoldiradilar va bu yerdan
.ularga faqat ishlari hamroh bo'ladi

Shogirdlardan biri ruhiy tajribada muvaffaqiyatsizlikka
uchradi va o'zini afsus va achchiqlik bilan ayblay boshladi.

:Ustoz Paramhansa unga shunday dedi

O'zingizni gunohkor deb hisoblamang, chunki agar
shunday qilsangiz, ichingizdagi ilohiy ongni bulg'aysiz. Nima
uchun o'zingizni zaif tomonlaringiz bilan bog'laysiz? Buning
o'rniga, o'zingizga bu haqiqatni tasdiqlang: "Men Xudoga
:yaqinman va U meni sevadi". Unga ibodat qiling
Xudoyim, men noshukur bo'lsam ham, yaxshi bo'lsam"
ham, men senikiman. Yo Rabbim, Senga bo'lgan xotiramni
".va sog'inchimni uyg'ot

Dono Paramahansa o'zi haqida haddan tashqari ko'p
gapirgan takabbur mehmon bilan suhbatlashgandan so'ng
:shunday dedi

Ilohiy rahmat yomg'irlari mag'rurlikning yuksak"
cho'qqilarida to'planmaydi, balki kamtarlik vodiylariga
"osongina oqib tushadi

Bu Yer xuddi bitta global oilani panoh topadigan katta
uyga o'xshaydi, uning markaziy issig'i quyosh bilan
ta'minlanadi, bir xil oy bilan yoritiladi va bir xil yulduzlar
bilan bezatiladi. Uning a'zolari bir xil havodan nafas oladi, bir
xil ovqat yeydi va bir xil suv ichadi. Barcha inson tanalari
og'riq va jarohatlarga sezgir. Barcha tillar ortida bitta fikr va
barcha xalqlarning barcha milliy xususiyatlari va
.xususiyatlari ortida bitta insoniy tabiat yashiringan

Rabbim, har bir harakatimda Sening huzuringni his
qilishimga ijozat bergin. Sening yo'l-yo'riqlaring nurini to'sib
qo'yadigan qo'rquv soyasini yo'qotishga yordam bergin.
Sening kelishing tongini kutar ekanman, sog'inch gullarim
.qalbim bog'ida gullasin

Men ilohiy sevgi ipi bilan bog'langan munchoqlari bilan
sog'inch tasbehimda duolarimni o'qiyman
Sevimli Xudoyim, meni Senga eng yoqimli kuylarni
kuylaydigan hayot bulbuli qilgin. Senga bo'lgan orzularim va
.sog'inchimdan ijob qilishimga ijozat bergin
Senga yetib borish uchun ko'tariladigan narvon
Hayotning to'lqinli ko'lida men sizning kosmik
hayotingizni ko'raman. Sizdan qiyinchilik cho'llaridan oqib
o'tayotgan orzularim daryolarini yo'naltirishingizni
so'rayman, toki ular sizning kosmik okeaningiz bilan
.aralashib ketsin

Gunoh - bu insonni Xudodan bexabar va U haqida
.beparvo qiladigan har qanday narsa

Men hayot va o'lim bargidagi shudringning titroq
.tomchisiman, qirg'oqsiz ilohiy dengizingga qarab oqaman

Men sening shudringning adashgan tomchisiman,
nihojat samoviy uyga qaytaman
Men o'tmish, hozirgi va kelajak gulbarglarida raqsga
tushayotgan abadiy shudringning bir tomchisiman
Men sening shudringning bir tomchisiman, sevgidan
mast bo'lib, yer yuzidagi vasvasalar bargi ustidan xavfsiz
suzib, donoligingning sof, beg'ubor suvlari bilan
aralashaman. Men o'zimni yo'qotishni emas, balki keng
okeaning bilan birlashib cheksiz kengayishni istayman. Ha,
men sening shudringning bir tomchisi bo'lishni istayman, uni
.Xudoga chanqoq har bir lab ho'plab ichadi

Xudo sizni hamma noto'g'ri tushunganda tushunadi. U
sizga mehr bilan g'amxo'rlik qiladigan va sizga doimo rahm-
shafqatli bo'lgan mehribon Zotdir. Boshqalar sizga qisqa
vaqtga mehr berishadi va keyin sizni tashlab ketishadi. Lekin
.Xudo sizni hech qachon tark etmaydi va tashlab ketmaydi

Iroda kuchi fikrni energiyaga aylantiradi va ajoyib
muvaffaqiyatga erishganlar sobit irodali insonlardir. Inson o'z
irodasini rivojlantirganda, u qanchalik katta qiyinchiliklarga
duch kelmasin, noqulay sharoitlarga berilmaydi, aksincha,
.hayot jangida mag'lub bo'lmasligini o'ziga doimo tasdiqlaydi

Mag'rur ratsionalistlardan biri murakkab falsafiy
masalalarni muhokama qilayotganda ustoz Paramahansani
chalkashtirib yuborishga urindi, shuning uchun ustoz
tabassum bilan dedi: "Haqiqat hech qachon savollardan
."qo'rqmaydi

O'qituvchi shunday dedi: "Xudo bizni tashlab ketishi yoki
tark etishi mumkin emas. U bizga yordam berish va ma'naviy
taraqqiyotimizni tezlashtirish uchun har tomonlama
."yashirincha ishlaydi

Buyuk insonlar hamma narsaga Xudo tomonidan
berilgan diqqatni jamlash kuchi orqali erishadilar, bu kuch
meditatsiya orqali o'stirilishi mumkin. Ushbu diqqatni
jamlagan ilohiy kuchdan foydalanganimizda, biz
muvaffaqiyatga erisha olamiz va tanamizni, ongimizni va
.ruhimizni rivojlantira olamiz

Sharq xalqlari, qoida tariqasida, ma'naviy jihatdan
moyil. Ular hayotga falsafiy nuqtai nazardan qarashadi va
tafakkurga bo'lgan tabiiy moyilligini rivojlantirishadi. Biroq,
ko'plab sharqliklar bo'sh vaqtlarini ma'naviy bilimlarni izlash
o'rniga bekorchilik va dangasalik bilan o'tkazadilar, ammo
.ular hali ham yuksak ma'naviy ongga ega

Inson ko'zlarini yumganda, butun dunyo faqat qiyinchilik
va azob-uqubatdan iborat deb o'ylaydi, lekin donolik ko'zini
ochib, xotirjamligi va muvozanatini saqlaganida, u bu
dunyodan xuddi yoqimli film tomosha qilayotgandek
.zavqlanadi

:Meditatsiya qilishni boshlash uchun
Umurtqa pog'onangizni tekis qilib, qimirlamang va
bezovta ko'zlaringizni ko'z qovoqlaringiz bilan yoping. Ularni
qimirlatmang. Tanangizning massasini his qilishdan
ongingizni ozod qiling va og'ir mushaklaringiz va
suyaklaringizga bog'langan nervlarni bo'shashtiring. Dag'al
go'sht bilan o'ralgan zich suyaklarni ko'tarish va
.harakatlantirish g'oyasini unuting
Bo'shashing, ongingizni jismoniy yukni anglashdan ozod
qiling. Jismoniy vazningiz haqida o'ylamang, balki ruhingiz
og'irlikning doimiy xususiyatidan ozod bo'lganini his qiling.
Fikrlaringiz yuqoriga, pastga, chapga va o'ngga, cheksizlikka
.yoki xohlagan joyingizga ko'tarilsin

Tanadan ruhiy ozodligingizni his eting va o'ylang. Orzu
qiling, yashang va bu yuksalishni his qiling. Belgilangan
holatda o'tirganingizda, bu erkinlik barqaror va doimiy
.ravishda oshib boradi

Ko'z qovoqlaringiz eshiklarini yoping va shahvoniy
vasvasa raqslarini to'xtating Ongoingizni qalbingizning
cheksiz va cheksiz bulog'iga tushiring Ongoingizni hayotiy qon
bilan oqayotgan yuragingizga singdiring va uning ritmik
urishini his qilmaguningizcha diqqatingizni uning torlarida
tarang tuting Har bir urish bilan hayotning qudratli pulsini his
eting

Millionlab insonlar va milliardlab boshqa
mavjudotlarning qalblari eshiklarini taqillatgan xuddi shu
.koinot hayotini tasavvur qiling

Yuragingizning tinimsiz urishi bilimingiz darvozalaridan
tashqarida cheksiz kuch borligini muloyimlik bilan e'lon
qiladi. Har tomonlama qamrab oluvchi hayotning mayin
:pulsatsiyalari sizga pichirlaydi

Hayotimning shunchaki ozgina oqimini qabul qilmang,"
balki his-tuyg'ularingiz doirasini kengaytiring va menga
qoningizni, tanangizni, ongingizni, his-tuyg'ularingizni va
ruhingizni kosmik hayotimning pulsiga botirishga ijozat
".bering

Biz har doim nima qilmoqchi ekanligimiz va bu bizga
qanday ta'sir qilishi haqida o'ylashimiz kerak
Impuls va instinktga tayanib harakat qilish erkinlik
emas, chunki noto'g'ri harakatlarning qoniqarsiz oqibatlari
kishandir. Bizning idrokimiz bizga yaxshi va yaxshi
natijalarga olib kelishini aytadigan ishlarni qilish kerak,
chunki ular qoniqish va erkinlik hissini beradi. Bu oqilona
.yondashuv omad va baraka keltiradi

Shogird Xudo bilan uyg'unlikda ekanligini anglaganida, u
ruhan quvonadi va quvonch bilan xitob qiladi: "Ey Rabbim,

men dunyoda Sendan ko'ra ajoyibroq va shirinroq narsani
."topmadim

Shamol o'ynayapti
Va daraxt xo'rsinadi
Va quyosh tabassum qiladi
Va daryo tebranadi
Va yer o'zining qora yulduzli libosini almashtiradi
Yorqin oltin rangli libosda
Va tabiat o'zining go'zalligini namoyish qilishni yaxshi
ko'radi

Quvonchli fasllarning ranglarini o'zgartirish
Va gursillab oqayotgan oqim har doim harakat qiladi
Ruh ilhomlantirgan chuqur fikr haqida duduqlanish
Va qushlar qo'shiq aytishni va jiringlashni xohlashadi
Uning qalbida noma'lum narsalar qaynab turgan holda
Lekin insonda qobiliyat bor
Notiq va aniq hamda yangi ma'nolar bilan gapirish
Koinotning Xo'jayini haqida
hamma joyda mavjud
Qolgan mavjudotlar qila olmagan narsa
Uni oshkor qilish va uning hozirligini e'lon qilish haqida

O'qituvchi Paramhansa o'quvchilardan birini jiddiy xatosi
:uchun jazolash zarur deb topdi va keyinroq xo'rsinib dedi
Men boshqalarga faqat sevgi orqali ta'sir o'tkazishni"
qanchalik xohlayman, chunki ularni boshqa yo'l bilan
tarbiyalashdan qochishning iloji yo'qligini anglaganimda
".yuragim ezilib, og'riydi

Tafakkur maskanida men ikkita sham yoqaman: tong
shami va uyg'onish shamim. Mening g'ayratli sog'inchimning
nafis gulchambarlari Sening hamma narsani qamrab oluvchi
huzuringning oyoqlarini o'rab oladi. Yuragim qozonida gullab-
yashnayotgan sevgingning xushbo'y hidi hayotimning har bir

burchagiga singib ketadi. Qo'rquvlarim va xayollarim soyalari
Sening nuringning nurida yo'qoldi, ey Xudo, meni bu
o'tkinchi mavjudlikning orzularidan abadiy uyg'otding.
Doimiy hushyorlik va g'ayratli nigoh bilan men Sening
cheksiz yuzingga tinimsiz tikilib, uning noyob va doimo
!mavjud bo'lgan ifodalarini o'ylab yuraman

G'azab yoki nafrat insonni qamrab olganda, ular
nosog'lom tabiatni egallaydilar. G'azabga berilib ketgan
odam o'z his-tuyg'ularini nazorat qila olmaydi va
boshqalarga zarar etkazishi mumkin. Shuning uchun,
zo'ravonlik hissiyotlariga o'z harakatlarini boshqarish va
boshqarishga yo'l qo'yish xatodir, chunki bu o'zini barcha
depressiya va ruhiy tushkunlik manbai bo'lgan qattiqqo'llik
va zararli kayfiyatlar kamerasiga qamab qo'yadi. Bu noqulay
ruhiy holatlardan qochish uchun jismoniy ong bilan
chambarchas bog'liq bo'lgan bu his-tuyg'ularni yo'q qilish
kerak. Meditatsiya [ya'ni qalb, jon va ong bilan Xudoga
.murojaat qilish] - bu yo'l

:Tasdiqlashlar

Men fikrlarim va so'zlarimni faqat go'zal va haqiqiy
narsalar ulardan chiqishi uchun himoya qilaman. Men
Xudoga to'liq ishonch bilan harakat qilaman, Uning kuchi
men orqali oqib o'tishini, Uning hamma joyda mavjudligi
meni o'rab olishini va Uning g'amxo'rliqi meni kuzatib
.turishini bilib

Rabbim, men materiya pardalarini teshib o'tdim va
Sening sevgingni topdim va endi men kosmik ong va
ma'naviy go'zallikni ifoda etish vositasi ekanligimni
angladim. Men barcha kuchim va qobiliyatlarimni Sening
.ilohiy irodangni ochib berishga bag'ishlayman
Seni o'ylaganimda, ichimda alangali sog'inch to'lqini
paydo bo'ladi, his-tuyg'ularimni qo'zg'atadi va yuragimdan
borlig'imning har bir hujayrasiga tarqaladi, uni ilohiy sevgi

bilan to'ldiradi. Mening eng chuqur istagim - borlig'ingning
tubiga yetib borish va huzuringda zavqlanish. To'satdan
qalbimning eshigi ochiladi va oh, sening nuringni ko'rib meni
!qamrab olgan quvonch

Ey hamma narsani qamrab oluvchi Ruh, Sen bilan
birlashib, men kosmik hayotning nabziga aylanaman. Men
qalblar dengizida suzaman va muqaddas insoniy tuyg'ular
to'lqinlarida raqsga tushaman, barchaga muborak quvonch
bag'ishlayman. Men ulug'vor intilishlarning universal oqimini
.qo'yib yuboraman

Men boshqalarga mehr-shafqat bilan to'kilgan barcha
ko'z yoshlar bo'laman Men avliyolarning oltin sukunatida va
pushti aqlarning gullab-yashnayotgan umidlarida hozir
bo'laman Ey sodiq tilaklar beruvchisi! Mening abadiy
uchqunim cheksiz nuringiz bilan aralashganda, men har bir
.ko'zda chaqnayman

Hayotning yozgi kunlarida men mehribon qalblar
bog'larida gullaydigan shirin fazilat gullaridan his-tuyg'ular
nektarini to'playman va qalbimda kechirimlilikning baland
rayhonining distillangan mohiyatini, kamtarlikning nozik
xushbo'y kurtaklarini va noyob, mayin fikr lotus gullarini
saqlayman. Qish sinovlarining sovuq qorlari va yer yuzidagi
ajralishning og'riqli azobi meni qamrab olganda, men
yuragim hujayrasida saqlangan nektardan ilqlik va taskin
izlayman. Sizning huzuringiz bilan baraka topgan o'sha
hujayrada men ko'pincha ilohiy asalari mening eski
orzularimning shirinligini ho'plab olayotganini ko'raman va
.xotirjamlik, quvonch va taskinni his qilaman

Ichki xotirjamliksiz moddiy boylikka ega bo'lish, ko'lda
suzib yurganda chanqoqlikdan o'lishga o'xshaydi. Agar
moddiy ehtiyojdan qochish kerak bo'lsa, unda ma'naviy
qashshoqlikdan nafratlanish kerak, chunki bu barcha insoniy

azob-uqubatlarning ildizidir. Farzandlariga katta miqdorda pul qoldiradigan boy ota-onalar ko'pincha ularning psixologik o'sishini bo'g'ib qo'yadilar va rivojlanishi va baxtiga to'sqinlik qiladilar, bu esa ularning o'z harakatlariga bog'liq

:Tabassum kuni munosabati bilan

Qiyin bir lahzada men sizning ovozingizni, kosmik onamni pichirlayotganini eshitdim: "Mening himoya quyoshim sizning eng yorqin va eng qorong'u soatlaringizga teng ravishda porlaydi. Xavotir olmang, bolam, lekin ishonang va tabassum qiling! Mening shifobaxsh nurim sizning shaffof tabassumlaringiz orqali porlasin. Baxtli bo'lish" orqali siz meni baxtli qilasiz va qoniqtirasiz, bolam

,Ey Rabbim

Ilhomangiz shabadalari endi sof va tiniq ko'rinadigan ongim ufqidan barcha bulutlarni tarqatib yubordi. Toza ko'zlar bilan men sizni hamma joyda yolg'iz ko'raman. Muborak quyoshingizning nurlari mening borlig'imning eng tubiga kirib boradi va asrlar davomida ochlik bilan men .sizning muborak nuringiz bilan oziqlanaman

Ustoz Paramahansa bir guruh shogirdlariga shunday

:dedi

Ruhiy ko'z orqali ilohiy ongga chuqur kirib" borganingizda, to'rtinchi o'lchov ichki dunyoning mo'ljizalari bilan porlayotganini ko'rasiz. Bu holatga erishish qiyin, lekin bu naqadar ajoyib va quvonchli holat! Meditatsiyangizda xotirjamlikka erishish bilan kifoyalanmang, balki butun qalbingiz bilan Xudoning tinchligiga va Uning ne'matiga ".chanqoq bo'ling

Dunyoga birodarlik sevgisi, birlik, tenglik va Xudoga bo'lgan muhabbat va Uning axloqiy qonunlariga rioya qilish bilan to'la yurak kerak. Muammolar va qiyinchiliklar insonning ma'lum bir joyda va vaqtda sodir etilgan

o'tmishdagi harakatlaridan bexabarligidan kelib chiqadi.

Ularning hozirgi azob-uqubatlari ular aytgan fikrlar va amallardan kelib chiqadi, ular ong tuprog'ida ildiz otib, o'simlikka aylanib, o'sha fikrlar va harakatlarning mohiyatini .aks ettiruvchi mevalarni beradi

Xudo sevadigan ma'bad xotirjamlik, tinchlik, sevgi va go'zallik ma'badi bo'lib, u ma'badga kirgan har bir kishi ruhiy .xotirjamlikka to'ladi va ilohiy huzurga tegadi

Inson o'zini takomillashtirish va boshqalarga foyda keltirish uchun foydali ishlar bilan shug'ullanishi kerak va Xudoni bilishni istagan har bir kishi har kuni iloji boricha yaxshilik qilishga va boshqalarga yordam berishga harakat .qilishi kerak

Tashqi xulq-atvor insonning ichki hayotini aks ettiradi.

Tashqi hashamat baxt keltira olmaydi, chunki baxt inson .o'zini va hayot yo'lini qanchalik yaxshi boshqarishiga bog'liq

Har kuni ertalab uyg'onganimda, ijobiy qarorlar qabul qilaman va ularni bajarishga o'zimga va'da beraman. Keyin kun davomida o'sha qarorlarni qayta ko'rib chiqaman va ularni amalga oshirishga o'zimni undayman. O'zimga va'da qilgan narsamga erishganimni anglaganimda, o'zimni g'olib his qilaman. Bunday o'z-o'zini hal qilish majburiyatlari qat'iyatni kuchaytiradi va iroda kuchini mustahkamlaydi; aks holda, inson o'zini notinch his-tuyg'ular ostida qolib, salbiy .his-tuyg'ular hukmronligi ostida qolishi mumkin

Do'stlik uydan boshlanishi kerak Agar oilangizda sizga juda mos keladigan odamni topsangiz, avval o'sha do'stlikni rivojlantiring. Keyin, agar siz o'xshash qadriyatlarga ega bo'lgan tanishlaringizdan biriga qiziqsangiz, o'sha do'stlikni rivojlantiring. Barcha xudbin istaklar va shaxsiy hisob-

kitoblarga barham berish va yaxshi odamlar bilan do'stona
.munosabatlarni mustahkamlash kerak

Xudoni sevuvchilar mening haqiqiy aka-ukalarim va opa-
singillarimdir. Men johillarga achinaman va takabburlar bilan
muloqot qilishdan qochaman, lekin men Xudoni
sevuvchilarga yaqinman va ular bilan muloqot qilishdan
.xursandman

Ilohiy sevgini tasvirlab bo'lmaydi, lekin uni qalb
poklanganda va kosmik sevgiliga intilish kuchayganda his
qilish mumkin. Aql va his-tuyg'ular Xudoga qaratilganda,
.ruhiy quvonch qalb bulog'idan mo'l-ko'l oqib chiqadi

Yuragimning tubida senga maxfiy taxt qurdim. Sevinch
shamlarim sening kelishingni intizorlik bilan xira yonib turadi
.va sen paydo bo'lganingda ular yanada yorqinroq porlaydi

G'amgin kayfiyatga berilish sekin o'limdir, barcha
notinch va qayg'uli sinovlarga qaramay, har kuni quvnoq va
optimistik his qilishga harakat qilish esa yangi ruhiy
.tug'ilishdir

Xudoni topsangiz, chinakam va abadiy qoniqishni his
qilasiz. Insoniy do'stlik buzilishi va yorilishi mumkin, ammo
Xudo sizni hech qachon tark etmaydi. Agar hamma sizni tark
etsa ham, agar Xudo siz bilan bo'lsa, siz bu hayotda hamma
narsaga egasiz va eng to'liq va mo'l-ko'l ulushga ega
.bo'lasiz

Ustoz Paramahansa ilohiy nurni ko'rish imkoniyatiga
:shubha qilganlardan biriga shunday dedi
Agar shubha qilsangiz, ko'rmaysiz; agar ko'rsangiz,"
"shubhalanmaysiz

U darslarni keyinga qoldirayotgan talabalar guruhiga
:shunday dedi

Siz hayotingizni tartibga solishingiz va vaqtingizni"
boshqarishingiz kerak, Xudo tartib yaratdi; quyosh quyosh
".botguncha chiqadi va yulduzlar tong otguncha miltillaydi

Ko'pincha odamlar o'z nuqtai nazariga ko'ra gapirishadi
va harakat qilishadi, kamdan-kam hollarda narsalarni
boshqasining nuqtai nazaridan ko'rishadi yoki ko'rishga
harakat qilishadi. Agar ikki kishi janjalga aylanib, keyin
janjalga aylanib ketsa, ayb ikkalasida ham bo'ladi, janjalni
kim boshlaganidan qat'i nazar. Aql-idrok va donolikka ega
bo'lganlar masalalarga mantiqan, oqilona va tushunarli
.yondashadilar

Tong otganda uyg'onib, uxlab yotgan sevgimni
uyg'otaman, toki u qalbmida tinchlik Xudosiga chinakam
sadoqat nurini sochsin. Ey Rabbim, sadoqatning
chaqmoqtoshidan qurilgan ko'rinmas ma'badda qalbmning
kamtarona qurbonliklarini qabul qil, har kuni iltijoda
.yangilansin

O'zingizni donolik qal'asida, eng buyuk boshpanada
himoya qiling. Mukammal tushuncha sizni hech narsa sizga
.zarar yetkaza olmaydigan joyga olib boradi

Ustoz Paramahansa bir guruh shogirdlariga shunday
:dedi

Tavba shunchaki xatodan afsuslanishni emas, balki uni"
qayta takrorlamaslikni anglatadi. Chin dildan tavba
qilganingizda, yomonlikka qaytmasdan uni tark etishga qaror
qilasiz. Qalb qattiq va osonlikcha yumshamaydi. Uni ibodat
va iltijo bilan yumshating, shunda sizga ilohiy ne'matlar
".yog'iladi

Biz ko'pincha oilada, otalar yoki o'g'illar bo'lsin,
boquvchi yoki ta'minotchi sifatida, ba'zi jamiyatlarda esa
onalar yoki qizlarni topamiz, ular o'z fikrlarini nazorat qilish
va majburlash huquqiga ega bo'lgan mavqega ega
ekanliklarini his qilganliklari sababli avtoritar moyillikni
.namoyon etadilar

Bu mayda diktatorlar o'z g'azablarini ularga muhtoj va
ularga tayanadigan oila a'zolariga qaratmasliklari kerak.
Agar shunday qilsalar, ular yaqinlarining hurmati va
.ehtiromini yo'qotadilar

Kimdir tug'ilishdanoq irodasi zaif va kuchli bo'la olmaydi,
deyish noto'g'ri gap, chunki bunday odam buyuk bo'lib,
hayotning barcha jabhalarida ajoyib ishlarga erishishi
.mumkin

Inson boshqalarga o'z sevgisi va ezgu niyatlarini his
qilishiga imkon bersa, uning sevgisi kengayib, barcha
.qalblarda oqadigan umuminsoniy sevgi bilan uyg'unlashadi

Ruhning xotirjamligida, aqliy diqqat va ortib borayotgan
orzular bog'ida ilohiy sevgining cheki yo'q va muborak
mavjudlikni his qiladigan va birlik nektarini tatib ko'radigan
.kishi baxtlidir

:ibodat

Rabbim, menga begunoh bolalarning Senga bo'lgan
ishonchini va Senga to'liq sadoqatni ato et. Menga duolarim
ortida Sening yaqinligingni his qilishim, barcha his-
tuyg'ularimda Sening huzuringni his qilishim va Sening nurli
donoliging mening tushuncham va bilimlarimni qo'llab-
.quvvatlashini anglashim uchun baraka ber

O'qituvchi Paramhansa o'quvchilardan birini
:maqtagandan so'ng, u qo'shimcha qildi
Sizga yaxshi ekanligingiz aytilganda, o'zingizdan ham"
yaxshiroq bo'lishga intilishdan to'xtamasligingiz kerak.
Doimiy takomillashuvingiz sizga va yaqinlaringizga baxt
".keltiradi

Agar zamonaviy dunyo yetakchilari ma'rifatli bo'lib,
birgalikda ishlaganlarida, ular bir necha yil ichida urush va
qashshoqlikni yo'q qilishlari mumkin edi. Faqat ma'naviy ong
(ilohiy mavjudlik hissi) dunyoni qutqara oladi va u holda
tinchlikka erishib bo'lmaydi. Insoniyat o'zidan boshlashi
kerak, chunki vaqtni behuda sarflash juda qimmatli va
Xudoning shohligini Yerga olib kelishda o'z rolini o'ynash
.insoniyatning burchidir

Do'stlik - bu qalblarni ilohiy sevgi rishtalari bilan
bog'laydigan va ularni bir-biriga yaqinlashtiradigan universal
ma'naviy jozibadir, shunda qalblar chanqog'ini qondiradi va
qalblar insoniy kanallar orqali oqib o'tadigan samoviy sevgini
.tatib ko'rishdan zavqlanadi

Baxt va farovonlik davrida Xudoga bo'lgan sevgisini
rivojlantirgan va U bilan munosabatlarini mustahkamlagan
kishi, Unga muhtoj bo'lganida, Xudoni yonida topadi, lekin
keyinga qoldirgan va bu munosabatlarni mustahkamlashga
ahamiyat bermaydigan kishi, Oliy Hamrohni topishga qodir
bo'lmaguncha, sinovlarga o'zi duch kelishi kerak bo'ladi -
.donolik va to'liq itoatkorlik bilan

Butun dunyo cheksiz va so'nmas ochko'zlik tufayli
tartibsizlik va yo'qotish dengiziga cho'kib ketmoqda.
Ochko'zlik va ochko'zlik urushlarni keltirib chiqaradi. Haqiqiy
qahramon hayot jangida o'zini mag'lub etgan odamdir. Pul,
shuhrat, shahvat va bu tamoyilga zid bo'lgan barcha narsalar
.bizning tinchligimiz va baxtimizga zarar keltiradi

Xudo qalbning xotirjamligida namoyon bo'ladi va biz
Uning huzurini to'lib-toshgan quvonch hissi orqali his qilamiz,
shunda bizning ma'naviy istaklarimiz amalga oshadi va
.orzularimiz va sevgimiz o'z maqsadiga yetadi

Agar ma'naviy bilimlar tabiiy fanlar taraqqiyoti va
texnologik innovatsiyalarga parallel ravishda
rivojlantirilmasa, shaxslar va millatlar baxtsizlik va
.vayronagarchilik labirintlarida adashib qoladilar

Xudo bizning Unga kelishimizni va Uni tanib-bilishimizni
xohlaydi, lekin ko'pchilik odamlar buni xohlamaydi. Biroq,
dunyo ularning ko'zlarida qorong'ulashganda va muammolar
tuzog'iga tushib qolishganda yoki kasallik qurboni
bo'lishganda, ular Unga yolvorish va Undan yordam
.so'rashga shoshilishadi

Ko'pchilik Xudoni izlashdan ikkilanadi, agar shunday
qilsalar, hayot xira, quvonch va go'zallikdan mahrum bo'ladi,
deb o'ylaydi. Ammo buning aksi haqiqat. Xudo bilan
mukammal uyg'unlikda boshdan kechiradigan sof baxtimni
so'z bilan ifodalab bo'lmaydi; Men kechayu kunduz ruhiy
quvonchda yashayman. Bu quvonch Xudoning marhamati va
Xudoni bilish baxtsizlikdan xalos bo'lish va tinchlik va
.mamnunlik hissini anglatadi

Bu hayotdagi ko'pchilik odamlar uchun kalit so'z "men".
Ma'naviy kayfiyat va moyillikka ega bo'lganlar boshqalarni

o'zlari haqida o'ylagandek o'ylashadi. Faqat o'zlari haqida o'ylaydiganlar atrofdagilarning adovati va g'azabini keltirib chiqaradilar. Ammo boshqalarning his-tuyg'ulari va manfaatlarini hisobga oladiganlar, boshqalar ular haqida o'ylashlarini va ularning his-tuyg'ularini hisobga olishlarini .ko'rishadi

Agar bir shaharda yuz kishi bo'lsa va har biri boshqasidan tortib olishga harakat qilsa, har birining to'qson to'qqizta dushmani bo'ladi. Agar har biri boshqasiga yordam berishga harakat qilsa, har birining to'qson to'qqizta do'sti .bo'ladi

Men shunday yashadim va boshqalarga berish orqali hech narsa yo'qotmadim. Aslida, bergan hamma narsam menga Xudoning inoyati bilan ko'paytirilib qaytdi. Endi men hech narsaga intilmayman, chunki ichimdagi tubsizlik dunyo taklif qila oladigan har qanday narsadan ulug'roq va qadrliroqdir. Inson chinakamiga baxtni izlaydi va baxtga erishgandan so'ng, unga olib keladigan sharoitlarga ehtiyoj .yo'qoladi

Boshqalarga yaxshi niyatlaringizni yuborganingizda, xabardorligingiz kengayadi. Qo'shningiz haqida o'ylaganingizda, borlig'ingizning bir qismi shu fikr bilan birga faollashadi. Lekin yolg'iz o'ylashning o'zi yetarli emas; biz fikrlarimizni amalga oshirishga tayyor bo'lishimiz kerak. Altruizm o'z amaliyotchisiga ko'plab ne'matlar va katta baxt keltiradi, chunki altruizm orqali inson o'z baxtini saqlab qoladi. Mening maqsadim boshqalarni baxtli qilishdir, chunki .mening baxtim ularning baxtidan kelib chiqadi

Fikr barcha muammolarning manbai va baxt manbaidir. Inson barcha tajribalaridan kuchliroq, chunki Xudo unga ongi

va tanasini boshqarish qudratini bergan va uning ongi salbiy
.fikrlar bilan zaharlanmasligi kerak

Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganlar hayotning eng katta
va eng dahshatli qiyinchiliklarini yengib o'tishlari mumkin. Va
bu umumbashariy orzu ba'zan dahshatli tushga o'xshab
tuyulishi mumkin bo'lsa-da, biz Xudo bilan uyg'unlikda
.bo'lganimizda, o'zimizni bu dahshatli tushdan ozod topamiz

Ikki soat ichida tug'ilib, ko'payib va nobud bo'ladigan bir
turdagi bakteriyalar mavjud. Bu turdagi bakteriyalar odamlar
uzoq vaqt, ehtimol sakson yil ichida bajarishi kerak bo'lgan
.ishni bir kunda yoki undan ham kamroq vaqt ichida bajaradi
Biz yashayotgan yetmish yoki sakson yil abadiyatning
o'tkinchi lahzasidir. Nisbiy nuqtai nazardan qaraganda, biz
bilan sodir bo'ladigan barcha narsalar yuqorida aytib o'tilgan
bakteriyalar bilan sodir bo'lganidek taxminan bir xil tezlikda
.sodir bo'ladi

Shuning uchun biz vaqtni behuda sarflamasligimiz, istak
va injiqliklarimiz bizni boshqarishiga yo'l qo'ymasligimiz
kerak, shuningdek, vijdonimiz ma'qullamaydigan ishlardan
qochishimiz kerak. Inson o'zini, fikrlarini, his-tuyg'ularini va
harakatlarini boshqarganda, hech kim yoki hech narsa ularga
.ta'sir qila olmaydi

Hayot qo'pol yerda uxlab yotadi, gullarda go'zallikni orzu
qiladi va hayvonlarda va inson ongida kuchli uyg'onadi,
.uning cheksiz salohiyatini anglaydi

:Donolar aytadilar

Xudoga bo'lgan sevgi va fazilat bilan rag'batlantirilgan
yaxshi ishlarning samarasi uyg'unlik va poklikdir. Xudbin
istaklar va ambitsiyalar bilan rag'batlantirilgan ishlarning
samarasi og'riq va azobdir. Yomon ishlarning samarasi
.johillik va ahmoqlikdir

Yaxshi amallar baxt keltiradi, o'zini sevish bilan boshqariladigan dunyoviy harakatlar esa azob-uqubat va og'riqqa olib keladi. Boshqa tomondan, davom etayotgan yomon amallar insonning idrok va tushunish qobiliyatini yo'q qiladi.

Ba'zilar adibning ismini quyidagicha yozadilar:

Paramahansa yoki Paramahansa Yogananda

Pastdan yuqoriga: Muvaffaqiyat hikoyasi

Ustoz Paramhansa Yogananda tomonidan ko'proq
ma'ruzalar

:Quyidagi havolada

[wwwswaidayogacom](http://www.swaidayogacom)

Bu doimiy ravishda muvaffaqiyatsizlikka uchragan,) ammo ijodiy fikrlash va ijobiy tasdiqlarni qo'llash orqali oxir-oqibat muvaffaqiyatsizlik sabablarini yengib o'tgan va muvaffaqiyatni o'z irodasiga bog'lay olgan inson haqida (tarjima qilingan haqiqiy hikoya

Tabiatan muvaffaqiyatga erishgan odamlar bo'lgani kabi, odat tufayli muvaffaqiyatsizlikka uchragan odamlar ham bor

Do'stim va shogirdim (S) tug'ma muvaffaqiyatsizlikka uchragan edi. To'g'ri, u aqlli, mehnatkash va pul topishga ishtiyoqli bola edi, lekin u ish yoki martaba haqida o'ylashi .bilanoq, muvaffaqiyatsizlik omillari uni boshidanoq o'rab oldi

Bir kuni u menga qo'li bo'sh, kreditorlar tomonidan ta'qib qilingan, do'stlari tomonidan tashlab ketilgan holda .keldi va mendan maslahat so'radi

Men undan muammolarining sababini so'radim va u

:shunday dedi

Janob, men muvaffaqiyatsizlikka uchragan odamman."

Nimagadir bilmayman, ishga kirishim bilan uni yo'qotaman va ishlaydigan joyim ham zarar ko'radi. Ish beruvchi meni ishga olganidan ko'p o'tmay o'z biznesini yo'qotadi. Shuning uchun, meni ishga oladigan ish beruvchilarning manfaatlariga putur yetkazishdan qo'rqib, ish qidirishdan qo'rqaman. Mening beqarorligim tufayli, meni ishga oladigan kompaniya bankrot deb e'lon qilib, eshiklarini yopib, natijada meni ishdan bo'shatishi sababli, muqarrar ravishda ishimni yo'qotishimga aminman. Shuning uchun, men shunchaki ular bilan aloqam tufayli boshqa odamlarning biznesini barbod ".qilishga haqqim yo'q

Men unga kichik bir kompaniyada ish topishga muvaffaq

bo'ldim va undan har oqshom, yotishdan oldin va uyg'onganimda quyidagi tasdiqni o'ziga takrorlashini :so'radim

Kun sayin va har kuni men o'z ish sohamda tobora"

"ko'proq muvaffaqiyatga erishmoqdaman

Bir oy o'tdi va (S) meni ogohlantirdi: "Janob, siz yollagan kompaniya beqarorlashib bormoqda va uning ahvoli umidvor emas. Sizdan iltimos qilaman, u butunlay qulashidan oldin meni bu vaziyatdan chiqarib yuboring, chunki kompaniya barbod bo'lganda baribir ishimni yo'qotaman. Lekin mening hozir iste'foga chiqishim kompaniyani mening baxtsiz ikkilanishlarim tufayli muqarrar va mash'um taqdirdan ."qutqarishi mumkin

Men (S)ning gaplariga e'tibor bermay kuldim va buning

o'rniga undan o'z fikrini ta'kidlashda davom etishini va ishini saqlab qolishini so'radim. Bir necha hafta o'tgach, u bir kuni :kechqurun oldimga kelib, xo'rsinib dedi

"Men qo'rqqan narsa aynan sodir bo'ldi"

.U undan: "Nima bo'ldi?" deb so'radi

U: "Kompaniya aynan men aytganimdek va bashorat
.qilganimdek quladi", dedi

Men unga e'tiroz bildirib dedim: "O'zingizga: "Kun sayin
va har kuni ish sohamda tobora ko'proq muvaffaqiyatga
erishmoqdaman", deb ishontirganingizda, aslida bu so'zlarni
to'tiqush kabi takrorlayotganingiz rost emasmi? Va shubha
ahtapoti miyangizning burmalarini ushlab turardi, shuning
uchun siz o'zingizga: "Ey ahmoq, o'zingizni muvaffaqiyatga
qanchalik ishontirishga harakat qilsangiz ham, ahvolingiz
yomonlashib bormoqda!", deb aytayotganingiz rost
"?emasmi

. "U javob berdi: "Ha, aslida shunday bo'lyapti

tebranishlar va og'ir salbiy fikrlar ongida paydo (S)
bo'lishi bilanoq, ayniqsa ijobiy tasdiqni takrorlash paytida
ulardan xalos bo'lishni maslahat berdi, chunki qat'iy
ishonchga ega ongli ong ong osti yoki ongsiz ongga ta'sir
qilishi mumkin, bu esa o'z navbatida magnit-rezonans qonuni
.orqali odat kuchi bilan ongli ongga ta'sir qiladi

Men qo'shimcha qildim: "Ijobiy fikrlar va odatlarni tez-
tez tasdiqlash, ular ong ostiga singib, ildiz otmaguncha,
meros qilib olingan yoki orttirilgan ong osti ruhiy to'siqlarini
olib tashlash uchun etarli. Agar tushkunlik va umidsizlik
fikrlari va his-tuyg'ulari ongli yoki ong ostiga singib ketsa,
muvaffaqiyatga erishishning iloji yo'q. Muvaffaqiyat shartlari
orasida ijodiy qobiliyat, qulay sharoitlar va tug'ma moyilliklar
mavjud. Agar siz yuqori ongga cheksiz imkoniyatlari bilan
teginishga qodir bo'lsangiz, unda siz hali ham sizni chetlab
o'tayotgan va siz tushuna olmaydigan muvaffaqiyat uchun
."yangi imkoniyatlar yaratishingiz mumkin

Va men (S)ga avvalgisidan kattaroq boshqa ish topishga yordam bera oldim. Lekin olti oydan keyin (bu do'stimiz ishlagan eng uzoq vaqt edi), u menga bir kuni tushdan keyin: "Kompaniyaning ahvoli tezda yomonlashmoqda, shuning uchun iltimos, mendan tezda qutuling", dedi

Men uning xavotirlariga e'tibor bermadim, lekin undan ishini davom ettirishini so'radim. Bir necha hafta o'tgach, (S) menga tabassum bilan dedi: "Menga tashkil qilgan ikkinchi "Ishingiz behuda ketdi, janob

Men xotirjamlik bilan: "Xavotir olmang, men sizga boshqa ish topaman", dedim

U javob berdi: "Xo'sh, janob, agar siz mening egalari bilan aloqam tufayli boshqa kompaniyani tugatishni o'z zimmangizga olsangiz, men e'tiroz bildirmayman

Doimiy harakatim natijasida men (S) uchun katta kompaniyada juda yaxshi ish topdim. Bir yil o'tdi va hech narsa bo'lmadi, garchi (S) avvalgilari kabi kompaniyaning yo'q bo'lib ketishidan qo'rqib, har hafta kompaniyani tark etishga harakat qilardi

Nihoyat, men undan pulini o'z biznesiga sarmoya qilishni so'radim, u qo'rqib ketdi va menga hayrat bilan tikilib: "Menga shunday qilishni maslahat berasizmi? Agar sarmoya kiritsam, mashaqqat bilan to'plagan pulimni yo'qotib qo'yaman deb o'ylamaysizmi?" dedi

U unga ishonch bilan ishontirdi: "Siz pulingiz va kuchingizni katta investitsiyalarni talab qilmaydigan mahalliy ovqatlanish markazi kabi yaxshi loyihaga sarflashingiz kerak va men sizning muvaffaqiyatingizga aminman

Bir necha yil ichida (S) ko'plab mulklar va yirik omborlarning egasiga aylandi

U o'zining muvaffaqiyatiga amin bo'lgach, qilgan barcha ishlarida muvaffaqiyat qozonganini angladi. Bir kuni u menga kulib dedi: "Xudoga va sizning yordamingizga shukur, men muvaffaqiyatsizlikdan muvaffaqiyatli odamga aylandim. Men muvaffaqiyatsizlikni yengib o'tdim va doimiy muvaffaqiyatsizliklarim haqiqatan ham o'z burchimning yetishmasligidan kelib chiqqanini angladim. Lekin muvaffaqiyatsizliklarim tufayli boshqalarning ishini barbod qilganimdan keyin qanday qilib muvaffaqiyatga erishganimni . "bilmayman

Shuning uchun men unga tushuntirdim: "Siz o'zingiz ishlayotgan manfaatlarning yo'q qilinishiga sababchi bo'lmadingiz. Odamlarni boshqaradigan, o'xshash tebranishlarga asoslangan tortishish qonuni salbiy yoki ijobiy "ishlaydi (xuddi shunday tortadi)

Sizning tug'ma nuqsonli tabiatingiz sizni allaqachon qulash arafasida turgan kompaniyalarga tortdi va aksincha. Shunday qilib, siz muvaffaqiyatsizlikka uchragan edingiz va kompaniyalar ham qulash arafasida edilar. O'zaro tortishish qonuniga ko'ra, siz va o'sha kompaniyalar bir vaqtning o'zida muvaffaqiyatsizlik tepaligidan pastga qulab tushdingiz va .qoyalarga urildingiz

Bu hikoyaning axloqiy jihati shundaki, chinakam muvaffaqiyat yuqori ongning cheksiz kuchini uyg'otish orqali iroda kuchi orqali kerakli narsani yaratishda yotadi. Bu kuchni sog'liq, muvaffaqiyat, donolik va baxtga erishish uchun to'g'ri meditatsiya va ijobiy va ijodiy fikrlashni .o'rganish orqali uyg'otish mumkin

Sizga tinchlik bo'lsin

Ruhning xirmonlaridan

Bilasizmi, nega ba'zi odamlar bunga erisha olmaydilar

Qanchalik urinmasin, ular hayotda qonuniy yo'llar bilan
?nimani izlaydilar

Birinchidan, chunki ko'pchilik odamlar iliq ishtiyoq bilan
ishlaydi

Ular diqqatlarining faqat o'ndan bir qismini sarflaydilar
Shuning uchun ular muvaffaqiyatga erishish uchun
kuchga ega emaslar

Bundan tashqari, sabab noto'g'ri harakatlar bo'lishi
mumkin

Ular buni o'tmishda sodir etishgan va bu ularga zarar
yetkazgan

Surunkali umidsizlik va muvaffaqiyatsizlik holatlari bilan

Lekin hech qachon qabul qilishingiz shart emas

Karma cheklovlari va cheklovlari

Siz ich-ichingizdan bunga ishonmasligingiz kerak

Maqsadlaringizga erisha olmayapsiz

Maqsadingizga erisha olmaganingizda

Sababi ko'pincha o'zingizni ishontirishda yotadi

Siz orzu qilgan narsaga erishish uchun qobiliyatli
emasligingizni

Lekin o'zingizni ishontirganingizda

Siz cheksiz kuchlarga egasiz

Siz ko'plab ajoyib narsalarga erishishingiz mumkin

Xudo bilan bog'lanish ong tebranishlarini o'zgartiradi

Bu tashvishlar bilan to'silgan ong yo'llarini ochadi

Moddiy narsalarga haddan tashqari berilib ketish

Bu fikr va tuyg'uga ma'naviy o'lcham qo'shadi

Natijada, vasiyatnomadagi kishanlar buziladi

Va qalbda erkinlik va sog'lom tasavvur ufqi paydo
bo'ladi

Bu ma'naviy qonun bo'lib, uni qo'llaydiganlarning
.barchasi uchun aniq ishlaydi

Fikr nurlari sochilmasdan diqqatni jamlaganda

Xudoning buyuk kuchi keladi

Va bu kuch tufayli

Siz ma'naviy, psixologik va moddiy muvaffaqiyatlarga
erishishingiz mumkin

Men o'sha muborak kuchdan foydalandim

Hayotimda qayta-qayta

Va men aniq bilamanki, Xudoning kuchi hech qachon

tugamaydi

Agar xohlasangiz, xuddi shunday qilishingiz mumkin

Boshqa kuchlar biroz muvaffaqiyatga erishishi mumkin

Bu uzoq davom etmaydigan muvaffaqiyat

Lekin ong ilohiy magnitlanish bilan zaryadlanganida

Undan ajoyib nur chiqadi

Ilohiy mavjudlik ko'rsatiladi

Tengdoshi yo'q

Bilganlar aytadi

Ilohiy bilimlarni Muqaddas Yozuvlarni o'rganish orqali

olish mumkin emas

Aql va zukkolik bilan ham emas

Hatto falsafaga chuqurroq kirib borish bilan ham emas

Aksincha, bu bilimning shirinligini ilohiy inoyat orqali

.tatib ko'rish mumkin

Faqat qalbi pok insonlar Xudoni tanlaydi va U ularni

tanlaydi

Va Uning inoyati bilan ular Uning nurini ko'rishlari

mumkin

Faylasuflar va ilohiyotshunoslar bilishlari va tan olishlari

kerak

Xudoning tabiati cheksiz ekanligi

Uni tushunish yoki tekshirish mumkin emas

Tor fikrlashning cheklangan tasavvuri bilan

Xudoni bilish uchun biz Uning borligini o'zimiz his

qilishimiz kerak

Xudo O'zini sevganlarga ochib beradi

Oliy ma'naviy baxt hissi sifatida

Inson ongi haddan tashqari yuklangan

Va bu o'zi bilan yuqori haqiqatning mavjudligini aniq
tasdiqlaydi

Insonning tanish tajribasidan oshib ketish
Hech qanday mantiq yoki ilohiyot bunga qodir emas

Bu ajoyib sinov

Chunki ma'naviy tajriba ichki tuyg'ularga asoslangan
Va yumshoq o'lchov va yorqin, ko'zni qamashtiruvchi

yorug'likning intuitiv idroki

Bu mistik tajribaga ega bo'lish uchun

Ilohiy sevgi juda muhim

Xudo haqida jiddiy mulohaza yuritish

Muborak qalbning yolg'izligida

Ruh okeani mening o'z ruhiyatimning kichik bir to'lqiniga

aylandi

Buzilmas

Va u bu dunyoviy sahnada paydo bo'lganmi yoki yo'qmi

Yoki u o'limdan keyin kosmik ong olamida yashiringan

Chunki men abadiy, o'lmas ongman

Abadiylik bag'rida va Oliy Ruh qal'asida himoyalangan

Bugun men boshqalar uchun foydali ish qilaman

Men ochlar uchun qo'limdan kelganini qilaman

Men tinch vijdonim devorlari ortida xavfsiz va

xotirjamman

Eski zulmat yoqib yuborildi

Men faqat bugungi kun bilan qiziqaman

Men eng buyuk yaxshilik nurining uchquniman

Va men mayoq bo'lishni xohlayman

Kemalari cho'kib, halokatga uchragan ruhlar uchun

Qayg'ular dengizida

Bugun men Xudoni tinchlik titragida his qilyapman

Bu umuminsoniy sevgi bilan uyg'unlikda yuragim

torlariga tegadi

Va xotirjam, osoyishta fikrlar taxtida

Tinchlik Xudosi ishimga baraka bersin va ishlarimni

osonlashtirsin

Bugun men aka-uka va opa-singillarimga yo'l-yo'riq
ko'rsataman
Tinchlik darvozasiga
Xudoning Ma'badiga olib boradi
Men qayg'u chekayotganlarni yupatish uchun ishlayman
Va ularning ruhlari xotirjam
Va men ozodlik ufqlariga shoshilaman
Barcha cheklovchi istaklardan voz kechish orqali
Va Xudoga yaqinlashish istagiga sodiq qolish
Bu uning durdona asarlariga tafakkur bag'ishlaydi
Va sevgim shohligiga
Men barcha irq va millat vakillarini taklif qilaman
Toki ular kelib, men bilan yashashsin
Ilohiy sevgi nurida
Sharqiy xazinalar
Sharq-G'arb jurnali
Oltin imkoniyatlar
Hayot yashashga arziydi
Bu o'zingizni bilish uchun oltin imkoniyatlarni taqdim
etadi
Uning xabardorligini yangilash va mavjudlik xaritasidagi
o'rnini aniqlash
Va uning mavjudligi maqsadiga erishish uchun ishlash
Bu bilim ong va tanani quvvatlantiradi
Va qalbni hayotiylik bilan to'ldiradi
U quvonchdan to'lib-toshadi va zavq bilan sakraydi
Insoniyat Yaratuvchisi insoniyat uchun aynan shuni
xohlaydi
Ba'zilar hayot zerikish va charchoqqa to'la deb
o'ylashadi
Ko'p odamlar zerikib, charchagan
Lekin zerikish o'zini yo'qotishni anglatadi
Hayotiy operatsiya xonasi bilan aloqa va aloqa uchun
Hayotni yoqimli qilish uchun
Inson to'siqlarni olib tashlashi va yo'q qilishi kerak

Bu uning va uning hayot bilan organik birligi o'rtasida
turadi

Agar fikrlaringizni bolalik davriga qaytarsangiz edi
Balki o'shanda bo'lganingizni eslagandirsiz
Yangilangan energiya va quvonchga to'la
Sizda ko'chib o'tish istagi kuchli edi
Sakrash, o'ynash va boshqa ko'p narsalar qilish
Siz o'shanda efir dunyosidan yaqinda kelgan edingiz
Va hayotning yuragi bilan bevosita bog'liq
Va siz va hayot o'rtasidagi aloqa simlari
Yuqori darajadagi uzluksiz va samarali ishlash
Chunki siz o'zingiz bilan soddalik ongini olib keldingiz
Quvonch, baxt va ma'naviy tetiklik
U voyaga yetganida
Siz sezilarli darajada yo'qotdingiz
Bu energiya va his-tuyg'ulardan
Lekin vaqti-vaqti bilan
Sizga tanish fikrlar keladi
Va sog'inch shabadalari sizga esadi
Bu xotiralarning ba'zi chaqnashlarini qaytaradi
Uzoq o'tmishdan
Ertalab tinch va chuqur uyqudan uyg'onganingizda
Siz o'zingizni qulay va baxtli his qilasiz
Kundalik hayotdagi chalg'ituvchi narsalar sizni qamrab
olmaguncha
Bu sizning ongingizning katta qismini egallaydi
Va bu boshqalarga qaraganda ko'proq real va
shoshilinch bo'lib qoladi
Barcha qiyinchiliklar, qarama-qarshiliklar va
umidsizliklarga qaramay
Inson o'zi bilan muloqot qilish ustida ishlashi kerak
Son-sanoqsiz xazinalarga boy
Bu hayotni baxtli va shonli qiladi
Arzon g'oyalar va harakatlardan qochish kerak
Va dunyo hayotining arzimas ishlariga berilib ketmaslik

Chunki u ongda o'rnatilgandan so'ng
U miya hujayralariga yopishadi
Ruhdan tinchlik va hamjihatlik yo'q bo'lib ketmaguncha
Va ular bilan birga, nafis g'oyalar va sof tasavvurlar
Shuning uchun, bu mos kelmaydigan energiyalardan
xalos bo'lish kerak
Fikrdan va qalbdan noxush his-tuyg'ularni chiqarib
tashlashdan
Yorug'lik nurlari ularga yetib borishi uchun
Sog'liq, energiya zaryadlari va ne'matlar oqimlari
Ajoyib pasta
Ustoz Paramhansaning ta'limotlaridan ilhomlangan
G'oyalar loy bo'laklariga o'xshaydi, ularni zar yoki dengiz
ilonlariga aylantirish mumkin, ammo ular chaqmoqtoshning
.qattiqligidadir
Har bir inson o'z hayotining o'ymakori va taqdirining
haykaltaroshi bo'lish imkoniyatiga ega
Unga bu ajoyib pastadan bir hovuch olib, undan ajoyib
san'at asari yasashga ruxsat bering, shunda u mo'l-ko'l
.baxtga erishadi
Kosmosdagi chaqmoq chaqnashlarini uylar va
ko'chalarni yoritish uchun simlarga yo'naltirish va fokuslash
.qiyin, ammo bunga erishildi
Koinotning ko'rinmas kuchlarini chaqirish va tizimga
jamlash oson emas. Agar iloji bo'lsa, u insoniyatni
tuzoqlardan himoya qiladi va uni yovuzlikdan himoya qiladi.
Yovuzlikning mavjudligi va kuchiga qaramay, yorug'lik ham
mavjud va yaxshilik yovuzlikdan kuchliroq va uzoq davom
etadi, chunki u koinotdagi eng kuchli kuch bo'lgan va oxir-
oqibat g'alaba qozonadigan abadiy va doimiy haqiqat
.tomonidan qo'llab-quvvatlanadi
Ijobiy, xayrixoh fikrlarga e'tibor qaratish ong va
umuminsoniy pozitivlik manbai, ya'ni yaxshilikning o'zi
o'rtasida samarali aloqa yaratish yoki aniq kanal yaratish
demakdir. Inson yaxshilik haqida qanchalik ko'p o'ylasa,

uning tebranishlari shunchalik ko'p ong va tanaga tortiladi.

Bu tebranishlar ko'plab psixologik va jismoniy holatlarni o'zgartirish kuchiga ega va shunchalik kuchliki, ular shaxsning psixologik va jismoniy tuzilishiga mos kelmaydigan nomuvofiq tebranishlarni avtomatik ravishda .yo'q qiladi

Biror kishi "Men charchadim" deganda, charchoq hissi kuchliroq bo'ladi, chunki u tan olinadi, shu bilan faollikni cheklaydi va energiya oqimini to'sadi. Biroq, agar ular "Menga dam olish kerak" desa, ular o'zlarini ong va tanani tetiklashtiradigan hayotiy oqimlarga ochadilar va hatto qisqa dam olish vaqtida energiya to'liqlinini boshdan kechirishlari .mumkin

Ruhiy tushkunlikka sabab bo'ladigan umidsizlikdan, unga e'tibor qaratmaslik, yoqimli tajribani eslash yoki sevadigan, ishonadigan va o'zingizni qulay his qiladigan odamlar haqida o'ylash orqali, shu bilan birga, umidsizlik qanchalik zich va xavfli ko'rinmasin, o'tib ketayotgan yozgi .bulut ekanligiga amin bo'lish orqali qochish mumkin Inson boshidan kechiradigan qiyin vaziyatlarni e'tiborsiz

qoldirmaslik yoki kam baholamaslik kerak. Aksincha, bu holatlarni yumshatish va ularning ta'sirini yumshatishning .samarali usulini izlash orqali real va oqilona hal qilish kerak

Bu o'z tajribasi va ilg'or ilmiy usullari orqali ko'plab va qimmatli xizmatlarni ko'rsatadigan terapevtlarning xizmatlaridan voz kechishni anglatmaydi; aksincha, ijobiy fikrlash tanada shifo urug'ini ekishga yordam beradi va shu .tariqa davolash vositalaridan biriga aylanadi

Xuddi shunday, "Men kasalman" deyish o'rniga, diqqatni davolash zaruratiga qaratish kerak. Bu munosabat ong va tanani davolash usullari va energiyasiga ko'proq moyil qiladi, bu energiya hujayralar va to'qimalarga oqib o'tishi uchun zarur bo'lgan teshiklarni yoki kanallarni ochadi, nosog'lom va noto'g'ri holatlarni tuzatadi va tananing nozik mexanizmini qayta sozlaydi. Shunday qilib, tez-tez zaiflik va charchoq

xurujlariga o'rganib qolgan odam vaqt o'tishi bilan ijobiy fikrlash bu epizodlar sonini kamaytirishga yordam berishini, barcha kasalliklar va kasalliklarning shifobaxshisi Xudoning yordami bilan yangilangan kuch va mo'l-ko'l farovonlik .hissini keltirib chiqarishini aniqlaydi

Nafrat hosili

Nasi va Zokir bir-birlaridan nafratlanishardi va ularning janjallari maktabda o'qiyotgan yoshliklarida boshlangan va ulg'ayganlarida ularning adovati kuchayib , poyabzal . savdosida raqibga aylanishgan

Bir safar ular bir qizning qo'lini olish uchun raqobatlashishdi va Nasi Zokirdan biroz kuchliroq bo'lgani uchun uni qattiq kaltakladi va hushidan ketdi. Zokir hushiga kelganida, u uyat, pushaymonlik va jirkanchlikdan aziyat .chekdi

Yillar o'tib, Zakir ishlash va yashash uchun shaharga

ko'chib o'tishga qaror qildi

Nasi nima bo'lganini unutgan edi, lekin Zokir Nasi unga nisbatan qo'llagan xo'rlik va sharmandalikni xotirasidan o'chira olmadi. Shunga qaramay, u o'ziga takrorlayverdi va tasdiqlayverdi: Men Nasini kechiraman va uning menga .qarshi qilgan xafagarchiliklarini eslamayman

Lekin bir necha oydan so'ng, Zokir kundalik kechirim so'rash paytida, ich-ichidan qasos olishni istayotganini va qasos olish uchun chanqog'ini qondirish uchun imkoniyat .kutayotganini angladi

Biroz vaqt o'tgach, Nasi uni eski raqibi Zokir ko'chib o'tgan shaharga g'alati bir tortishish kuchi tortayotganini his qildi. U biron bir narsa sodir bo'lishiga shubha qilmasdi.

Biroq, Zakir Nasining shaharda borligini bilar va uning .harakatlarini diqqat bilan kuzata boshladi

Bir kuni kechqurun Nasi ob-havo xira va yomg'irli bo'lishiga qaramay, sayrga chiqdi va "toza havo hidini his qilish" uchun

U tanho yo'lda yolg'iz ketayotganda, ochiq osmon ostidagi ombor yonidan o'tib ketdi, Zokir esa uning orqasidan yashirincha va ehtiyotkorlik bilan ergashdi. Fursat tug'ilganda, u hisobni murakkab foizlar bilan to'lashga qaror .qildi

U xursand bo'lib, omborxona devorlaridan biridan tushib ketgan mustahkam plitkani topdi. Uni ushlab, sobiq raqibining boshiga qattiq urib, yerga yiqitdi, so'ngra uning .borligini sezmay, kelgan yo'lidan orqaga qaytdi

Bir necha soatdan keyin yomg'ir to'xtadi, bulutlar tarqaldi va devorning yuqori qismidagi teshikdan oy nuri ko'rindi. Nasi uyg'onib, o'zini yerda juda zaif holda yotgan .holda ko'rdi

U nima bo'lganini aniqlashga urinib ko'rdi va yonidagi plitkani va uning ustidagi devordagi teshikni ko'rib, omborxona yonida ketayotganda, omadsizlik tufayli plitka devorning tepasidan tushib, boshiga qulab tushgan degan .xulosaga keldi

Bu hikoyaning axloqiy jihati shundaki, odamlar boshqalarga qilgan yomonliklarini unutishga moyil bo'lishadi, garchi xatti-harakatlarning oqibatlari unutilmas bo'lsa ham va ularning oqibatlari ularni johillik zulmatida jimgina ta'qib qiladi. Xuddi sigir minglab boshqalar orasidan buzoqlarini topa olgani kabi, harakatlarimizning oqibatlari ham uzoq vaqtdan keyin ham bizni doimiy ravishda kuzatib borish va .joylashuvimizni aniqlash kuchiga ega

Agar Nasi donolikka ega bo'lib, raqibi Zokir bilan bo'lgan nizoni hal qilishga va o'sha voqeadan keyin undan uzr so'rashga harakat qilganida, raqibining g'azabini kamaytirishi va vaziyat bundan keyin ham keskinlashmasligi .mumkin edi

Lekin hamma narsa o'zgarishsiz qoldi va dahshatli oqibatlar urug'lari qorong'u kelajakning qornida o'sib, gullab-yashnadi va halokatli tug'ilish bilan yakunlandi. Noxush kutilmagan hodisalardan qochish uchun ong tuprog'ida

yashiringan yovuz mojaro urug'larini yoqish kerak va
oldindan ko'ra bilish harakatdan oldin bo'lishi kerak, chunki
umuminsoniy qonun insonning yaxshi yoki yomon, shirin yoki
achchiq bo'lishidan qat'i nazar, qilgan ishlarining samarasini
.olishini belgilaydi

Shuni yodda tutaylikki, har bir harakat ongda moyillik va
moyillik sifatida saqlanadigan izlarni qoldiradi. Agar ularga
oqilona va ehtiyotkorlik bilan yondashilmasangiz, ular xavfli
oqibatlarga olib keladi. Biroq, yomon harakatlarning urug'lari
donolik olovida kuyib ketganda, ular qayta o'sib chiqa
.olmaydi

Xabardorlikni oshirishning ma'nosi
hayotning boshlang'ich davri
Ruh jismoniy mashinani buzadi
U bunga butunlay bog'lanib qolmaguncha
Shuning uchun biz yashashimiz kerak
Tananing talablari bizni chalg'itmasligi uchun
Biz moddiy standartlar bilan cheklangandek his
qilmaymiz

Ruhiy o'sish - bu mahsulot
Jismoniy o'sish yoki rivojlanish uchun
Tabiiy evolyutsiyaga ko'ra
Xuddi shu ruh taraladi
Ruhiy darajaga ko'tarilish orqali
Yoki ijodkorlik va mo'l-ko'llik darajasi
Shunday qilib, noyob iste'dodlarni namoyish eting
Insonlarni ajratib turadigan narsa
Boshqa barcha mavjudotlar haqida
Keyin u ko'tariladi
Ma'naviy bilim darajasiga
Bu ma'no va qiymat beradi
Moddiy farovonlik uchun
aqliy yutuq
Intellectual yutuqlar foydali ekanligiga shubha yo'q
Chunki barcha yaxshi narsalar qadrlidir

Va asta-sekin biz keyingi bosqichni anglaymiz
Bu tananing xabardorligini oshiradi
Ma'naviy xabardorlikka
Tana va ongni ruhlantirish orqali
Tananing hayotiy kuchlarini behuda sarflamaslik orqali
Va ong nuriga e'tibor qaratib, skaut
Muhim masalalar bo'yicha
Ular bo'lguncha
Samarali va uyg'un usul
Ruh undan o'tishi mumkin
o'zini ifoda etish
Va uning iste'dodlarini namoyish etadi
Va uning ruhiy kuchlarini faollashtiradi
Ma'naviy ozodlik ruhni ozod qilishni anglatadi
Jaholat qafasidan
Va uni munosib darajaga ko'taring
Va uni cheklangan xabardorlik cheklovlaridan ozod qilish
Inson hayoti ko'pincha juda go'zal
Lekin unga bog'liqlik
Bu qafasiga yopishib olgan jannat qushiga o'xshaydi
Shunday qilib, agar siz qafas eshigini ochsangiz
Qush ketishga ikkilanadi
Odat va qafas ichida o'tkazilgan vaqt tufayli
?Bu ajablanarli emasmi
Qush o'zining tor hududini tark etishni istamaydi
Cheksiz makon erkinligiga
?U kimdan kelgan
Bu bizga ham tegishli
Chunki biz uzoq vaqt yashadik
Jismoniy qafasda
Biz uning kengroq ufqlarga ketishidan qo'rqamiz
Lekin donolik bizni shunday ta'kidlaydi
Ruh qushini ozod qilish
Cheklovlar qafasidan
Va uni cheksiz ong olamiga qo'yib yuborish

Ular yana bir bor ichki quvonchni tatib ko'rishadi
Harakat qonuni sabab va natija yoki harakat va reaksiya
qonuniga asoslangan

Bu hayotda yaxshi bo'lib tug'ilgan inson avvalgi
mujassamlashuvida ham shunday bo'lgan (qo'llari bilan
qilgan ishlari tufayli) va agar u yaxshilik qilishga intilsa,
yaxshilik tarozisi uning foydasiga tobora ko'proq og'ib boradi
. (bor bo'lganga ko'proq beriladi va undan ham ko'proq)
Bir nechta yaxshi fazilatlarga ega bo'lganlar, ularga
hujum qiladigan va ularni engib o'tadigan yomon moyilliklar
.tufayli, hatto ozgina narsani ham yo'qotishlari mumkin
Yomonlikka moyil bo'lgan odam avvalgi hayotda ham
shunday yomon moyillikka ega bo'lgan bo'lishi kerak va bu
yomon moyilliklar ularni kuchaytirishi va nazorat qilishi
mumkin. Ba'zi noto'g'ri moyilliklarga ega bo'lganlar ilgari
ham shunday edilar va agar yaxshilik yomonlikdan ustun
kelsa, unda fazilatli fazilatlar ularning qalbidan noto'g'ri
.moyilliklarni chiqarib tashlaydi

Bu sabab va oqibat qonunining (karma) tabiiy
ishlashidir. Biroq, agar odamda qutulmoqchi bo'lgan noxush
odatlar paydo bo'lsa, o'zini ojiz va tuzoqqa tushgandek his
qilmaslik kerak. Hozir o'tmishdagi qat'iyat va sog'lom
fikrlashni rivojlantirish orqali bu odatlarni yengish uchun
.qulay vaqt

Inson o'zini yomon odatlar changalidan xalos qilishi va
fikir va amalda yaxshi odatlarni shakllantirishi mumkin, bu
.esa ularga kerakli natijalarni beradi

Insonda qanchalik chuqur singib ketgan yomon odatlar
bo'lishidan qat'i nazar, ular bu odatlarni o'zlari ma'lum fikrlar
va harakatlarni takrorlash orqali yaratganliklarini va ijobiy va
konstruktiv fikrlash orqali bu yomon odatlarni yaxshi odatlar
.bilan almashtirishlari mumkinligini yodda tutishlari kerak
Yaxshi va yomon fikrlar inson ongining qarama-qarshi
holatlaridir. Tabiiyki, dahshatli tushlar ko'rishdan ko'ra
yoqimli tushlar ko'rish yaxshiroqdir. Ong moslashuvchan va

sezgir; u istalgan holatni qabul qilishi yoki o'ziga yoqadigan
tushlarni ko'rishi mumkin. Biroq, odamlarning muammosi
shundaki, ular o'zlarining ong sohasini - o'z xohish-irodasi va
tanlovi bilan - o'tmishdagi odatlardan kelib chiqqan og'ish
moyilliklar va noto'g'ri yo'nalishlar tomonidan boshqarilishiga
yo'l qo'yishadi. Shunday qilib, ularning farqlash qobiliyatlari,
farqlash va idrok qal'alari ortida mustahkam o'rnashgan
.metafizik vasiylik kabi, qochib ketgan va sarson bo'lib qoladi
Zararli odatlardan mast bo'lganlar g'ayritabiiy hayot
keltirib chiqaradigan og'riqning achchiqligini tatib ko'rganda,
ular yomon odatlari qanchalik chuqur ildiz otgan va halokatli
bo'lishidan qat'i nazar, najot izlab tushuncha va solih hayot
.nuriga yuzlanadilar

Keyin, agar ular uyg'un hayot tarzini amalda qo'llash
orqali yaxshi odatlarni rivojlantirish va rivojlantirish ustida
ishlasalar, ular o'zini tuta bilish va yaxshi odatlarni
rivojlantirishning tabiiy natijasi sifatida ichki quvonchni qayta
.kashf etadilar va xotirjamlikdan bahramand bo'ladilar
Biz Qodir Allohdan barcha cheklovlardan xalos
bo'lishimizga va fikrlarimizni to'g'ri va foydali yo'llarga
.yo'naltirishimizga yordam berishini so'raymiz

Ongni ma'naviylashtirish
Ba'zi odamlar hayotlarini o'tkazadilar
Zerikarli aql va ozgina tushuncha bilan
Ular ovqatlanishadi va uxlashadi
Va ular ba'zi zavqlardan bahramand bo'lishadi
Ular kamdan-kam hollarda chuqur o'ylashadi
Aslida, ko'pchilik odamlar
Ular yetarlicha chuqurlikka yetib bormaydilar
Ma'naviy g'oyalar dengizida
Chunki ular moddiy dunyoga aminlar
Bu mavjud bo'lgan hamma narsa
Lekin bu hayot
Bu shunchaki o'tkinchi tush
?Xo'sh, nega shoshilish va nafas olish qiyin

Va dunyoning marhamatini qozonishga harakat
?qilyapsizmi

?Yaxshi emasmi

?Avvalo Xudoni rozi qilishga harakat qilyapsizmi

Hayvonlarda iroda erkinligi yo'q

Chunki Xudo uni instinktlari bilan bog'lagan

Lekin u insonga donolikni singdirdi

Insonlar erkinlikka ega

Yoki ko'tarilish, yoki tushish

Yaxshilikni yoki yomonlikni tanlash

Ong cho'milganda

Qo'pol shahvoniy zavqlarda

Unda zich, qorong'u tushunchalar ustunlik qiladi

U baxt jannatidan tushadi

U ruhiy baxt tuyg'usini yo'qotadi

Va ruhning tushunchasi ko'r bo'ladi

U Xudoga yo'l topa olmaydi

Lekin ongni ma'naviylashtirish mumkin

Xudoni tafakkur qilish orqali

Va Unga samimiy va chuqur iltijo

Shunday qilib, muborak eshik ochilishi mumkin

Yorug'lik va baxt-saodat shohligiga olib boradi

ongning eng chuqur tubida yashiringan

Ustoz Paramahansa xazinasidan

His-tuyg'ular va yo'l-yo'riq



Ustoz Paramahansa Yoganandani ta'limotlari

Qalb kim bilandir birga bo'lganda
Uni o'ziga tortadi
Bu odamning barcha fazilatlar
?Yaxshi odamlar haqida kim o'ylaydi
Ularning mehribonligi unga o'tadi
Va ilhomlantiruvchi raqamlarga mehr bilan e'tibor
qaratadiganlar
Unga ilhom keladi
Va kim hamroh bo'lsa ham, hatto o'yda ham
Vijdonli odamlar
olijanob axloq
Va ezgu niyat
U ularning olijanoblighi va axloqini baham ko'radi
Chunki fikr magnit kabi qutblanmoqda
Yoqdi, o'ziga tortadi
Kuningiz xayrli va tinch o'tsin

Hamma abadiy baxtni qidiradi
Qo'lingizda kulga aylanmang
Bu tadqiqot ko'p narsaga olib keladi
Xayollardan, muammolardan va umidsizliklardan
Insoniyat yangi baxtni qidiradi
U so'lib qolmaydi, kamayib ketmaydi yoki yo'qolib
ketmaydi
Va inson o'z tajribasidan saboq oladi
Yer yuzidagi baxt - bu baxt
Qisqa muddatli va doimiy emas
U ko'pincha izlayotgan narsasini topgandan keyin buni
aniqlaydi
U hali ham erishgan yutuqlaridan qoniqmayapti
Keyin u boshqa istakni bajarishga harakat qiladi
Kerakli baxtni topmasdan
Biroq, u yana urinib ko'radi
!Birinchi holatga qaytish va hokazo
Haqiqiy quvonch - bu ma'naviy anglash quvonchidir

Xudo haqida o'ylash va U bilan muloqot qilish quvonchi
Qalb tinchligi va xotirjamligining quvonchi
Ilohiy sevgining quvonchi
Va boshqalarni shu sevgi bilan seving
Va qat'iy, so'zsiz ishonch tuyg'usining quvonchi
Ruhning o'lmasligi
Va uning baxti unga hamroh bo'ladi
Ketgandan keyin ham
Bu vaqtinchalik yer yuzidagi mavjudlik

Rabbim, menga yordam ber
Shunday qilib, men o'z quvonchimni sizda topa olaman
Dunyodan zavqlanishni umid qilaman
Va yer yuzidagi vazifalarimni bajarish orqali
Va menga his-tuyg'ularimni qanday yaxshilashni
o'rgating
Yaxshi va yomonni ajrata olishing uchun
Shuning uchun faqat foydali va yaxshi narsalardan
zavqlaning
Menga dunyoviy zavqlardan bahramand bo'lishga ijozat
bering

Sof quvonchingiz bilan oziqlangan ma'naviy zavq
Va sizni yaratishga yordam bering
Hayotimning ajralmas qismi
Va kundalik faoliyatim uchun muhim element
Men bilan birga ekanligingizni his qilyapman
Har doim
Va har bir darajada

inson irodasi
Bu ilohiy irodaning aksidir
Va u donolik bilan boshqarilganida
Uning kuchi cheksiz bo'lib qoladi
Ilohiy iroda kosmik energiyani boshqaradi
Kosmik energiyadan foyda olish uchun

Kimning aktsiyalari hech qachon pasaymaydi
Uning ta'minoti hech qachon tugamaydi
Uni tanaga o'tkazish kerak
Ijobiy fikrlash simlari orqali
va haqiqiy uyg'unlik
Ilohiy iroda bilan

Buyuk ustozlar dangasalik va beparvolikni maslahat bermaydilar; aksincha, ular muvozanat yo'lini o'rgatadilar. Inson o'z tanasini boqish, kiyim-kechak va oziq-ovqat bilan ta'minlash uchun ishlashi tabiiy hol. Biroq, agar kimdirning vazifalari boshqalar bilan ziddiyatga yoki to'qnashuvga yo'l .qo'yilsa, bu haqiqiy burch emas

Minglab ishbilarmonlar boylik to'plash bilan band, ammo ular o'zlariga yetkazadigan azob va yurak muammolaridan bexabar. Agar hashamatga intilish insonning sog'lig'ini saqlash burchini e'tiborsiz qoldirishiga sabab bo'lsa, unda bu .umuman burch emas

Inson uyg'un va muvozanatli tarzda o'sishi kerak. Agar kuchli tanadagi miya zaif bo'lsa, kuchli tanani rivojlantirishga juda ko'p e'tibor qaratishning ma'nosi yo'q. Aql ham .rivojlanishi kerak

Sog'lig'i yaxshi, farovon hayot kechiradigan va katta ruhiy kuchga ega bo'lgan, ammo baribir baxtdan mahrum bo'lgan har bir kishi hayotda hali muvaffaqiyatga erisha .olmagan

Kimki "Men baxtliman va hech kim mening baxtimni tortib ololmaydi" deb ayta olsa, u muvaffaqiyat cho'qqisiga .chiqdi va o'zida muborak qiyofani topdi

Inson Xudo uni O'z suratida yaratganidan faxrlanishi kerak. Lekin agar u maqtansa, g'azablansa yoki osongina g'azablansa va boshqalarga past nazar bilan qarasa va tanani shu holatda tark etsa, u o'zini Xudoga yaqin his .qilmaydi

Bir kuni Xudoning odamlaridan biri daryoda cho'milayotganida, boshqa bir kishi kelib, otini o'sha solih odamning yonida yuva boshladi va ataylab va beparvolik bilan unga suv sepdi. Avliyoning shogirdlari g'azablanib, tajovuzkorni urib, haydab yubormoqchi bo'lishdi, ammo ustozlari ularga: "Bunday qilmanglar, uni tinch qo'yinglar", .dedi

To'satdan ot egasini tepib yubordi, uning bir nechta tishlarini sindirib, sindirib tashladi. Yaxshi odam unga mehr bilan yaqinlashdi va unga g'amxo'rlik qila boshladi va uni davolay boshladi. Gunohkorni avliyo emas, balki tabiatning .qat'iy qonuni jazoladi

Xudo va Uning umuminsoniy qonunlari Unga ishongan, Undan yordam so'ragan va hayot yo'lida bir-birlarini qo'llab-quvvatlagan va rag'batlantirganlarning azoblarini yengillashtirish uchun tinimsiz va doimiy ravishda ishlaydi. {Va Xudo bandasiga yordam berishga doimo tayyor, agar banda birodariga yordam berayotgan bo'lsa}

Boshqa narsalar kutishi mumkin

Hamma narsa Xudo borligi uchun mavjuddir. Va U borligi uchun biz ham mavjudmiz va Uning yaxshiligi va borligi tufayli biz hayotning farovonligi va quvonchlariga egamiz. Shuning uchun, Xudoga bo'lgan minnatdorchiligimiz chuqur va minnatdorchiligimiz ulkan bo'lishi kerak, chunki U: "Agar shukr qilsangizlar, Men sizlarga [ne'matlaringizni] albatta ziyoda qilaman", deydi va biz Xudoga tinimsiz shukr .qilishimiz kerak

Xudoning insoniyat uchun ahamiyati mislsiz, ammo ko'pchilik odamlar moddiy hayotga eng katta ahamiyat berishadi va shuning uchun ular Xudoni chindan ham .bilishmaydi

Moddiy burchlar va ijtimoiy majburiyatlar Xudoni o'ylagan holda bajarilishi kerak, chunki O'lim farishtasi - umringiz uzoq bo'lsin - har kuni yer yuzida yashovchilarni

birin-ketin tortib oladi va biz istalgan vaqtda bu o'lik uyni
.tark etishimiz kerak bo'lishi mumkin

Biz bu dunyoda ishlarimizni toza vijdon bilan olib
borishimiz kerak, shu bilan birga fikrlarimizni Xudoga bog'lab
turaman. Men hammaga xizmat qilishga intilaman, lekin
yolg'iz o'zim tafakkur qilganimda, hech kimning mening
mulohazalarimni buzishiga yo'l qo'ymayman. Boshqa
narsalar kutishi mumkin, ammo biz bu dunyoda bizga kerak
bo'lgan hamma narsani bergan Xudo bilan har kuni
.uchrashuvga borishimiz kerak

Hurmatli sudya boshqa odam uchun hayot yoki o'limni
anglatuvchi nozik masala bo'yicha yakuniy qarorini
chiqarayotgan bir paytda, u o'sha kuni boshiga tushgan
oilaviy muammolar haqida o'ylardi va uydagi qoidalari
!bajarilmaganidan xafa bo'ldi

Agar bunday sudya diqqatni jamlay olmagan uchun
begunoh odamning o'limiga olib keladigan adolatsiz qaror
chiqarsa, u holda u barcha gunohlarning hakami bo'lgan Oliy
sudya oldida ayblanib, hukm qilinadi: bu hech qanday
tarafkashlikni bilmaydigan va qarindoshchilikka o'rin yo'q
.bo'lgan universal qonun

Ko'p odamlar pul ishlashda samarasiz va biznesni
boshqarishda muvaffaqiyatsizlikka uchraydilar
Ular ish joylarida bo'lganlarida oilaviy muammolar
haqida o'ylaganlari va uyda bo'lganlarida ish tashvishlari
bilan band bo'lganlari uchun vaziyatni anglashga donoliklari
.yetishmaydi

Shuning uchun, bir vaqtning o'zida bir nechta narsaga
e'tibor qaratmaslik kerak

Bir paytlar, kunduzi
Men ong xonasiga keldim
Va kuylar oynalari ochildi
Manzaralar, xushbo'y hid, ta'm, teginish

Va men eng nozik ohanglarni va eng go'zal ranglarni
so'radim

Toki u kelib, mening oldimda tebranib, raqsga tushsin
Ba'zan kuldim, ba'zan yig'ladim

Ko'zlarim yoshlanganda
Tajriba jarohatlari meni azoblaydi
Hislar eshigini yoping

Va cheksiz joyga kiring
Uyqu va tushlar dunyosida

U yerda men tinchlik va osoyishtalikda yotaman
Zulmat qoplami ostida

Yetarlicha dam olganimdan keyin
,Uyqudan boshqa eshikni ochaman

Va tush xonasiga kiring
Shuning uchun men eksperimental va tadqiqot filmlarini
tomosha qilaman

Ongsizlar kinosida
Xohlaganimcha qayerda ishlayman
Va men shirin esdaliklarning baxmal orzularini to'qiyman
Ipak pardalarda

Unga sevimli kosmikning ismini yozing
Lekin men bu ikki xonadan tashqarida bo'lganimda
Ba'zan men ongli ravishda koinotning noma'lum tubiga
kirib boraman

Eng qorong'u, eng zolim zulmatni yengish
Chuqur vodiylardan o'tish

Abadiy makon qirg'oqlariga yetib borish
U yerda birlik dunyosida

Duo yo'q, orzular yo'q
Hech qanday bezovtalik, og'riq yo'q

Aksincha, keng qamrovli tasavvur
Va doimo yangilanib turadigan quvonch

Va osmonlar va yerning nuri

Xudo bilan qanchalik tinch-totuv yashasak, shuncha ko'p

Qachonki imkonimiz bo'lsa
tinchlikda yashash
O'zimiz va dunyo bilan
Keling, har doim fikrlarimizni yo'naltirishga harakat
qilaylik

Mutlaq va cheksiz tomon
Hech qanday baxtni taqqoslab bo'lmaydi
Xursandchilik bilan men Xudoni izlayman
Va u bilan bog'laning
O'zingizni yaxshi fikrlar bilan o'rab oling
Bu fikrlar sizga yordam beradi
Yaqinlashib bormoqda
Barcha yaxshilik va quvonch Xudodan keladi
Barchaga tinchlik va sevgi

Aholini ro'yxatga olishdagi birlik
Uning yakka ongidan: individual mohiyat
Xudo aholini ro'yxatga olishni yaratdi
U hisobni olishga harakat qiladi
Yana bir bor kosmik birlikka qaytish
Bo'ron okean yuzasi bo'ylab esganda
U son-sanoqsiz to'lqinlarni yaratadi
Bo'ron pasayganda
To'lqinlar okeanning yuragiga qaytib tushadi
Yaratilishning xilma-xilligi va xilma-xilligida
Ichki yashirin birlik mavjud
Xuddi okean to'lqinlarning mohiyati bo'lgani kabi
Oilaviy xabardorlik odamlarni bir-biriga yaqinlashtiradi
Mamlakatlarni birlashtiruvchi va ularning yo'nalishini
belgilovchi yetakchilar bor
Umumiy muammolarga ega bo'lgan ijtimoiy guruhlar
mavjud
Inson Xudoni topganda
U barcha kuchlar uning ichida birlashganini aniqlaydi
U ongini yoritadi

Uning ongida hayotga yangicha qarash paydo bo'ladi
Hayot shirin bo'ladi
Va tinchlik qalbni to'ldiradi
Va hayotning bezovtaliklari o'zgaradi
Tushga o'xshash narsaga

Izlovchi hayot maktabini tugatganida va uning yuqori
pog'onalarga ko'tarilish vaqti kelganida, u quvonchga to'ladi,
hayot jangida yaxshi natijalarga erishganini va Xudoning
marhamatiga sazovor bo'lganini anglaydi va U bilan
.yaqinlashib kelayotgan uchrashuvga amin bo'ladi
Koinot sevgilisi bilan uning sog'inchlari o'sadi va bu
sog'inchlar uni cheksiz tinchlik, yorug'lik va doimiy
yangilanib turadigan saodat olamiga osonlikcha olib
.boradigan ma'naviy yoqilg'iga aylanadi

* * *

Ilohiy rahmat yomg'irlari mag'rurlikning yuksak
cho'qqilarida to'planmaydi, balki kamtarlik vodiylariga
!osongina oqib tushadi
Ustoz Paramahansa Xudoning marhamati bilan biz
kosmik aldamchilik illyuziyalaridan qanday qilib tez
:qutulishimiz haqida gapirdi. U shunday dedi
Bu olamda biz qiyinchiliklar va azoblar dengizida"
cho'kib ketayotgandek tuyulamiz, shuning uchun Xudo bizni
".bu dahshatli kabusdan uyg'otish uchun silkitadi
:U shogirdlaridan birini ruhlantirib dedi
Bilingki, siz izlayotgan hamma narsa va undan ham"
"ko'proq narsa sizni Xudoda kutmoqda
U yomon odatlarga chuqur singib ketgandek tuyulgan
:talabaga shunday dedi
Agar sizda iroda yetishmasa, beixtiyor harakat kuchini"
(ya'ni, xato qilmaslikning beixtiyor harakatini) rivojlantirishga
".harakat qiling
O'zini tasdiqlash
Bugun men johillik qiyofasini buzib tashlayman

Bu mening ichimdagi ruhning muqaddas joyini bulg'aydi
Va men Xudoning muqaddas nurini eslayman
U doimo mening borlig'imga nur sochadi
Va bu mening ongim va qalbimdagi illyuziya zulmatini
yo'q qiladi

Va meni yaratgan Zot meni tark etmaydi
* * *

Hayotning har bir to'liqini ostida
Ilohiy mavjudlikning mo'l-ko'l okeani yotadi
Har bir yurak xuruji ortida
Ichkarida cheksiz kosmik sevgi dengizi yashiringan
* * *

Har kecha men o'zimni tana emasligimga ishontiraman
Aksincha, tanada yashaydigan ruh
Va mening ruhiy borligim abadiy o'lmasdir
Uyg'onganimga, buni yana bir bor tasdiqlashni eslayman
* * *

Uyqu tuzilishida men tiklanaman va kuchimni
yangilayman

Lekin bu yetarli emas
Menga sukunat va tafakkur maskani kerak
Har kuni chekinadigan joyim
Xabardorligim ufqlarini o'rganish uchun
Va qalbimning sirlarini o'rganish
Jimlikning ma'nosi
Jimjitlik fikrlarni tinchlantirishni anglatadi
Tanani tinchlantirish va uning ehtiyojlarini nazorat qilish
Kim buni qila olsa, tetiklantiruvchi xotirjamlikni his qiladi
U nafis olamlardan ulug'vor to'liqlar va taassurotlarni
his qiladi

Va kimki jimjitlikka chuqurroq kirsa, unda
U o'zida Xudoning shohligini kashf etadi
Biror kishi yo'lda yurganday ekan
Uning har bir lahzasi juda qadrli
Biz bu yerda (o'tish joyida) qisqa vaqtga turibmiz

Hamma narsa o'tkinchi, lekin Xudoga bo'lgan tuyg'u
abadiydir

Hech narsa uni qalbdan va ruhdan o'chira olmaydi
Bu dunyoning vasvasalari bizni aldashiga yo'l
qo'ymasligimiz kerak

Bizni eng buyuk maqsadimiz va eng oliy
maqsadimizdan, ya'ni Xudodan uzoqlashtirish orqali
Xudoni bilish mumkin

Biz olamlarning xo'jayinini topishimiz kerak
Yulduzlar kimning nuridan porlaydi
Va Uning kuchi bilan yuraklar urdi

Biz uni Jimlik Ma'badidan izlashimiz kerak
Biz Xudoga sog'inch va intizorlik bilan murojaat
qilganimizda

Va biz uni yonayotgan sog'inch bilan o'ylaganimizda
Biz uni topamiz

Men noma'lum xudo haqida gapirmayapman
Aksincha, bu men bilgan Rabbimiz haqida
Va bu men uchun haqiqat

Bu barcha jismoniy narsalardan ko'ra haqiqiyroqdir
Bu bizning insoniy hayotimiz to'lqinlarini qo'llab-
.quvvatlaydigan va qo'llab-quvvatlaydigan ilohiy dengizdir

Biz Xudodan boshqa hamma narsasiz ham qila olamiz

Xudo bizdan bir-birimizga berishimizni xohlaydi

Shuni yodda tutishimiz kerakki, ehtiyojlarimizni
qondirish yo'lida boshqalarga ham yordam berishimiz va
.topganimizni kambag'allar bilan baham ko'rishimiz kerak

Keling, biz global oilaning ajralmas qismi ekanligimizni

va usiz yashay olmasligimizni yodda tutaylik. Duradgor,
ixtirochi yoki fermersiz hayot qanday bo'lar edi? Xizmatlar va

tajriba almashish orqali Xudo bizdan boshqalar haqida
o'ylashimizni xohlaydi, chunki faqat o'zimiz uchun yashash
.katta xatodir

O'z baxtimiz haqida o'ylaganimizda, boshqalarni ham baxtli qilish haqida o'ylashimiz kerak. Hamma narsadan voz .kechish shart emas

Global oila uchun, chunki bu imkonsiz. Lekin biz boshqalarga hamdard bo'lishimiz va ularning ehtiyojlarini .o'zimiznikidek ko'rib chiqishimiz kerak Xudo bizdan bir-birimizdan olganimiz kabi bir-birimizga berishimizni xohlaydi, chunki boshqalar bizning buyuk o'zligimizdir

Aldamchilikning shafqatsiz hujumlariga javob bering va ularni daf qiling

Inson g'azab, rashk va hasad qurboni ekan, u ozod emas. Ular o'z his-tuyg'ulari va harakatlarning xo'jayiniga aylanishi va o'zlarini halokatli instinktlar, jilovlanmagan .ehtiroslar va noto'g'ri istaklardan ozod qilishi kerak

Agar o'zingizga nisbatan to'liq halol bo'lsangiz, donolik fikrlashingizni qo'llab-quvvatlaydi, to'g'rilik qaroringizni .boshqaradi va tushuncha ongingizni yoritadi

Jaholat bilan boshqarilgan o'tmishdagi harakatlarning urug'lari mulohaza va donolik olovida "qovurilishi" kerak, toki ular qayta unib chiqa olmasligi va o'smasligi uchun. Bu yolg'onning shafqatsiz hujumlarini qaytarish va barbod .qilishning yo'li

Kosmik illyuziya – yoki shayton – insonni yolg'on va'dalar va jozibali vasvasalar bilan shahvoniy lazzatlar sarobiga ergashishga undaydi va uning qobiliyatlarini boshqaradi, chunki u unga haqiqatga zid bo'lgan dunyoviy baxtni va'da qiladi va shu tariqa uning qalb bog'larida mo'l-ko'l mavjud bo'lgan haqiqiy baxt mevalarini tatib ko'rishiga yo'l .qo'ymaslik uchun astoydil harakat qiladi

Donolar haqiqat va illyuziya o'rtasidagi farqni bilishadi va farqlashda mohirdirlar. Ular tafakkurga chuqurroq kirib borgan sari, iroda erkinligining muhimligini va to'g'ri ish qilish va zararli oqibatlar va noxush oqibatlarga olib

keladigan harakatlardan qochish uchun tanlov erkinligidan
.foydalanish zarurligini chuqur anglaydilar
Shogirdlardan biri ustoz Paramahansadan taqdir, taqdir,
azob-uqubatlar va og'riq haqidagi fikrini so'radi va u shunday
:dedi

Insonlar o'z taqdirларini o'z xohish-irodasi orqali
shakllantiradilar va niyatlari va harakatlari orqali taqdirларini
belgilaydilar. Agar shunday qilishni tanlasangiz, azob-
uqubatlardan xalos bo'lishingiz mumkin. Mohiyati sevgi
bo'lgan Xudo, sevgilisining noto'g'ri harakatlar va nuqsonli
fikrlash natijasida azob chekishini istamaydi. U insoniyatga
aql-idrok kuchi va tanlov erkinligini ato etgan. Biroq, noto'g'ri
qarorlar va aqlsiz tanlovlar tufayli odamlar o'zlariga va
.boshqalarga azob-uqubat va azob keltiradilar
Siz erkin bo'lishingiz va hech kimning qaroringizni tortib
olishiga yoki sizga hukmronlik qilishiga yo'l qo'ymasligingiz
kerak, shuningdek, atrof-muhit, urf-odatlar va noto'g'ri
an'analar sizni cheklashiga va hayot tarzingizni
.boshqarishiga yo'l qo'ymasligingiz kerak
Donolik bilan harakat qiling, vijdon ovozigacha quloq soling,
qilmoqchi bo'lgan ishingizni davom ettirishdan oldin
harakatlaringizning oqibatlarini o'ylab ko'ring, noto'g'ri xatti-
harakatlaringiz tufayli boshqalarga zarar yetkazmaslikka
.harakat qiling va Xudodan yordam va yo'l-yo'riq so'rang
Ichki ko'rsatmalarga muvofiq ishlash
Avval maqsadimizni aniqlab olishimiz, keyin esa o'z
salohiyatimizni ifoda etishimiz mumkin bo'lgan tegishli
harakatga yo'naltirish uchun ilohiy yo'l-yo'riq izlashimiz
kerak. Ongimiz xotirjam bo'lguncha va keyingi qadamni aniq
ko'ra olgunimizcha mulohaza yuritishimiz kerak. Keyin biz
olgan ichki yo'l-yo'riqlarga muvofiq harakat qilishimiz kerak
.va kerakli natijaga erishamiz
Ongingiz xotirjam bo'lganda, siz narsalarni tez va oson
tushunasiz va bu naqadar ajoyib! Siz intilgan narsangizga
erishasiz va qisqa vaqt ichida hamma narsada muvaffaqiyat

sizga yoziladi, chunki kosmik kuch to'g'ri qonunni
.boshqarishga va o'z ishini isbotlashga qodir
Ba'zi odamlar miya hujayralarimizni yaxshilash yoki
o'zgartirish mumkin bo'lmagan muayyan odatlar
shakllantiradi, deyishadi. Bu noto'g'ri. Xudo bizni O'z suratida
yaratganligi sababli, hech narsa bizni cheklay olmaydi yoki
taraqqiyotimizga to'sqinlik qila olmaydi. Agar o'zimizni
tekshirsak, Xudoning yordami bilan buning haqiqatini anglab
.yetamiz

Har bir inson cheksiz kuchni ifodalaydi
Biz qilayotgan barcha ishlarimizda bu kuchni namoyish
etishimiz kerak

Biror narsa yaratmoqchi bo'lganimizda
Biz faqat tashqi manbalarga tayanmasligimiz kerak
Aksincha, biz ichki tubsizlikka chuqurroq kirishimiz kerak

Biz cheksiz manbani qidirmoqdamiz
Barcha muvaffaqiyatli ish usullari
Barcha ixtirolar
Va barcha nozik musiqiy tebranishlar
Ilhomlantiruvchi g'oyalar
Va eng yaxshi va eng ajoyib asarlar
Xudoning yozuvlarida qayd etilgan
Men seni asrlar va davrlar davomida qidirdim
Orzular va ambitsiyalar yo'lida
Va endi men sizning ichimda yashayotganingizni
angladim

Va bu mening eng muqaddas tuyg'ularimni
ilhomlantiradi
Endi mendan yashirma
Tuyg'ular gullari ortida
Fikrlar va qalbning pulsi
Donoligingning javohirlari bilan qalbimni bezang
Va menga ne'matingning shabadalarini ato et
Seni qoplagan zulmatni mendan olib tashla
Ko'rish qobiliyatim va aql-idrokim haqida

Ey yulduzlar va moviy osmondan narida bo'lgan Zot
Va atmosfera qatlamlaridan va barcha mavjudotlar va
mavjudotlardan tashqarida
Sevgi pichirlashlarimni qabul qiling
Borlig'imni Sening sevgingga, nuringga va tinchligingga
cho'mdirgin

Menga eng muqaddas yuzingizni ko'rsating
Seni fikrlarim tubida his qilyapman
Men sizning borligingizni eng chuqur his-tuyg'ularimda
his qilyapman
Va men seni sevgim bog'ida gullab-yashnayotganingni
ko'rmoqdaman

Meni huzuringning xushbo'y hidi bilan to'ldiring
Muborak hidingizdan bahramand bo'lishim mumkin
Osmon va yulduzlardan nariga keling
Va fikrlar va his-tuyg'ular
Menga eng muqaddas yuzingizni ko'rsating
Ruhimda sizning borligingizni anglashimga ijozat bering
Va atrofimdagilar
Hamma joyda

Ichki madaniyat* jurnalidan olingan va ustoz
.Paramhansaning ta'limotlaridan olingan
Muvaffaqiyat siri ijobiy fikrlash tarzini rivojlantirishda:
farovonlik, mo'l-ko'lichilik, nekbinklik, baxt va yutuqlar haqida
xabardorlikda. Bu bizning ichimizda asosan inson qo'li bilan
yaratilgan noqulay sharoitlar hujumiga bardosh beradigan
.mustahkam qal'a quradi

Biz tinchlik va hamjihatlikka erishishga intilishimiz va
o'zimizda mavjud bo'lmagan hech narsani o'zimizga olib kela
olmasligimizni anglashimiz va Xudo barcha yaxshi narsalar
va zavqlarning manbai ekanligiga va imonimiz va
ijobiyligimizga ko'ra, U bizni O'zining inoyati bilan yog'dirib,
.barakalari bilan to'ldirishiga ishonishimiz kerak
Payg'ambarlar va buyuk insonlar muvaffaqiyat sirini
bilishgan va tarix ularning ismlarini shohlar va

imperiyalarning ismlaridan ko'ra ko'proq abadiylashtirgan va
vaqt ularning ismlarini mavjudlik yozuvlaridan o'chira
.olmaydi

Sharq ustozlari moddiy farovonlik va ma'naviy boylikka
erishish uchun barcha ma'lum va sinovdan o'tgan qonunlarni
sinab ko'rishgan. Agar boshqalar hayotlarini yaxshi tomonga
o'zgartirish va vaziyatlarini nazorat qilish uchun ushbu
falsafadan saboq olgan va undan foyda ko'rgan bo'lsalar, siz
.ham shunday qilishingiz mumkin

Ongini muvaffaqiyatsizlik yoki ehtiyoj haqidagi fikrlar
bilan ifloslantiradigan har qanday odam, fikrlari ehtiyoj va
muvaffaqiyatsizlikka to'la bo'lgan do'stlarini jalb qiladi va bir
.xil tebranishlar va sifatdagi muhitni yaratadi

Bunday fikrlar o'z egasini umidsizlik, qayg'u, tushkunlik
va umidsizlikka to'ldiradi, natijada uning ahvoli
yomonlashadi va ahvoli asta-sekin yomonlashadi va u o'z
.taqdiri va taqdiri deb bilgan narsasiga taslim bo'ladi

Hech kim mag'lubiyatni aniqlik sifatida qabul
qilmaguncha mag'lub bo'lmaydi va agar u
muvaffaqiyatsizlikka uchrasa, ayb usul yoki qonunda emas,
.balki qonunni noto'g'ri ishlatgan odamda

Biror narsa qilishga qat'iy qaror qilganimizda va
niyatlarimizning pokligiga va qarorimizning to'g'riligiga amin
bo'lganimizda, xavotirni chetga surib qo'yamiz va
vaziyatlardan qo'rqmaymiz yoki bu holatlar bilan bog'liq
.cheklovlar va cheklovlarga e'tibor bermaymiz

Sizga nima kerak? Shuhratmi? Yoki shaxsiy
jozibadorlikmi? Yoki kuchmi? Yoki xavfsizlikmi? Yoki
?sog'liqmi? Yoki baxtmi? Yoki tinchlikmi

Agar siz nimani xohlayotganingizni bilsangiz va
xohlagan narsangizga qanday erishishni bilsangiz, o'zingizda
va atrofingizdagi barcha to'g'ri va qonuniy vositalardan
foydalanishga tayyor bo'lsangiz, o'zingizga erkin va'da
bersangiz va mag'lubiyatni qabul qilmaslikka qat'iy qaror

qilsangiz, unda siz erishmoqchi bo'lgan narsa sizniki bo'ladi
.va xohlagan narsangizga erishishdan zavqlaning
O'qituvchi Paramhansadan o'zini o'zi bilishni ta'riflash
:so'ralganida, u shunday dedi

O'z-o'zini bilish - bu tana, ong va ruh bilan biz Xudoning"
mavjudligining yaxlitligi bilan bir ekanligimizni anglashdir.

Biz nafaqat bu mavjudlikka yaqinmiz, balki Xudoning
yaxlitligi ham bizning yaxlitligimizdir va biz hozir ham Unga
boshqa har qanday vaqtda bo'lgani kabi yaqinmiz. Biz
qilishimiz kerak bo'lgan narsa - bu U haqidagi bilimimizni
".oshirishdir

U shunday dedi: "Kichik vazifalarni bajarishda halollik
bizni hayot bizni bir kun kelib qabul qilishga majbur qiladigan
."qiyin qarorlarga sodiq qolishga undaydi

U shunday dedi: "Uch xil ruhiy shogirdlar bor: ibodat
uylariga boradigan va faqat shu bilan kifoyalanadigan
imonlilar... halollik va to'g'ri hayotni sevadigan, lekin Xudoni
bilish uchun zarur harakatlarni qilmaydigan imonlilar... va
Xudoda o'zlarining haqiqiy o'zliklarini kashf etishga qaror
."qilgan imonlilar

U shunday degan: "Xudo O'z ibodat qiluvchilarining har
qanday ehtiyojini tezda qondiradi, chunki ular o'zlarini sa'y-
harakatlarni barbod qiladigan va umidlarni puchga
."chiqaradigan xudbin niyatlardan xalos qilishgan
Tog'lar tubida va sokin osmonda, qalbimning tubida va
sukunat g'orida men Xudoning huzurini his qilaman va Uning
.abadiy saodatini his qilaman

Va men uning abadiy to'xtamaydigan va qurib
qolmaydigan sof buloqlaridan ichaman. Men Xudo haqida
.mulohaza va mulohaza dengiziga chuqur sho'ng'iyman
Donolik va ilohiy quvonch marvaridlarini
topmagunimcha

Rabbim, menga saxovatli ruh bergin
Bor narsamni boshqalar bilan baham ko'rish uchun
Va menga ongimning sokin ko'lida ko'rishga yordam ber

Sizning huzuringiz nuri bilan porlab turgan ruhiy oy aksi
Bugun men Xudo haqida mulohaza va mulohaza
.dengiziga chuqur sho'ng'iyman
Donolik va ilohiy quvonch marvaridlarini
topmagunimcha

Men seni sevaman, Rabbim, hamma narsadan ko'proq
Chunki sensiz men hech kimni yoki hech narsani seva
olmayman

Ey Rabbim, sevgisi mislsiz, Senga sajda qilaman
Har qanday mehribon va mehribon qalb taxtida
Hayotda ham, o'limda ham
Qayg'u va qiyinchilik paytlarida
,Senga bo'lgan ishonchim saqlanib qoldi, Rabbim
Kuchli va tebranmas

Mustahkam va mustahkam
Sog'inishim va iltijolarimning har bir nafasi
Eshiklar va derazalar qalbimda ochiladi
Undan men Xudoning ne'matiga o'taman
Xuddi quyosh porlayotgani kabi
Eng gavjum yo'llarda

Shunday qilib, men ilohiy sevgi nurlarini sezaman
Barcha gavjum joylarda
Kundalik ishlarim uchun
Rabbim, menga baraka ber
Tong bilan ruhimni uyg'otish uchun
Va men uni sizning muborak ostonangizga olib kelaman

* * *

Xudo kosmik sukunatdir
Unda hamma narsa aks ettirilgan
Undan barcha ma'rifiy g'oyalar kelib chiqadi
Shuning uchun men xotirjamlikni saqlashga harakat
qilaman

Uning baxtli borligini his qilishim uchun
Xudo eshitayotganini bilaman
Sog'inchimning har bir pichirlashi uchun

Bu umuminsoniy sevgi
Ilohiy sevgi orqali
Men uni topa olaman
Sevgi orqali izlovchi Xudoga yaqinlashadi
U muqaddas baxt buloqlaridan ichadi
Rabbim, menga yordam ber
Tanamni zaryadlash uchun
Sizning kosmik kartangiz
Va ongni davolash uchun
Diqqat va nekbinlik bilan
Va ruhni davolang
Tafakkurdan tug'ilgan ma'naviy idroklar orqali
Keling, anglab yetaylik, ey Rabbim
Hissiy zavqlar yuzaki va qisqa muddatli ekanligi
Ruhning quvonchi esa
Bu haqiqiy va doimiy ravishda yangilanib turadi
Xudo shunchaki biz aytadigan so'z emas
Aksincha, bu hayotning mohiyati va mavjudlik siri
Biz uning cheksiz kengligining hajmini bilmasligimiz
mumkin

Lekin biz uning mavjudligini his qila olamiz
Va biz uning borligini his qilamiz
Bugun men xotirjamlik ma'badini bezataman
Ilohiy sog'inch gullari bilan
Va men Unga, sevgi va quvonch Xudosiga iltijo qilaman
Men Xudodan O'zini menga ochib berishini so'rayman
Ruhiy ko'zlarim orqali
?Uning nuri yoyilishi mumkinmi
Koinotning har bir burchagida
Menga kerak bo'lgan muhim narsalarni tasavvur
qilaman
Men irodam va ijodiy qobiliyatlarimni faollashtiraman
Men sabrli va sabrliman
Xudoning marhamati va yordami bilan maqsadimga
erishishim uchun

Baxtsizlik muvaffaqiyatsizlikdan kelib chiqishini
tushunaman
Shuning uchun men qo'limdan kelganicha harakat
qilaman

Abadiy baxtga erishish uchun
Hech narsaga ruxsat bermaslik bilan
Meni ta'qib qilish va muvaffaqiyat sari yo'limga xalaqit
berish orqali

Men kichik narsalarning aqliy xaritalarini chizaman
Va men uni o'zida mujassam etish ustida ishlayapman
Katta orzularimga erisha olmagunimcha

Uning yordami bilan U yuksalsin
Biz Yaratgan nurining nurlarimiz
Biz jismoniy tanalarda cheklangan vaqt yashaymiz
Nurlar o'z manbalariga qaytishi kerak
Bu tananing hech qanday qiymati yo'q degani emas
Aksincha, biz o'ylamasligimiz kerak

Biz unga va uning cheklovlariga bo'ysunamiz
Xudo hech kimga yuzxotirchilik qilmaydi
Aksincha, u qat'iy va o'zgarmas qonun orqali javob
beradi

Kimki ilohiy qonunni buzsa
U o'ziga azob va azob keltiradi
Va kimki o'sha qonunga muvofiq yashasa
Xudo uni mukofotlaydi va ibodatlariga javob beradi
Ichki xotirjamlik va quvonch orqali
Men chin dildan ibodat qilaman
Men har doim o'z irodamdan foydalanaman
Ibodatlarima qoniqarli va yetarli javob olmagunimcha
Jabhada Ma'naviy Xabardorlik Markazi
Agar men chin dildan haqiqatni kashf etishga harakat
qilsam, Xudo uni bilishimni osonlashtiradi va men
.mamnuniyat topaman

Va xayolimga kelishi mumkin bo'lgan barcha savollar va
so'rovlarga qoniqarli javoblar

Ma'naviy ong markazi peshonada, qoshlar orasida
joylashgan bo'lib, u yerda ruhiy ko'z joylashgan bo'lib, u ruh
saltanatiga olib boradigan darvozadir. Shuning uchun men
.shu nuqtaga e'tibor qarataman

Men ongim atrof-muhitim o'zgarishi bilan o'zgarishini
tushunaman va shuning uchun atrof-muhitim meni illyuziya
va aldamchilik bilan zaharlaganda, men uni yaxshiroq
.muhitga o'zgartiraman

Do'stlikni saqlab qolishning siri
Talabalardan biri o'qituvchi Paramhansaga: "Ustoz, men
.o'rnatgan do'stlikni saqlab qolishga qiynalaman", dedi
:O'qituvchi javob berdi

Do'stlaringizni diqqat bilan tanlang. Ularga do'stona va
.sodiq bo'ling, lekin har doim ma'lum masofani saqlang
O'zaro hurmat siz bilan ular o'rtasidagi bog'lovchi vosita
.bo'lsin va ular bilan odob chegarasidan chiqmang
Boshqalar bilan til topishish oson, lekin agar siz ularning
mehr-muhabbati va hurmatini saqlab qolmoqchi bo'lsangiz,
.ushbu maslahatga amal qilishingiz kerak

Kimki o'z qalbining magnitini kosmik magnitga chuqur
diqqat bilan ishqalasa, u o'sha magnitning bir qismiga
aylanadi, uning xususiyatlariga ega bo'ladi va o'ziga barcha
.yaxshi va solih narsalarni olib keladi
O'zini tasdiqlash

Men diqqatni jamlash va meditatsiya qobiliyatlarimni
rivojlantiraman, foydali kitoblar va yaxshi materiallarni
o'qiyman va boshqa odamlarning his-tuyg'ulariga ko'proq
.e'tibor beraman

Men Xudo menga bergan barcha yaxshiliklarni
qadrlayman va Saxovatli Zotning menga bergan ko'plab
.ne'matlarini eslatish uchun noqulay vaziyatlarni kutmayman
Bugun men o'zimga ega bo'lgan jozibadorlik kuchiga
ko'ra o'zimga yaxshilik olib keladigan ruhiy magnit bo'lishga
.harakat qilaman

Tanaga tegishli bo'lgan hamma narsa chirishga moyil,
ruhga tegishli bo'lgan hamma narsa esa o'lmas va abadiydir.
Shuning uchun men hayotimda moddiy narsalarga birinchi
o'rinda turmayman

Agar men avvalo Xudoni izlasam, barcha tilaklarim
amalga oshadi va ulug'vor saroyda yoki oddiy uyda
yashashim muhim emas. Agar men halollik, samimiylik va
halollik bilan yashasam, boshqalarni yupatib, ularga hayot
yo'lida rahm-shafqat, mehr-oqibat, sevgi va dalda bersam,
ongim kengayadi va ma'naviy tushuncham gullab-yashnaydi

* * *

Talabalardan biri so'radi: "Ustoz, jon abadiy yo'qolishi
mumkinmi

:Janob Paramhansa javob berdi
Mumkin emas! Chunki har bir jon Xudoning ajralmas"
qismidir va shuning uchun u abadiy, o'lmas, chirishga
tegman

Shogirdlardan biri ma'naviy taraqqiyot alomatlarini
izlashda hech qanday kuchini ayamadi, shuning uchun ustoz
unga dedi

Agar siz urug' ekib, o'sishini tekshirish uchun har kuni"
qazib olsangiz, uning ildizlari tuproqqa yopishmaydi va u
o'smaydi

Unga yaxshilab g'amxo'rlik qiling, lekin juda qiziquvchan
bo'lmang

Ma'naviy bilimlarga nazar

Dono ustoz uchun

Paramhansa Yogananda

**Insoniyat ilm-fan va san'atning barcha sohalarida,
jumladan, atom sirlarida egallashga intiladigan
barcha bilimlar**

**Koinot va insoniyat tarixi, barchasi efirda
tebranishlar shaklida mavjud.**

Bu tebranishlar bizni o'rab oladi va ularga to'g'ridan-to'g'ri kirishning bir yo'li bor. Bu ruhning idroki orqali amalga oshiriladi.

Bu mantiq davri. Har bir tajribani tushunish uchun uni diqqat bilan va sinchkovlik bilan o'rganish kerak.

Va uning mazmunini tushunish orqali illyuziya to'sig'ini yengib o'tish mumkin. Hamma narsaning sababi bor va bu tahlil davrida,

Biz bu tushunchaga erishish uchun harakat qilishimiz kerak

Men quyidagi so'zlarni aytib, ruhiy ekstaz holatiga kirishim mumkin:

"Xudo, Xudo, Xudo"

**Men bu holatga meditatsiya orqali kira olaman
Yoki go'zal tabiiy manzarani ko'rish orqali
Yoki Xudoning nuri va sevgisi bilan nur
sochadigan yuzga qarash orqali**

*** * ***

Biz ma'lumni tushunish va undan zavqlanish orqali iste'mol qilamiz. Keyin biz noma'lumni o'rganishga o'tamiz, chunki ma'lum emas

Bu bizga uzoq muddatli qoniqish bag'ishlaydi. Agar u bizga shu qoniqishni berganida edi, biz bu sayyora Yerda shuncha vaqt qolmagan bo'lar edik.

Kelajak uchun tasavvurga ega bo'lmasdan, takomillashtirishga harakat qilmasdan va tadqiqot qilish uchun tashabbuskorlik ruhisiz doimo ma'lum bo'lgan narsadan qanoatlanish

Fikrlash va tushuntirishga undash bo'lmaganda, insoniyat uchun turg'unlik va inertsia, natijada esa yo'q bo'lib ketish yuz berar edi.

Va yo'qolib bormoqda

*** * ***

Xavfsizlik qirg'og'iga yetgunimizcha bu yerdagi hayot bepusht va tartibsiz ko'rinadi

Biz umidlarimizni o'tkinchi dunyoviy maqsadlar va nozik moddiy narsalarga bog'lamasligimiz kerak

Bunday nozik bog'liqliklar bizni ongsiz ravishda asosiy maqsadimizdan uzoqlashtiradi

Xuddi bu bizni asl o'zligimizdan uzoqlashtirgani kabi

Asalari tinimsiz mehnat qiladi va qiyin paytlarga tayyorgarlik ko'radi, qish kelganda esa bahorgi hosildan to'plagan narsalaridan zavqlanadi.

Va yoz

Shunday qilib, biz ilohiy tinchlik asalini qanday yig'ishni va qiyin vaziyatlarga dosh berish qobiliyatini o'rganishimiz kerak.

Biz ular bilan hayotda uchrashamiz

*** * ***

Bu o'zgaruvchan dunyoda

Bu xavf va noaniqlik bilan to'la

O'zingizni juda yolg'iz his qilasiz, faqat Xudo sizni tark etmaydi

Umidlaringiz puchga chiqmaydi

Rabbim, menga baraka ber

Ma'naviy kuch va muvaffaqiyat urug'larini o'stirish

Ichimda yashiringan

Va shunda men uni sizga yoqadigan tarzda ishlatishim mumkin

*** * ***

Vaqti-vaqti bilan inson o'zi bilan yolg'iz qolish uchun hamma narsani tashlab ketishi kerak, toki u maqsad haqida o'ylay olsin.

hayot

Aksariyat odamlar an'analar va naqshlar oqimida adashib qolishgan; aslida ular hech qachon o'z hayotlarini chinakamiga yashamaganlar

Ular dunyo hayotida yashaydilar. Xo'sh, ular nimaga erishdilar va qayerga borishdi?

Shuning uchun, inson tinchlik topish uchun vaqti-vaqti bilan o'zini kundalik ishlar va "majburiyatlar"dan chetlashtirishi oqilonadir.

Uning ongi tartibsiz va u o'zini tushunishga va erishmoqchi bo'lgan maqsadini aniqlashga harakat qilmoqda

*** * ***

Kim Xudoni sevsa va shuning uchun hammani sevsa, bu u boshqalarning xatolari va kamchiliklarini sevishini anglatmaydi.

Xudoni sevgan kishi Uning qonunlariga sodiq qoladi. Harakatlarim Xudoga bag'ishlanganligini anglaganimda, e'tiqodlarim noto'g'ri bo'lishi mumkin degan tuyg'u yo'qoldi.

Noto'g'ri bo'lganimda tuzatishga tayyorman, lekin haq bo'lganimda, bundan voz kechmayman

Ichki tuyg'u

Bu tuyg'u hissiyotdan tug'ilmaydi, balki haqiqatdan kelib chiqadi va shuning uchun u mening ishonchimni mustahkamlaydi va qarorimda qat'iy turadi.

Agar inson o'zining farovonligiga boshqalarning farovonligini qo'shmasa, u farovon hayotning ma'nosini bilmaydi.

Men aytmoqchi bo'lganim, boshqalarga o'zlariga yordam berishlari uchun chinakamiga yordam berish istagi. Shunda siz bitmas-tuganmas manba topasiz.

Yaxshi ishlar hayotingizda ishlaydi

Qanday vaziyatda bo'lishingizdan qat'i nazar, ushbu qonun siz uchun doim ishlaydi va sizga kerak bo'lgan hamma narsani ta'minlaydi

*** * ***

Ma'naviy yo'lda chuqur samimiylik juda muhim, chunki poklik va haqiqatda qalbning tonglari otadi.

*** * ***

Sevgan insoningizga yaqin bo'lganingizda, ularning fikrlarini his qilishingiz mumkin, lekin uzoqdagi odamning fikrlarini his qila olmasligingiz mumkin.

Agar sizda murakkab sezgi maydoni bo'lmasa, bu sizdan tashqarida

Muntazam ravishda diqqatni jamlash va meditatsiya texnikasini qo'llaydiganlar o'zlarini ancha xotirjam his qilishadi va natijada fikrlari yanada ravshanlashadi.

Ilmiy amaliyotlari tufayli ular hatto uzoq masofadan ham boshqalarning fikr va niyatlarini sezishlari mumkin.

!

U bo'sh qo'l bilan qaytib keldi

Ustoz Paramhansa ta'limotlariga asoslangan hikoya

Podshohlardan birining qizi turmush qurish yoshiga yetganda, uning otasi, podshoh, unga turmushga chiqishni istagan har bir kishi bajarishi shart bo'lgan shartni qo'ydi.

Uning yutug'i shundaki, har bir potentsial da'vogar hech kim bilmasdan biror narsani o'g'irlashi kerak edi

Belgilangan kuni notiqalar har tomondan to'planishdi, har biri o'zlari bilan turli xil o'ljalarini olib kelishdi, har biri qo'shiq aytishdi.

Ular orasida shartni bajarish orqali maqsadga erishish umidlari ham bor

Shunda ismini aytmagan bir yigit paydo bo'lib, shohga dedi:

"Janobi oliylari, siz so'ragan narsaga erishishning iloji yo'q, chunki agar men biror narsani o'g'irlasam va dunyoda hech kim mening qilmishim haqida bilmasa, lekin

Biroq, men bu haqda bilib olaman va bu men qila olmaydigan narsa."

Yigitning gaplaridan podshoh juda xursand bo'lib, javob berdi:

"Sen mening qizimga loyiqsan, chunki sen shartni bajarding va mening kuyovim va merosxo'rim bo'lishga loyiqsan."

*** * ***

Egalik qilish samarasizdir. Turmush o'rtoqlardan biri ikkinchisini nazorat qilishga harakat qilganda, bu o'zini tuta olmasligining belgisidir.

sevgi

Lekin ular o'z sevgilarini samimiy, do'stona g'amxo'rlik, his-tuyg'ularni sinchkovlik bilan hisobga olish va boshqasini baxtli qilish uchun samimiy istak bilan ifoda etganda

Sevgi yuksak sifatga ega bo'ladi va bunday munosabatlarda biz ilohiy sevgining bir qismini ko'ramiz.

*** * ***

Xudoga olib boradigan yo'l eng sodda va eng oson yo'l, ammo marosimlarga qaramay, kam odam undan yurmoqda.

Va ko'plab rasmiyatchiliklar

Qalbimizni Xudoga qaratib, Undan biz uchun eng yaxshi va eng uzoq davom etadigan narsani so'rashimiz yaxshiroqdir.

Aslida, Xudo bizni yovuz nuqtalar va xavfli tuzoqlardan uzoqroq tutishni istagani uchun bizni kutmoqda.

U bizni qalbimizda va ongimizda U bilan birga bo'lishini xohlaydi, chunki bu dunyoning arzon buyumlari insonning xohishini qondira olmaydi yoki ma'naviy bo'shliqni to'ldira olmaydi.

U ich-ichidan chuqur his qilayotgan narsa

Xudo biz bilan doimo gaplashadi, lekin Uning ovozini kam odam eshitadi

Bu sokin ovoz ko'pincha shovqinli fikrlar va ochiq istaklar shovqini bilan bo'g'ilib ketadi.

Lekin fikrlar tinchlanib, istaklar tinchlanganda, biz Xudoning ovozini aniq eshitamiz, garchi u jim va zaif bo'lsa ham.

Darhaqiqat, Xudo insoniyatga yordam berish uchun hamma narsani qiladi; U eshiklarni ochadi va yo'llarni yoritadi, toki biz qayerga qadam qo'yishimiz kerakligini ko'ra olaylik.

U qoqiladi, lekin oyog'i toymaydi; ammo, ko'pchilik bu haqiqatni anglamaydi

*** * ***

Yo'qotilgan kun - bu Xudo haqida o'ylamasdan va Unga ma'qul bo'lgan narsalarni izlamasdan o'tadigan kundir.

*** * ***

Sevgi son-sanoqsiz favvoralardan tinimsiz oqayotgan buloqdir va yurakning teshiklari noto'g'ri xatti-harakatlar bilan to'silganda

Biz uning boshqa yurakdan mo'l-ko'l otilib chiqayotganini ko'ramiz Lekin sevgi har qanday yurakda o'ladi degan fikr

**Bu sevgining universal tabiatini bilmaslikdir
Sevgi kanallari noto'g'ri harakatlar bilan to'sib qo'yilmasligi kerak**

Va keyin ilohiy sevgining sof suvidan ho'plab ichish mumkin

Barcha yaxshi qalblardan oqim

*** * ***

Barmog'i amputatsiya qilingan odamlar ko'pincha barmog'i hali ham o'sha yerda ekanligini his qilishadi. Va oyoq-qo'lini yo'qotgan har bir kishi.

Bu tuyg'u ma'lum

Tanadagi har bir organning yashirin, efiga o'xshash o'xshashi yoki o'xshashi bor. Jismoniy yurak ortida yashirin yurak yashiringan.

Busiz, ko'rinadigan yurak ura olmas edi

Odamlarda ko'rish, eshitish, miya, suyaklar va efir nervlari kabi ko'rinmas organlar mavjud. Bu organlar

Yorug'lik va faollik to'qimalari sifatida ular ko'rinmas insonning sayyoraviy tanasini tashkil qiladi.

Sayyoraviy yoki efir tanasi ko'rinadigan jismoniy tanaga juda o'xshash. Farqi shundaki, uning yorqin, hayotiy shakli

Juda yaxshi

*** * ***

Biror kishi o'zining mustaqilligiga amin bo'lsa, uning g'alabasi mutlaq hukmdorning g'alabasidan kattaroqdir, chunki bu g'alabadir.

U vijdon sudi oldida tik turadi

G'oyalar hakamlar hay'ati, odam esa sudlanuvchi

Inson har kuni o'zini javobgar deb bilishi kerak va u vijdoni uni qanchalik ko'p tarbiyalab, jazolasa, o'zini takomillashtirishga shunchalik ko'p intilishini angelaydi.

Inson qanchalik ijobiy, halol va to'g'ri yondashsa, hayotda shuncha muvaffaqiyatli va g'olib bo'ladi.

*** * ***

Kosmik ongni chuqur o'rganganlar avtomatik ravishda yuqori ruhiy qobiliyatlarni va kuchlar ustidan nazoratni rivojlantiradilar.

Tabiiyki, Xudoni chinakam anglagan hech bir inson donolik yoki bilimsiz o'z kuchini maqtanish va ko'z-ko'z qilish uchun ishlatmaydi.

Aqlli bo'ling

Donolar Xudoning yagona mavjudot ekanligini tushunishadi va kamtarlik bilan Unga bergan ajoyib in'omlarini nisbat berishadi.

Ular buni qilishlari kerak

Borliqdagi hamma narsa mo''jiza emasmi? Va inson, o'zining mavjudligi tufayli ham mo''jiza emasmi?

Agar insonlar Xudo yaratgan barcha mo''jizalardan qoniqmasa, nega avliyolar ko'proq ish qilishlari kerak?

Mo''jizalarmi?

Xudoning solih avliyolari hech narsa qilmaydi, agar Xudo ulardan buni so'ramasa va sirli va murakkab sabablarga ko'ra.

Ba'zan tushunish muhim ahamiyatga ega

*** * ***

Fikrlash, gapirish, his qilish yoki harakat qilish uchun bizga kerak bo'lgan qobiliyatlarning barchasi Xudodan ekanligini anglaganimizda va bu

U doim biz bilan, bizni ilhomlantiradi va yo'naltiradi va biz psixologik stressdan darhol xalos bo'lamiz

Bu anglash bilan birga quvonch chaqnashlari paydo bo'ladi va ba'zan insonning borlig'ini chuqur, bir zumda yo'q qiladigan ma'rifat qamrab oladi.

Qo'rquv haqidagi fikrlar

Xudoning qudrati okeanga o'xshaydi, u to'lqinlanib, qalbni tozalash jarayonida qamrab oladi, barcha xayoliy to'siqlarni yo'q qiladi.

Shubha, asabiylashish va qo'rquv ichida

Inson o'zini shunchaki jismoniy tana deb o'ylaydi va boshqa hech narsa emas, lekin bu inson o'zining asl o'ziga tegishi bilan yengib o'tilishi mumkin bo'lgan illyuziya.

Meditatsiya orqali ma'naviyat Shunda siz tananing dengiz yuzasida suzib yurgan faollik pufagidan boshqa narsa emasligini anglaysiz.

Kosmik

*** * ***

**To'lqinlar paydo bo'ladigan okean bo'lmaganda,
to'lqinlar mavjud bo'lmas edi**

**Shunday qilib, biz hayotimizning undan
chiqadigan to'lqinlarini qo'llab-quvvatlaydigan ilohiy
okeanni tanib olishimiz va unga tegishimiz kerak.**

*** * ***

**Fikr elektr kabi kuchdir va psixologik holatlar
fikrlash va fikrlash tarzi bilan bog'liq.**

**Elektr energiyasi ham foydali, ham zararli. Uni
to'g'ri ishlatishni biladigan har bir kishi uni o'z
xizmatiga oladi, aks holda u elektr toki urishi mumkin.**

**Xuddi shunday, agar insonning fikrlari to'g'ri
yo'nalishga yo'naltirilgan bo'lsa, ular egasiga baxt
keltiradi; aks holda, ular unga zarar keltiradi.**

Muammo

**Fikr yovvoyi otga o'xshaydi, ammo uni
bo'ysundirish imkonsiz emas va ijobiy fikrlash uni
boshqarishning bir usulidir.**

Fikr bilan

**Sog'lom fikrlash yaqin do'st, noto'g'ri fikrlash esa
doimiy dushmandir.**

**Sog'lom fikrlash tinchlik va xavfsizlikni jalb qiladi,
noto'g'ri fikrlash esa egasiga ikki baravar qaytadigan
halokatli o'qlarni otadi.**

Mukofot amalga mutanosib ekanligi aytiladi

**Inson yaxshi niyatlarni amalga oshirar ekan,
uning fikrlari qalb xonalarini yoritadigan va zulmatni
yo'qotadigan mash'alalarga aylanadi.**

Shunda u chuqur yengillik his qiladi

**Uning ko'zlari mamnuniyat tabassumi bilan
porladi!**

*** * ***

Bizga baraka ber, ey Rabbim

**Shunday qilib, biz bir-birimizga qalbimizni
ochishimiz mumkin**

Keling, niyatlarimizni aniqlaylik

**Balki biz Sening himoyang va g'amxo'rligingga
loyiqmiz O'zingni ichki va tashqi tomondan ochib ber
Keling, muborak ismingni kuylaymiz Muqaddas nuring
bilan johillik zulmatini yo'q qil Ongimizdan zulmatni
yo'q qil**

**Sizning huzuringizning yorqin, keng nuri bilan
Samimiy qalblar birlashgan holda
Va bizning uyg'un qalblarimizning sog'inchi
Biz Senga sajda qilamiz, Sendan yordam va yo'l-
yo'riq so'raymiz**

**Va qalbimizda sizning borligingizni doimo
anglash. Sizga barcha sevgimizni, hurmatimizni va
sog'inchimizni bag'ishlaymiz.**

**Chunki siz bizning sevimlimizsiz va bu olamda
bizda bor narsa bor**

**Xudo bizga "amrlar" deb nomlangan ruhiy
qonunlarni berdi, ammo bu amrlar har kuni va har bir
joyda buziladi va buziladi.**

joy

**Agar odamlar uning ma'naviy ma'nosini
tushunmasalar, ular doimo undan shikoyat qiladilar
va undan yuz o'giradilar.**

**Bu amrlar barcha Ibrohim dinlari tomonidan
qo'llab-quvvatlangan abadiy xulq-atvor qoidalaridir.
Biroq, matnlar ko'pincha talqin qilinmaydi.**

**Ushbu amrlarning psixologik jihati va ularni
qo'llash bilan bog'liq foydalar**

**Odamlar buni ibodatxonalarda qabul qilishadi,
lekin o'sha joylardan tashqarida shunga mos ravishda
harakat qilishmaydi va buni o'sha joylar deb
oqlashadi.**

Qarorlar amaliy emas, mantiqsiz va zamon ruhiga mos kelmaydi.

Biroq, bu amrlarni buzish dunyodagi barcha azob-uqubatlarning asosiy sababidir.

Inson boshqalarning huquqlarini buzmasligi, ularning yerini, tinchligini, sevgisini yoki qadri-qimmatini tortib olmasligi kerak.

Yoki ularning har qanday moddiy va nomoddiy aktivlari

Agar o'zingizniki bo'lmagan narsani olish istagini his qilmasangiz, unda sizga kerak bo'lgan yoki xohishingiz sizga keladi.

O'g'irlik birinchi navbatda odam boshqalarga hasad qila boshlaganda ongda paydo bo'ladi

Yomon istaklarning urug'larini ongdan olib tashlash kerak

Ma'naviy altruizm - bu inson avtomatik ravishda mo'l-ko'pchilikni jalb qiladigan va unga barcha yo'nalishlardan barakalar yog'adigan yo'ldir.

U biladi va bilmaydi

Bu xatosiz ilohiy qonun. Lekin o'g'rilar va xudbin odamlar umrlarini moddiy narsalar ortidan quvib o'tkazadilar, ko'zlari doim

Boshqalarning xazinasini oltinga to'la bo'lsa ham, nimaga ega bo'lsa ham

Moddiy xudbinlikdan voz kechilmaguncha, dunyo baxtni bila olmaydi

Agar siz Xudoni sevuvchi bo'lsangiz va Uning huzurini his qilishni istasangiz, ongingiz va tanangizni Uning tinchligiga cho'mdirishingiz kerak, shunda U sizga tabassum qiladi.

Hayot siz uchun ko'p jihatdan yaxshilanmoqda

Xotirjam odam kamdan-kam hollarda xato qiladi va minglab boshqalar muvaffaqiyatsizlikka uchragan joyda muvaffaqiyatga erishadi.

Xudo haqida o'ylamaydigan yoki Unga ahamiyat bermaydiganlar tushkunlikka tushib, baxtsiz bo'lishadi; ular asabiylashadi va mashinalarga o'xshash narsaga aylanadilar.

Animatsiya qilingan

Agar harakat qilsangiz, donolik va tinchlik quyoshi xotirjamlik osmonida ko'tariladi va borlig'ingizni shifobaxsh nurlari bilan cho'miltiradi.

Ma'naviy jihatdan va qalbingizda Xudoga birinchi o'rinni bering

*** * ***

Inson boshqalarning huquqlarini buzmasligi, ularning yerini, tinchligini, sevgisini yoki qadr-qimmatini tortib olmasligi kerak.

Yoki ularning har qanday moddiy va nomoddiy aktivlari

Agar o'zingizniki bo'lmagan narsani olish istagini his qilmasangiz, unda sizga kerak bo'lgan yoki xohishingiz sizga keladi.

O'g'irlik birinchi navbatda odam boshqalarga hasad qila boshlaganda ongda paydo bo'ladi

Yomon istaklarning urug'larini ongdan olib tashlash kerak

Ma'naviy altruizm - bu inson avtomatik ravishda mo'l-ko'lchilikni jalb qiladigan va unga barcha yo'nalishlardan barakalar yog'adigan yo'ldir.

U biladi va bilmaydi

Bu xatosiz ilohiy qonun. Lekin o'g'rilar va xudbin odamlar hayotlarini moddiy narsalar ortidan quvib o'tkazadilar, ko'zlari doim

Boshqalarning xazinasini oltinga to'la bo'lsa ham, nimaga ega bo'lsa ham

**Moddiy xudbinlikdan voz kechilmaguncha, dunyo
baxtni bila olmaydi**

*** * ***

**Ey Xudoyim
Sevgilimning ingichka shami nuri ostida
Oltin kitobingizni o'qing
Jonimning gumbazidagi qo'riqchi
Asrlar va davrlar davomida
Sening muqaddas sevging, ey Xudo, edi va abadiy
shunday bo'lib qoladi
Tinchlikning ko'rinmas shami
Bu mening zulmatimni yo'q qiladi
Va siz menga maxfiy chiziqlarni ko'rsatasiz
Yuragim sahifalariga yozilgan**

*** * ***

**Ilohiy donoliging bilan ongim idishini to'ldir
His-tuyg'ularim shishasini rahm-shafqating bilan
to'ldiring
Ruhim savatini muborak biliming mevalari bilan
to'ldir.**

**Hayotim idishidan foydalanib, uni sevging bilan
to'ldir**

**Va uni boshqalarning qalbiga quying Mening
xabardorligim hamma joyda oqishiga yo'l qo'ying
Sizning buyuk mavjudligingizga singib ketish
uchun**

**Mana mening sevgimning tong nurlari
Sizga bo'lgan sog'inch singan yuragimdagi
yoriqlardan kelib chiqadi**

**Borliqqa porlayotgan sevgingiz quyoshini kutib
olish uchun**

**Va sizning yorqin sevgingiz tufayli
Mening zulmatim yorug'lik va xotirjamlikka
aylandi**

*** * ***

**Ey miltillovchi yulduz
Va uyg'un g'oyalarning pichirlovchisi
Va sevgilisi mehribon qalbdan chiqadi
Men sizning sevgingizdan boshqa hech narsa
so'ramayman**

**Chunki seni sevish mening huquqim va burchimdir
Sen hayotimda mening birinchi ustuvorligimsan
Va mening sog'inch qalbidagi birinchi istak sen
uchun**

**Men baxtimni siz orqali topdim
Va sizni rozi qilish hayotimdagi eng katta yutuqdir
Ilohiy sevgi madhiyasidan**

*** * ***

**Biror kishi o'zining aqliy simsiz qurilmasini aniq
sozlaganda, u fikr xabarlarini uzatishi va qabul qilishi
mumkin**

**Intellektual tartibsizliklar, kuchli his-tuyg'ular va
his-tuyg'ular nazorati va ularning talablariga berilish -
bularning barchasi zararli.**

**Bu ongni simsiz ravishda buzadi, chuqur
xotirjamlik, sukunat, aqliy diqqatni jamlash va
jismoniy mashqlar esa mukammal uyg'unlikka erishish
uchun muhim elementlardir.**

**Ovozlar efirni kesib o'tganidek, fikrlarimiz ham
bizni va undagi barcha narsalarni o'rab turgan kosmik
ong efiri orqali harakatlanadi.**

**Mavjudlik Avvalo, inson Xudo bilan uyg'unlikda
bo'lishi kerak va birinchi bo'lib yetkaziladigan xabar
quyidagicha bo'lishi kerak:**

**"Ey Rabbim, men seni tengsiz sevgi bilan
sevaman"**

*** * ***

Ey ilohiy kulol

Hayot g'ildiragida milliardlab noyob va turli xil inson tanalari shakllanadi: mo'rt jismoniy konstruksiyalar.

O'lmas inson ruhi uchun

Sizning yashirin ijod fabrikangiz hamma narsani ishlab chiqaradi: inson farzandlaringizning uylari uchun zarur bo'lgan barcha mebel va jihozlar

Jismoniy, aqliy va ma'naviy

Siz tabiat mahsulotlarini o'z fasllarida yaratuvchisi, ishlab chiqaruvchisi va namoyishchisiz!

Siz qimmatbaho ma'naviy boyliklarni qo'lga kiritish uchun qilingan sa'y-harakatlarni yuqori baholaydigan Samoviy Ustozsiz

Va munosib hayot uchun zarur

Sizning hamkorlik rejangiz insonning Sizning ne'matlaringizga loyiq bo'lish va ulardan bahramand bo'lish uchun ishlashi kerakligini belgilaydi; u berishi kerak

To'yimli oziq-ovqat olish uchun pul sarflash yoki tuproqda ishlash va sog'lig'ingizni saqlash uchun ehtiyotkorlik va me'yorga rioya qilish

Xuddi u uyi uchun yetarli yorug'lik va kuch oqimini olish uchun o'qish va o'zini o'zi tarbiyalash uchun pul to'lashi kerak bo'lganidek

Ma'naviy tasalli

Shuningdek, u chanqog'ini qondiradigan va uni tozalaydigan ilohiy sevgi buloqlarini topish uchun o'zining ichki dunyosiga astoydil va faol ravishda kirib borishi kerak.

Dunyoning chang va iflosligi

Moddiy narsalarni sotib olish va sotish mumkin, ammo sizning ne'matlaringiz bebahodir

Bu sotish yoki sotib olish uchun emas!

**Har birimiz bir kun o'zimizga kelib, ilohiy
o'zligimizga qaytamiz, Sening ne'mating bilan
o'ralgan muqaddas joyini anglaymiz.**

Bu abadiy saxovat bilan berilgan odam!

**Paramhansa Yoganandanani "Abadiyatdan
shivirlashlar" asaridan**

*** * ***

**Boshqalarni mehrimizga ishontira olsak
Va vaqt sinovlari va boshqa sinovlar orqali biz
ishonch hosil qilganimizda**

**Kimdir bizni chin dildan butun qalbi bilan sevadi
Va biz o'sha odamga nisbatan ham xuddi shunday
his qilamiz**

**Shaxsiy manfaat uchun emas, balki shunchaki
do'stlik tuyg'usini his qilish uchun**

**Biz Xudoning aksini ko'ramiz va Xudoning
borligini his qilamiz**

**Va biz o'sha muborak do'stlikda Xudoning ovozini
eshitamiz**

*** * ***

**Ba'zan hamma narsa muammosiz ketayotgandek
tuyuladi, shuning uchun biz dunyo yaxshi va
ishlarimiz joyida deb o'ylaymiz.**

**Biroq, hamma narsa bizga qarshi ekanligini his
qiladigan vaqt keladi va bu bizning qat'iyatimizni
mustahkamlash va uxlab yotgan kuchli
tomonlarimizni ochib berish uchun saboqdir.**

Uning yashirin joylaridan

**Lekin buning o'rniga, biror narsa bizning
istaklarimizni barbod qilgani uchun biz xafa bo'lamiz.
Biz ularga erisha olmaganimiz uchun umidsizlikka
tushamiz.**

**Istaklarimiz bizni g'azabga moyil qiladi va ongimiz
chalkashib ketadi. Biz o'z joyimizni unutamiz va aql-
idrokimizni yo'qotamiz va harakat qilganimizda**

Kamsitish bo'lmasa, natija xatolar va baxtsizlikka olib keladi

Agar hayotdagi muvaffaqiyatsizliklar yoki ularni keltirib chiqarganlar tufayli g'azabga berilmasak, narsalarni aniqroq ko'ra olamiz va ular bilan samaraliroq kurasha olamiz.

Yaxshiroq

*** * ***

Xudo O'zining cheksiz rahm-shafqati bilan bizga quvonch va ilhom baxsh etadi

Va bu bizga haqiqiy hayotni beradi

Haqiqiy donolik

Haqiqiy baxt

Haqiqiy tushunish

Lekin Xudoning ulug'vorligi faqat ruh his qiladigan ruhiy xotirjamlikda va ongning U bilan uyg'unlashishga astoydil urinishida namoyon bo'ladi.

U yerda biz haqiqat bilan yuzma-yuz turibmiz, tashqarida esa illyuziyalar juda kuchli va ularni yorib o'tishga juda kam odam qodir.

Tashqi muhit ta'sirini bartaraf etish

Dunyo cheksiz murakkabliklari va son-sanoqsiz tajribalari bilan davom etmoqda

Xudoning ovozi hayotning ko'rinishlari ortida yashiringan, bizni doimo gullar, muqaddas kitoblar va boshqa manbalardan chaqiradi va biz bilan gaplashadi.

Vijdonimiz va hayotni yashashga arziydigan barcha go'zal narsalar orqali

*** * ***

Ey samoviy alkimyogar, metallimizni pokla! Zaifligimizni kuchga aylantir

Va noto'g'ri tushunchalarimizni haqiqatning haqiqiy idroklariga aylantiring Xudbin ambitsiyalarimizning jirkanch jinlarini o'zgartiring

**Yuksak, qanotli orzularimizga va og'riqli
johilligimizga, muqaddas donolikka va
dangasaligimizning asosiy xom ashyosiga
Ajoyib ma'naviy yutuqlardan sof oltinga**

U yerdan va u yerdan

Ekstatik qo'shiq

O'qituvchi Paramhansa Yogananda tomonidan hikoya
qilinganidek

Qadim zamonlarda Xudoning eshigi oldida bir zohid
yashar edi. U hech kimga va'z qilmas, hech kimga yo'l
ko'rsatmas va ilohiy sevgidan boshqa hech narsa haqida
gapirmas edi, bu uning yagona obsessiyasi edi.

U qayerga bormasin, ichida chuqur yonayotgan ilohiy
sevgini e'lon qildi. U faqat kerak bo'lganda gapirdi va uning
so'zlari kamdan-kam hollarda ikki yoki uchtdan oshardi,
ammo minglab odamlar uning qo'shiqlarini sog'inish va
ko'proq narsani orzu qilish bilan tinglash uchun unga
ergashdilar.

Ey Parvardigorim, Sen mening maqsadimsan va Senga
bo'lgan muhabbatim bayrog'imdir.

Jonim va qalbim seni sog'inadi, Ey mening eng buyuk
baxtim

Bir safar u qishloqlar bo'ylab oddiy qo'shig'ini kuylab
yurganida, erkaklar va ayollar ishlarini tashlab, uning
orqasidan ergashdilar, lekin u ularni endi ko'ra olmay
qolguncha birin-ketin orqada qolishdi.

Keyin u keng dalaga yetib keldi va u yerda don
o'rayotgan odamni ko'rdi va uni kutib oldi: "Ey o'rimchi, ey
o'rimchi". O'rimchi javob berdi: "Meni tinch qo'ying, do'stim,
men bilan gaplashmang, chunki men siz ko'rib
turganingizdek bandman. Mendan uzoqlashing, telba".

Lekin u unga: “Men sizdan men bilan gaplashishingizni so‘ramayman, shunchaki meni xursand qilishingizni va qo‘shiq aytishimga qo‘shilishingizni so‘rayman. Iltimos, ilohiy sevgilimning ismini men bilan birga takrorlab, meni xursand qila olasizmi, keyin men ketaman?!” dedi.

O‘rimchi u bilan birga qo‘shiq kuylay boshladi: “Ey Rabbim, Sen mening maqsadimsan... va Senga bo‘lgan sevgim mening bayrog‘imdir...” U xursand bo‘ldi va o‘roq qo‘lidan tushdi va u telba odamning orqasidan yurib, quvonch va g‘ayrat bilan qo‘shiq aytdi... hatto qushlar ham quvonchni his qilib, Xudoga bo‘lgan sevgi madhiyasini baqira boshladilar va kuylay boshladilar.

Ular yo‘lda davom etishganida, o‘rimchining xotini kelib, erini ayblay boshladi: "Senga nima bo‘ldi? Bu telba odamning orqasidan ergashishingga nima sabab bo‘ldi?" Ammo u javob berdi: "Men haqimda nima xohlasang, shuni ayt, lekin men bilan birga qo‘shiq ayt, bir marta bo‘lsa ham". Shunday qilib, u qo‘shiq aytishni boshladi va uchalasi ham ishtiyoq va quvonch bilan qo‘shiq aytishdi.

Ular qo‘shiq aytayotgan paytda, ba‘zi qishloq aholisi o‘tib ketib, bu voqea haqida hazillashib: "Hozirgi kunda juda ko‘p jinnilar bor!", deyishdi. Zohid ularga: "Ey odamlar, biz his qilayotgan narsani tatib ko‘rmaguningizcha, bizni hukm qilishda sabr qilinglar, iltimos qilaman, bizga qo‘shiq ayting va keyin hukm chiqaringlar", dedi.

Bu odamlar ularga qo‘shiq aytishga qo‘shilishdi va ular ilohiy sevgi bilan kasallanishdi va ular qalblarining tubidan va eng katta sog‘inish bilan muborak madhiyani kuylay boshladilar.

Ular haqidagi xabar butun mintaqaga tarqaldi va yuz, ikki yuz, uch yuz va besh yuz kishi ularning orqasidan ergashib, ularni to‘xtatib, haydab yuborishga harakat

qilishdi, ammo hammaning qalbi cheksiz quvonch va tobora ortib borayotgan sog'inich bilan aks-sado berdi:

Ey Parvardigorim, Sen mening maqsadimsan va Senga bo'lgan muhabbatim bayrog'imdir.

Jonim va qalbim seni sog'inadi, Ey mening eng buyuk baxtim

Xudo sizga baraka bersin va qalbingizni shod qilsin

Sizga tinchlik bo'lsin

Yetti faylasufning inson haqidagi nutqi

Birinchi faylasuf shunday degan edi:

Inson tarixning cho'qqisi, she'riyatning asosiy maqsadi va tabiatni Xudo bilan bog'laydigan tirik, erkin rishtadir.

Ikkinchi faylasuf shunday dedi:

Insonni kamsitmaylik yoki uning qadr-qimmatini kamsitmaylik, chunki u idrokning eng yuqori cho'qqilaridan eng past tubiga tushgan bo'lsa-da, u hali ham qalbida o'sha asl shon-sharaf va oliy ulug'vorlikning izlarini saqlaydi - chunki u qadimiy ma'badning singan ustunlariga o'xshasa-da, ma'badning ulug'vorligi hatto uning qolgan xarobalarida ham yaqqol ko'rinib turadi.

Uchinchi faylasuf shunday dedi:

Inson qanchalik kambag'al va qanchalik boy!

U qanchalik baxtsiz va qanchalik ulug'vor!

Bu qanchalik murakkab va qanchalik sodda!

To'rtinchi faylasuf shunday dedi:

Insonlar betartiblik, qarama-qarshiliklar va qarama-qarshi kuchlar to'plamidir. Garchi ular haqiqat ombori va abadiy donolikning qo'riqchilari bo'lishsa-da, ular shubha bilan o'ralgan va ularning qarashlari chalkashlik bilan xiralashgan. Bundan tashqari, ular noma'lum narsadan doimo xavotirda. Ular bir vaqtning o'zida koinotning g'ururi va uyatidir.

Beshinchi faylasuf shunday dedi:

Inson istaklari chegara bilmaydi va hech qanday boylik, qanchalik ulkan bo'lmasin, ularni qondira olmaydi. Inson o'z maqsadini, ya'ni Yaratuvchisi bilan uyg'unlashish va hayotining har bir daqiqasida Unga yaqinlikdan bahramand bo'lish maqsadini anglamaguncha, barqarorlik yoki xotirjamlikni topa olmaydi.

Oltinchi faylasuf shunday dedi:

Inson o'zining xohish-istaklari bilan emas, balki ularning eng ezgu maqsadlariga erishish uchun tinimsiz mehnat qilishi bilan belgilanadi. Ko'p sonli xohish-istaklari bilan emas, balki yaxshilikni yomondan ajratib, o'zi va jamiyati uchun foydali va yaxshi narsaga erishishi bilan.

Yettinchi faylasuf shunday dedi:

Inson Xudoning yer yuzida doimo oqayotgan kosmik daryo yuzasida suzib yurgan pufakchadir. Ba'zi pufakchalar boshqalariga qaraganda yorqinroq, ammo ularning barchasi oxir-oqibat yorilib, qirg'oqsiz kosmik dengizga qarab abadiy ketayotgan daryoga aylanadi.

Sizga tinchlik bo'lsin

Sizga yangi yil uchun sovg'am

Sizning ichingizda erishmoqchi bo'lgan maqsadingiz bormi?

Agar sizga bugun hayotni qaytadan boshlash imkoniyati berilsa, nima qilardingiz?

Hayot sizga bu tanlovni beradi va vaqtning egiluvchan keramik xamiri sizning qo'lingizda, xohlaganingizcha shakl berish uchun.

Qiyin tuyulgan yutuqlar ko'pincha mantiqiy va realistik bo'lishga yaqinroq bo'ladi. Qila olmayman deb o'ylagan narsalaringizni hozirdanoq bajara boshlang! O'zingizga yuklagan odatlaringizning cheklovlarini chetga surib qo'ying va ichki ovozingizning pichirlashlariga quloq soling.

Hayot o'zining qudug'iga chuqur kirib boradiganlar uchun yoqimli syurprizlarni tayyorlaydi

Hech bir maqsadga bir kunda erishib bo'lmaydi. Asosiysi, ertaga emas, hozir boshlash.

Xudoning marhamati bilan boshlang! Bu sehrli lahza xazinalarga to'la imkoniyatlar g'orining kalitidir

Ijodingizning cheksiz manbalari bilan doimo va abadiy oziqlanadigan, buloqlari hech qachon qurib qolmaydigan va zahirasi hech qachon kamaymaydigan ijodingiz havzasini oching.

Qobiliyat mas'uliyatni anglatadi, yashirin iste'dod esa hayot sizning g'amxo'rliğingizga ishonib topshirgan serhosil urug'dir. Uning qurib qolishiga va kechikishning bepusht tuprog'ida o'lishiga yo'l qo'ymang.

Hayot sizdan dalaga ekanini halollik bilan o'rib olishingizni so'raydi Sizga kerak bo'lgan barcha vositalar sizning ixtiyoringizda Shunday ekan, Xudo sizga yo'l-yo'riq ko'rsatsin, bu vositalarni aqlli ko'z bilan ajrating

Biror narsaga erishish istagi bilan to'ldirilgan shiddatli kuch bilan ishlamang, balki xotirjam, qulay va quvonch bilan ishlang.

Siz maqsadga erishish uchun harakat qilishni xohlaganingizdek, uni ko'proq xohlamaysiz

Sevgi bilan harakatga keltirilgan g'ayratli ong va qo'llar bilan, hozirgi zamonning oltin iplari bilan muvaffaqiyat naqshlarini to'qing

Lekin agar harakatlaringizda muvaffaqiyatsizlikka uchrasangiz, hafsalangiz pir bo'lmasin va umidsizlik sizga kirib kelishiga yo'l qo'ymang.

Lekin aqlga boy qalb bilan

Va moslashuvchan qo'l

Va yorqin ko'rish qobiliyatiga ega aniq ko'z

Qaytadan boshlang va ishonch hosil qiling

Gul urug'ning markazida joylashgan, lekin urug' o'zining boshlanishini yoki oxirini biladimi?

Lekin u iloji boricha ko'proq issiqlik va namlikni to'plaganligi sababli

Uning qalbi yorqin gulni ochib berish uchun kengayadi

Quyoshga tabassum qiling va uni hayot quvonchi va muvaffaqiyat zavqi bilan kutib oling

Mana hayot sizni do'stlashishga chaqiradi, ishlashga undaydi

Uning chaqirig'iga quloq solib, daldasiga javob berasizmi?

Va endi yuzingizni yorug'likka qaratasiz

Alloh yuzingizni O'z nuri bilan yoritib tursin

Yangi yilda orzularingiz ro'yobga chiqsin

Yangi Yil muborak!

Sharq-G'arb jurnali

Tarjimasi: Mahmud Abbos Masud

Buni kim aytdi?

Yuragimda sog'inch uyg'onadi, lekin men uni
yashiraman

Agar men uzoqda bo'lsam, u bilan xotira orqali muloqot
qilaman

Yurak uradi va sog'inchlar uni belgilaydi

Men bu oyatlarni daftarlarimdan biridan topdim

Kim aytganini eslolmayman, internetda kimligini
qidirdim

Men buni unga bog'lamoqchi edim, lekin internetda ham
topa olmadim

Bu mening e'tiborimni tortdi, chunki unda samimiy sevgi
bor edi

Va ma'lum bir sog'inch va aniq sadoqat

Chuqur bir tuyg'u shoirimizning qalbini larzaga solgan
bo'lsa kerak

Uning nuri uning qalbining tubini yoritib turardi

Uning oqimi yumshoq va tebranar edi

Uning qalbining nozik yo'llarida

U uni silkitdi, xursand qildi va xafa qildi

Keyin u o'zini yanada kuchaytirdi va nafis tuyg'ularning sof, tiniq oqimini to'kdi.

Va u o'tloq shabadalari kabi nozik so'zlarga aylandi

Va tuyg'u tubini uyg'otadigan ohangdor, efir qo'shig'i

Bu yerda biz intensiv ravishda diqqatni jamlagan fikrlarning sehrli ranglarini ko'ramiz

Va biz uning hayajonli, sog'inchli borlig'ida yonib turgan mash'alalarni ko'ramiz

U bilan birga achchiq qayg'uni ham totib ko'rishdan o'zimizni tiymasligimiz kerak

Biroq, u bu qayg'udan zavqlanayotganga o'xshaydi

U buni nishonladi va his-tuyg'ularining mohiyatidan yaratdi

Va bu yerda biz noma'lum shoirimizning boshidan kechirganlari haqida gapiramiz.

Uning she'rlari bizning e'tiborimizni tortdi, chunki u ularga joylagan

Uning qalbidan, mohiyatidan

Va u uning so'zlarida o'ziga xos iz qoldirdi

Qalblar doimo sevgiga to'lsin va sadoqat bilan pulsatsiyalansin

Sizga tinchlik bo'lsin

O'g'il va otasi o'rtasidagi dialog

O'g'il otasidan so'radi: "Ko'zlaringda tabassumni ko'ryapman, dada, buning siri nimada?"

U javob berdi: Chunki men o'zimni juda xotirjam his qilyapman

U: "Gapiring! Nima bo'lyapti?" dedi.

U javob berdi: Qalbimga xotirjamlik hissi singib ketadi va tabassum yuzimda paydo bo'lishidan oldin ko'zlarimda aks etadi.

U dedi: Hammasi shumi?

U javob berdi: Xotiralar uyg'onadi

U so'radi: Bu qanday xotiralar?

U javob berdi: Bu shirin va hujayralarni rag'batlantiradi

U dedi: Bu qanday sodir bo'ladi?

U javob berdi: Fikr, o'g'lim, elektr kabi kuchdir va psixologik holatlar fikrlash va fikrlash tarziga bog'liq.

U shunday dedi: "Elektr kabi quvvat" deganda nimani nazarda tutyapsiz?

U javob berdi: Elektr energiyasi ham foydali, ham zararli. Kim uni to'g'ri ishlatsa, u foydali bo'ladi, aks holda u uni elektr toki urishi mumkin.

U shunday dedi: Taqqoslashning asosi nima?

U javob berdi: Fikr ham, agar uni to'g'ri yo'lga yo'naltirsangiz, u sizni baxtli qiladi, aks holda u sizga azob keltiradi.

U: «U yovvoyi otga o'xshab ketayotgan ekan, men uni qanday yo'naltira olaman?» dedi.

U javob berdi: Bu imkonsiz emas, chunki agar siz otlarning tabiati bilan tanishish tajribasiga ega bo'lsangiz, ular yovvoyi va tartibsiz bo'lsa ham, ularni boshqarishni yaxshilaysiz.

U shunday dedi: Do'st insonga eng yaqin odamlardan biri, deyishadi, bu rostmi?

U javob berdi: Albatta

U shunday degan: Demak, fikr do'stdir, chunki u insonga juda yaqin

U javob berdi: Ha va yo'q

U dedi: Qanday qilib?

U javob berdi: Sog'lom fikrlash yaqin do'st, noto'g'ri fikrlash esa doimiy dushmandir.

U dedi: Qanday qilib?

U javob berdi: Sog'lom fikrlash tinchlik va osoyishtalikni jalb qiladi, nosog'lom fikrlash esa o'z egasiga ikki barobar ko'paytirib qaytaradigan halokatli o'qlarni otadi – Xudo sizning yaxshi amallaringizni ko'paytirsin – va shuning uchun mukofot amal bilan bir xil deyiladi.

U dedi: Va bundan qanday qochish mumkin?

U javob berdi: Agar siz boshqalarga yaxshilik tilab, ular uchun Xudodan yordam va yo'l-yo'riq so'rasangiz, fikrlaringiz qalb xonalarini yoritadigan va zulmat uyumlarini haydab chiqaradigan mash'alalarga aylanadi.

U dedi: Keyin nima bo'ladi?

U javob berdi: Shunda siz chuqur xotirjamlikni his qilasiz va ko'zlaringiz tabassum qiladi!

Ko'zlaringizdagi va yuzlaringizdagi tabassum abadiy bo'lsin, do'stlarim

Sizga tinchlik bo'lsin

Xush kelibsiz mehmon

Bu yoqimli mehmon

Ko'z ko'ra olmaydi, lekin qalb his qiladi

Chalkashliklarni yo'q qiladigan quvonch yoki yengillik kabi

Va u singan qalblarni yupatadi

Bu muhim vaziyatlarni to'g'ri hal qilish uchun tushuncha beradi

Mehmonning his-tuyg'ulari unga eshikni ochish va uni ichkariga taklif qilish bilan bog'liq.

Taklif samimiy bo'lishi va uni olish istagidan kelib chiqishi kerak

Unda kuchli istak bilan mos keladigan orzu bor

"Qassad" yoki tog' qo'shiqchisi buni ishtiyoq bilan aytganda his qilgan:

(U meni tashrif bilan sharafladi va an'anani buzdi, yuragim sizga ichkaridan eshikni ochdi)

Haqiqiy quvonch aql yoki tasavvur mahsuli emas

Bu manbaga ega bo'lgan shaffof, efir elementidir

O'zini yangilaydigan bu manba tugab qolmaydi

Uning hech bo'lmaganda ozgina dozasini tatib ko'rmagan odam yo'qdir.

Buni his qilish darajasi qabul qilish kuchiga va tushunish qobiliyatiga bog'liq.

Bu barcha mavjudotlar iste'mol qila olmaydigan dengiz

Chunki uning manbai cheklilikka bo'ysunmaydi, balki mutlaq va cheksiz bilan bog'liq.

Ular saxovat va saxovatli odamlarni bunga o'xshatishdi

Bu menga ba'zi shoirlarga ergashgan o'sha bechora odamning hikoyasini eslatadi.

Ular Misrdagi xalifa oldiga ketayotgan edilar, xalifa ularni sovg'alar berish uchun chaqirgan edi. Kambag'al odamning yonida ko'za bor edi. Ular xalifaning saroyiga kirib, uning oldida turishlari bilan, u ularga saxovatli sovg'alar tarqata boshladi. Keyin u yirtiq kiyimdagi kambag'al odamga qarab, undan so'radi:

Sizni bizga nima olib keldi va bizdan nimaga ehtiyojingiz bor?

U javob berdi:

Odamlarning buyumlarini yig'ishtirib olayotganini ko'rganimda

Men ko'za bilan to'lib toshgan dengizingizga keldim

Xalifa: «Idishni oltin va kumush bilan to'ldiring», dedi.

Bu xalifa ummon saxovatiga nisbatan okean emas, balki uning bir tomchisi edi.

Agar she'riy asarning birgina misrasi uning saxovatini uyg'otib, shu darajaga yetkazgan bo'lsa va u shunchaki inson bo'lsa, unda saxovat manbai va ilohiy ne'mat dengiziga

qilingan har qanday samimiy murojaat qabul qilinadi va amalga oshiriladi va qoniqish hosil bo'lguncha berish takrorlanadi.

{Va, albatta, Parvardigoringiz sizga ato etadi va siz rozi bo'lasiz}

{Agar Allohning ne'matlarini sanasangiz, ularni sanay olmaysiz}

Xudo qalbingizni shod qilsin

Sizga tinchlik bo'lsin

Jim, sabrli o'rgimchak

Aziz do'stim, "O'z-o'zini boshqarish" dasturi boshlovchisi, yorqin professor Fahmi Al-Mashayxiy mendan buyuk amerikalik shoir Uolt Uitmannning bir nechta she'rlarini tarjima qilishimni so'radi. Uning mehribon iltimosini inobatga olib, men ushbu she'rni tanladim va ushbu tarjimani unga va barcha nafis adabiyot va ulug'vor ilhom ixlosmandlariga bag'ishlamoqchiman.

Plyajdagi kichik chiqib turgan tepalikli qoyada

O'rgimchak yolg'iz o'zi turgan joyda

Men uning joylashuvini belgilash uchun marker qo'ydim

Bu belgining maqsadi

Uni qanday aniqlash usulini bilish

Uning keng atrofi keng bo'shliq orasida

Keyin u o'zidan yupqa simni, keyin yana bir simni, keyin yana bittasini qo'yib yubordi

U ip g'altagini hayratlanarli tezlikda yoyishda davom
etdi

Charchoqni boshdan kechirmasdan

Va sen, jonim, cheksiz tubsizlik bilan o'ralgansan

Keng, cheksiz va cheksiz makondan

Va siz uzluksiz fikr va tushunchaga cho'masiz

Sarguzashtlarga kirishayotganingizni ko'ryapman

Siz g'oyalar va energiyalarni ochib berasiz

Siz olamlar va samoviy jismlarni qidirapsiz

Siz unga mustahkam rishtalar bilan bog'lanishingiz
mumkin

Shunday qilib, sizga kerakli ko'priknı qurishingiz mumkin

Kemangiz langar bilan himoyalangan

Sizdan ozod qiladigan ingichka ipingizgacha

Biror narsani ushlab turishdan

biron bir joyda

Voy jonim!

Uolt Uitman

Tarjimasi: Mahmud Abbos Masud

yulduz turkumi

Bu ajoyib shakllanishga ega yulduzlar guruhi

U astronomik jihatdan turli nomlar bilan, masalan,
Ghoulning boshi bilan tanilgan.

Uchib ketayotgan burgut, qulayotgan burgut va
Betelgeuse

Xina bilan bo'yalgan palma daraxti va Yaman yulduzi

Kitning og'zi, qudratli odam va boshqalar

Burjlar to'plami diqqatni tortadi

Ehtimol, uning Yerdan uzoqligi tufaylidir

Ehtimol, uni o'rab turgan sirlar va sirlar tufayli

Balki uning abadiy sukut saqlashi tufaylidir

Uning g'alati chaqnashi

Va ehtimol

Chunki bu odamni nigohini yerdan ko'tarishga majbur
qiladi

U yuksakroq va shirinroq narsaga intilsin!

"Yulduz turkumi" so'zi o'zining shirinligini uyg'otadigan
go'zal so'zdir.

O'sha astronomik hodisadan

Yorqin mavjudlik va yaltiroq go'zallik bilan

Va sizlar shundaysizlar, do'stlarim

Yorqin yulduzlar turkumi

Hayotim osmonida

Qayerda bo'lsangiz ham sizga salomlar

Va chuqurlikdan ufqlargacha mehr

Harakat ne'mat yoki falokat bo'lishi mumkin

Men mashhur maqolga "halokat" so'zini qo'shdim, chunki menga hamma harakatlar ham barakali emasdek tuyuldi va ularning ba'zilar nafaqat barakasiz, balki bir nechta darajalarga halokatli ta'sir ko'rsatadigan natijalarni keltirib chiqaradi.

Inson harakati o'z-o'zidan paydo bo'lmaydi, uyqu yoki uyquda yurish paytida sodir bo'lishi mumkin bo'lgan ba'zi harakatlar bundan mustasno, ongsiz ravishda boshqariladi. Aks holda, u ma'lum bir maqsadga erishish niyat va irodasi bilan boshqariladi.

Bu harakat o'z-o'zidan neytraldir, chunki u shunchaki inson motor tizimining buyruqlariga javoban ishlaydigan ongsiz vositadir, u esa o'z navbatida ongdan buyruqlarni oladi va ularni bajaradi.

Harakat boshqalarga yordam berish uchun ishlatilganda

Va ularning yuklarini yengillashtir

Vaziyatni yaxshilash uchun sensorli vositalardan foydalanish

Ham moddiy, ham ma'naviy darajada

Va qalblarga tasalli beradigan hamma narsani olib kelish

Va qalblarda tinchlik

U hayot uchun zarur bo'lgan narsalarni ta'minlaydi, hashamatni emas

Bu Alloh, farishtalar va payg'ambarlar tomonidan berilgan ne'matdir

Lekin agar harakat og'riq berish uchun ishlatilsa

Va zarar va qayg'u

Boshqalarning intellektual yoki moddiy imkoniyatlaridan foydalanish

Uning ruxsatisiz yoki roziligisiz

Natija baraka bo'lmaydi

Va keyin aytishimiz mumkin

"Harakat halokatga olib keladi"

O'z amallarini yaxshilik va Yaratuvchisining roziligi uchun ishlatadigan kishi baxtlidir:

Shunda Parvardigorlari ularga javob berdi: "Men sizlardan birorta ham ishchining, xoh erkak bo'lsin, xoh ayol bo'lsin, ishi zoe ketmas" (Oli Imron).

Va sharaflı hadisda:

"O'lgan odamga uchta narsa ergashadi; ikkitasi qaytib keladi, biri u bilan qoladi, oilasi, mol-mulki va amallari unga ergashadi; oilasi va mol-mulki qaytib keladi, amallari esa qoladi".

Imom Ali, Alloh uning yuzini ulug'lasin, o'z ilmlari xazinasidan biz bilan donolikni baham ko'radi va shunday deydi:

(*Ikki turdagi ish o'rtasida katta farq bor : zavqi o'tkinchi, ammo oqibati saqlanib qolgan ish va xarajatlari tugagan, ammo mukofoti saqlanib qolgan ish*)

Allohim qilgan yaxshi amallarimizni qabul qilsin, do'stlarim

Sizga tinchlik, Allohning rahmati va barakoti bo'lsin

Bar va xarobalar uyi

U shunday dedi: Meni bir masala bezovta qilmoqda va men bunga izoh berishni istayman

U javob berdi: Bu nima?

U shunday dedi: Men noto'g'ri yo'llardan yurgan, "hashamatli" va zavqlanayotgan odamlarni va muvaffaqiyatdan hech qanday ulush olmaydigan yaxshi odamlarni ko'rmoqdaman.

U shunday javob berdi: Odamlar ko'pincha solih va yovuz odamlarni hukm qilishda xato qilishadi, chunki ular tashqi ko'rinishiga qarab hukm qilishadi, boshqalarning qalbiga kirib, har bir insonning asl mohiyatini bilish va ularning yashirin niyatlari va harakatlaridan xabardor bo'lishga qodir emaslar. Lekin Xudo niyatlarni tekshiruvchi va sirlarni oshkor qiluvchidir; Faqat U yaxshilikni yomondan ajratadi va hukm qiladi. Shuning uchun, odamlar yovuz deb hisoblagan odam solih bo'lishi va ular solih deb hisoblagan odam yovuz bo'lishi ehtimoldan yiroq emas.

U shunday dedi: Bu masalalarda to'g'ri farqni aniqlashning yo'li bormi?

U javob berdi: Baxt va baxtsizlikni baholashda, agar biz to'g'ri harakat qilmasak, biz baxtli inson boylik va farovonlikdan bahramand bo'lgan, obro'ga erishgan, odamlarning hurmatiga sazovor bo'lgan va hayotning zavq va zavqlaridan bahramand bo'lgan odam deb taxmin qilamiz. Biz ularning gunohlari, noto'g'ri ishlari va boshqalarga nisbatan adolatsizliklari tufayli boshdan kechirayotgan ichki notinchliklarini hisobga olmaymiz. Bu ichki baxtsizlik va davolab bo'lmaydigan kasalliklar ularning axloqsiz istaklari va halokatli xudbinligi natijasida hayotlarini achchiq va ko'zlarini bezovta qilishi mumkin. Ular, shuningdek, chinakamiga hasad qilib bo'lmaydigan halokatli falokatlar va halokatli baxtsizliklarga duchor bo'lishlari mumkin.

U dedi: Solihlarning baxti qayerda?

U javob berdi: Birinchidan, solih inson yer yuzidagi ne'matlar ortidan shoshilmaydi. U o'zining mamnunlik tuyg'usidan, odamlarga nisbatan adolatli munosabatidan, vijdonining xotirjamligidan va ichidan kelib chiqadigan va doimo yangilanib turadigan ma'naviy quvonchidan qoniqadi, ayniqsa Xudo uni oxiratda mukofotlashini va halokat diyorida o'tkazib yuborgan narsasi o'rniga abadiy nur ato etishini o'ylaganida.

U zot: Nima uchun solihlar yoki ularning ba'zilari bu dunyoda azob chekishadi va qiyinchiliklarga duch kelishadi?

U javob berdi: Xudo ba'zan O'zining sevimli bandalarini jazo sifatida emas, balki ularni oltin kabi sinovlar olovida poklash uchun turli xil azob-uqubatlar bilan sinaydi. Ularga duch keladigan azob-uqubatlar ularni mustahkamlaydi, axloqiy qadriyatlarini ochib beradi va Parvardigorlariga va odamlarga bo'lgan sevgilarini sof, ravshan va mustahkam qiladi.

Alloh bu dunyoda solih va yaxshi insonlar sonini ko'paytirsin

Assalomu alaykum, do'stlarim

Uyushgan marvarid

Boshqalarni rozi qilish uchun printsiplardan voz kechmaslik

U shunday dedi: Men boshqalar bilan til topishish maqsadga muvofiq deb eshitdim, bundan mustasno holatlar bormi?

U shunday javob berdi: Boshqalar bilan rozi bo'lish ular bilan hamma narsada rozi bo'lish yoki ular uchun o'z tamoyillaringizdan voz kechish degani emas, chunki bunday kelishuv uslubi istalmagan va to'g'ri bo'lgan narsaga mos kelmaydi.

U shunday dedi: Siz kelishuvdan ko'ra qarama-qarshilikni afzal ko'rasizmi?

U javob berdi: Bunga hojat yo'q. Siz ular bilan hech qanday muammo yoki bezovtalik tug'dirmasdan til topishishingiz mumkin. Islohotchilar va buyuk shaxslar atrofdagi ko'p odamlar bilan til topisha olishmagan, ammo ular o'z ideallarini saqlab qolishgan, chunki ular qilayotgan ishlari mutlaqo to'g'ri ekanligini bilishgan.

U shunday dedi: Ba'zan vaziyatga mos ravishda ideallarni burish haqida nima deb o'ylaysiz?

U shunday javob berdi: Maqsadga erishish uchun printsiptial jihatdan murosaga kelmaslik va yashirin niyatlarga murojaat qilmaslik kerak, chunki bunday xatti-harakatlar printsiplarga amal qiladiganlarga yarashmaydi. Agar siz Xudoni rozi qiladigan va boshqalarga zarar yetkazmaydigan tarzda yashay olsangiz, unda sizda qo'rqadigan hech narsa yo'q.

U shunday dedi: Boshqalar bilan til topishish nimani anglatadi?

U javob berdi: Bu avvalo Xudo bilan, keyin vijdoningiz bilan va keyin odamlar bilan uyg'unlikda bo'lishdir.

U shunday dedi: Agar mening yondashuvim boshqalarni qoniqtirmasa-chi?

U javob berdi: O'zingizda xotirjamlik va boshqalarning roziligidan mustaqil bo'lishingiz uchun yetarli ichki

xotirjamlik hissi, agar bu rozilik sizning qarorlaringizda nimaga ishonganingizga mos kelmasa.

U dedi: Siz menga boshqalardan noto'g'ri turmush tarzini o'zgartirishlarini so'rashni maslahat berasizmi?

U javob berdi: Odamlarni sizning to'g'ri nuqtai nazaringizni qabul qilishga majburlashning hojati yo'q. Agar ular sizning yondashuvingizni qabul qilishni istamasalar, ularni tinch qo'ying va ularga yaxshilik tilang. Agar ular sizni xafa qiluvchi so'zlar va achchiq gaplar bilan bezovta qilsalar, hech bo'lmaganda vaqtincha ulardan uzoqlashish juda yaxshi. Lekin har doim o'z tushunchangiz va tajribangizni ular bilan baham ko'rishga tayyor bo'ling. Agar sizda bilim boyligi bo'lsa, uni unga chanqoq bo'lganlarga bering, toki ular Qodir Allohning marhamati bilan uni zavq va mamnuniyat bilan ichishsin va mukofotingiz Undadir.

Sizga tinchlik bo'lsin

Kunlarni ayblayotganingizni ko'ryapman

Seni deyarli ko'ra olaman, do'stim

Siz ko'zingizni quvontiradigan vohani orzu qilasiz

Va charchagan qalbingizni o'z bog'larida oziqlantiradigan dam olishga

Seni uzoq, jim ufqqa tikilib turganingni ko'ryapman

Xafagarchilik va qayg'u tubidan qochishga harakat qilish

Tiniq osmonga

Shaffof qalbingizga ko'proq mos keladi

Va men sizning ehtirosli qalbingizning orzularini
jilovlashga qodirroqman

Va tasavvur nigohi bilan, men sizning kunlarni
ayblayotganingizni ko'rmoqdaman

U uzoq kutilgan omad sayyorasi haqida so'radi

Go'yo ichingizda chuqur uyg'onayotgan sog'inchni
eshitayotgandekman

Men uning qo'ng'iroqlarining aks-sadosini ruh efiri orqali
eshitaman

Uzoq qirg'oqda langar tashlagan sog'inchlaring kemasini
ko'rdim

Uning atrofida xotiralar chayqalari aylanib yuradi

Va sayyoralar unga do'stona nigoh bilan qarashadi

Do'stim, orzu qilgan chekinishga bo'lgan xohishingizni
sezyapman

Bulutlar orasidan o'tib ketsangiz mayli

Va u nomlangan dunyoga kirib boradi

U nozik ma'nolar va shirin tilaklarga to'la

Hayot sizning xohishingizni amalga oshirdi

Va yolg'izlikning vayronagarchiligi sizning nozik
qalbingizdan yo'qoldi

Va u uni eng chiroyli sinovlar bilan boyitdi

Va eng shirin tasavvurlar

Assalomu alaykum, do'stim!

Mahmud Abbos Masud

Sotib olish falsafasi va tulki va qarg'a haqidagi hikoya

-

U so'radi: Hayotimda qo'llashim mumkin bo'lgan sotib olish falsafasi bormi?

U javob berdi: Ba'zi odamlar keraksiz narsalarni sotib olishga odatlanib qolishgan va shuning uchun pullarini keraksiz hashamatlarga sarflashadi.

U: "Sizning maslahatingiz nima?" dedi.

U javob berdi: Xarid qilishda ehtiyotkor va dono bo'ling. Agar pulingiz bo'lsa, uni tejab qo'ying va sizni doimiy ravishda keraksiz narsalarni sotib olishga undaydigan reklamalarga e'tibor bermang, bu esa mashaqqatli mehnat bilan topgan pulingizni yangi innovatsiyalar yoki "kafolatlangan foyda" investitsiyalari uchun sarflashga olib keladi. Kimdir sizni shirin gaplar va jozibali takliflar bilan o'ziga jalb qilishga harakat qilganda, tulki va qarg'a haqidagi hikoyani eslang.

U: "Iltimos, buni menga takrorlab bera olasizmi?", dedi.

U javob berdi: Bir paytlar qarg'a tumshug'ida bir bo'lak pishloq ko'tarib yurganida, unga tulkining so'lagi tomchilab, uni o'zi uchun orzu qilgan. Ayyorlik va hiyla-nayrang ustasi bo'lgan tulki qarg'aga: "Menga bir qo'shiq aytsangiz edi, janob Qarg'a, chunki ovozingiz ohangdor va yoqimli ekanligi haqida eshitganman", dedi. Qarg'a iltifotdan mamnun bo'lib, qo'shiq aytish uchun tumshug'ini ochdi, lekin u qo'shiq aytishi bilan pishloq bo'lagi og'zidan tushib, yerga tushdi. Tulki tezda uni oldi va o'zini oson yutib olgani bilan tabrikladi. Shuning uchun, sizga psixologik ta'sir o'tkazishga harakat qiladiganlardan ehtiyot bo'ling, chunki ular sizdan biror narsa xohlashadi. Hech kimning muvaffaqiyatingiz va haqiqiy baxtingiz uchun keraksiz narsani xohlashingiz uchun

sizga xushomad qilish yoki maqtanish orqali sizni ekspluatatsiya qilishiga yo'l qo'ymang.

U dedi: O'zini o'zi ta'minlashning biron bir yo'li bormi?

U javob berdi: Hayotingizni soddalashtiring, shunda ortiqcha narsalarga tayanmaysiz. Istaklarni avtomatik ravishda va doimiy ravishda qondirish qoniqishni yo'qotadi va baxtsizlik va baxtsizlikni keltirib chiqaradi. Agar hayotingizni juda ko'p narsalar bilan murakkablashtirsangiz, ularning birortasidan ham zavqlana olmaysiz. Lekin hayotingizni diqqat bilan o'rgansangiz, o'zingizni mahrum his qilmasdan hashamatingizni kamaytirishning ko'plab usullarini topasiz.

U shunday dedi: Bo'lib-bo'lib sotib olish haqida fikringiz qanday?

U shunday javob berdi: Birinchidan, kerakli narsalar uchun pul yig'ing va kerakli narsalarni naqd pulga sotib oling, bo'lib-bo'lib to'lash muammosi, yuqori foiz stavkalari va bosh og'rig'isiz. Albatta, tirikchilik qilish uchun mollarini sotishni istaganlar bilan muomala qilishda foyda bor, lekin o'zingizni imkoniyatlaringizdan tashqari yashashga yo'l qo'ymang, chunki agar shunday qilsangiz, jiddiy inqirozga yoki yo'lda keskin burilishga duch kelganingizda, Xudo saqlasin, hamma narsani yo'qotasiz va "jozibali tuzoq" sizni kutmoqda.

U so'radi: Sizningcha, tejash nimani anglatadi?

U shunday javob berdi: Tejash san'at va qurbonlikni talab qiladi. Lekin agar siz xaridlarga tejab, sodda hayot kechirsangiz, muntazam ravishda daromadingizni tejashingiz mumkin bo'ladi va Qodir Tangrining yordami bilan "Tomchilab oqizsangiz, daryo ko'lga aylanadi" degan mashhur maqolni eslang.

Xudo sizni O'zining mo'l-ko'l fazli bilan boyitsin,
do'stlarim

Sizga tinchlik bo'lsin

O'z-o'zini tahlil qilish va muvaffaqiyat

U shunday dedi: Insonning o'ziga savol berishi o'zini o'zi tekshirish jarayonining bir turi ekanligi rostmi?

U javob berdi: To'g'ri

U shunday dedi: Agar men bunday o'zini tahlil qilishni qo'llamoqchi bo'lsam, o'zimdan nimani so'rashni maslahat berasiz?

U javob berdi: Hayotingizning maqsadi haqida o'zingizdan so'rang. Siz eng rivojlangan mavjudotsiz va Xudo sizning ichingizga sizning mohiyatingiz bo'lgan olijanob qalbni joylashtirdi.

U dedi: Agar men bu haqiqatni anglab yetsam, nima o'zgaradi?

U javob berdi: Siz cheksiz muvaffaqiyatga erishasiz, baxtli quvonchni tatib ko'rasiz, barcha ezgu orzularingiz amalga oshadi, barcha qiyinchiliklaringizni yengib o'tasiz va dunyo sizni o'zining tuzoqlari bilan tuzoqqa tushira olmaydi yoki xayollari bilan yo'ldan ozdira olmaydi.

U shunday dedi: Lekin hayot muammolarga va og'riqli voqealarga to'la

U javob berdi: Ha, inson hayoti muammolar bilan ochiq va doimiy to'qnashuvdir va har kimning o'z muammolari bor. Har kuni hal qilinishi kerak bo'lgan milliardlab odamlar va milliardlab muammolar mavjud. Ba'zilari yurak muammolaridan aziyat chekadi, ba'zilari shamollashdan

shikoyat qiladi, ba'zilar pulga to'lib-toshadi, ba'zilar qashshoqlikka umuman moyil emas, boshqalari esa o'ylashga qiynalmaydi va shuning uchun muammolardan kamroq xabardor, chunki ularning qorinlari to'q ekan, dunyo ular uchun mukammaldir. Lekin hayotda chinakam baxtli odamlar kim va muvaffaqiyatli odamlar kim?

U shunday dedi: Avvalo, muvaffaqiyat mezoni nima?

U shunday javob berdi: Baxt - bu muvaffaqiyatning haqiqiy o'lchovidir, lavozimi yoki ijtimoiy mavqeidan qat'i nazar. Muvaffaqiyatning asosiy tushunchasi boylik, do'stlar va chiroyli va hashamatli narsalarga ega bo'lishdir - ba'zilar buni hashamatli hayot deb atashadi. Ammo moddiy yutuqlar har doim ham haqiqiy muvaffaqiyatga teng kelavermaydi.

U so'radi: Sababi nima?

U javob berdi: Chunki narsalar va sharoitlar o'zgarishi mumkin. Bugun odamda narsalar bo'lishi mumkin, ertaga esa ular yo'q bo'lib ketishi mumkin. Shuning uchun, millioner bo'lish muvaffaqiyatni kafolatlaydi deb o'ylamang. Inson o'z sohasidagi muvaffaqiyat mukofotlarini olish uchun tinimsiz harakat qilishi va mehnat qilishi mumkin, lekin ular hayotida muvozanat yo'qligini va xohlagan narsalaridan zavqlanish erkinligiga ega emasligini bilib hayron bo'lishlari mumkin. Buning o'rniga, tashvishlar to'planishi mumkin va ular sog'lig'i yomonlashib, depressiyaga tushib qolishlari mumkin bo'lgan darajada stress va xavotirga tushishlari mumkin. Shunday qilib, xayoliy muvaffaqiyat yo'qoladi va ular hayotlarini behuda sarflaganliklarini va barcha orzulari yo'q bo'lib ketganliklarini his qilishadi.

U shunday dedi: Sog'liq muvaffaqiyat degani?

U javob berdi: Inson kuchli tanaga ega bo'lishi mumkin (ot kabi), lekin o'zini ta'minlash uchun yetarli boylikka ega

bo'lmasligi va shuning uchun hayotning zaruriy ehtiyojlari va asosiy ehtiyojlariga ega bo'lmagani uchun xafa bo'lishi va achchiqlanishi mumkin. Yoki u sog'liq va boylikka ega bo'lishi mumkin, ammo qanoatlanmasligi mumkin. Tanani oziqlantirish va behuda narsalarni qondirish muloyim qalbni tinchlantirmaydi. U hamma narsaga ega bo'lishi mumkin, ammo o'zini butunlay qashshoq his qilishi mumkin.

U dedi: Va xulosa?

U javob berdi: Agar inson qalbida baxt bo'lmasa, uni muvaffaqiyatli deb hisoblash mumkin emas.

U: Yana bormi? - dedi.

U javob berdi: Bugunga yetarli. Alloh ilmingizni ziyoda qilsin va ikki dunyoda baxtli qilsin.

Sizga tinchlik bo'lsin

Boshqalarning qayg'ulari

Boshqa odamlarning ko'z yoshlarini ko'rishim joizmi?

Xafa bo'lmasdan ham?

Va ular azob chekayotgan qayg'uni his qila olamanmi?

Uni kamaytirishga urinmasdanmi?

Ko'z yoshimning to'kilishini ko'rish qobiliyatim bormi?

Bu tuyg'uni egasi bilan baham ko'rmasdanmi?

Ota o'g'lining yig'layotganini eshita oladimi?

Unga hamdard bo'lmasdanmi?
Ona chaqalog'ining nolasini eshita oladimi?
Va uni ta'qib qilayotgan qo'rquv hissi
Ta'sirlanmasdanmi?
Yo'q Yo'q Bu imkonsiz!
Hech qachon, hech qachon bu imkonsiz!
Allohning g'ofil ekanligini o'ylamang
Taxminan bir marta xo'rsinib qo'ydik
Bir tomchi ham ko'z yosh to'kdik deb o'ylamang
Yaratuvchimiz buni ko'rmasdan turib
Xudo bizga quvonch beradi
Balki shunday qilsak, bizning azobimiz tugaydi
U bizga rahm-shafqati va muloyimligi bilan hamroh
bo'ladi
Bizning azob-uqubatlarimiz yo'qolguncha
Bizning qayg'ularimiz yo'qoladi

Ruhiy mayoqlar

www.swaidayogacom

Ey Rabbim, menga qalbim sahifalariga nur harflari bilan
yozilgan xabaringni ko'rsat va vijdonim ma'badida Sening

pichirlashlaringni eshitishimga ijozat ber va ongim idishini
.Sening biliming, rahm-shafqating va tinchliging bilan to'ldir

Mehnat insonning ixtirochiligi va ijodkorligi uchun zarur
va kuchli turtki hisoblanadi. Biroq, agar mehnatning maqsadi
shunchaki boylik to'plash bo'lsa, u o'z qiymatini va
ahamiyatini yo'qotadi. Mehnat birinchi navbatda xizmatga
bag'ishlanishi kerak va sotiladigan mahsulot yuqori sifatli va
.boshqalar uchun foydali bo'lishi kerak

* * *

Xudo menga yorug'lik, hayot, kuch, donolik, aql va
ma'naviy baxt ato etadi. Men tafakkur saodati orqali ilohiy
sevgi okeaniga sho'ng'iyman va hayot muammolarini hal
qilish uchun ilohiy mavjudlikni ongimga olib kiranman (2)

Ey Rabbim, mening nozik sevgi shamim nuri bilan, men
abadiyatdan beri ichimda bo'lgan oltin kitobingizni o'qiyman.
Sening sevging, ey Rabbim, zulmatimni yo'q qiladigan va
yo'limni yoritadigan tinchlik nuridir (2)

* * *

Ma'naviy xotirjamlikning ulkan oqimi qalbdan to'plangan
.qo'rquvlar va tashvishlar uyumlarini supurib tashlaydi
Men qalbimning yolg'izligida Xudoni izlayman va
yuragim Uning sevgisi bilan urguncha va Uning javobini
.olmaguncha chuqur ibodat qilaman
Rabbim, sendan qalbim nurini kosmik nuring bilan
uyg'unlashtirishingni so'rayman. Menga shuni aytki,
donoliging ongimni yoritadi, kuching meni qo'llab-
.quvvatlaydi va tomirlarimdan oqib o'tadi

* * *

Men ongimni hech narsa menga zarar yetkaza
olmasligiga ishonch va ishonch kuchi bilan to'ldiraman,
.chunki men doimo ilohiy himoya bilan o'ralganman

Ey Rabbim, sog'inchimning cho'g'lari doimo Sening
muborak huzuring bilan yonib tursin. Donoliging meni
boshqarsin va huzuring hayotimdagi eng katta quvonch
.bo'lsin

* * *

Haqiqiy olim ajoyib fazilat bilan ajralib turadi: ochiq
fikrlilik va keng nuqtai nazar. U oddiy, asosiy ma'lumotlardan
boshlaydi, asta-sekin tabiat qonunlarini va ularning qanday
ishlashini ochib berishgacha boradi. Keyin u o'z tadqiqot
natijalarini dunyoga taqdim etadi, narsalarning tabiati va
mohiyatini o'rganishda davom etishga doimo tayyor. Aynan
shu olimlarning sa'y-harakatlari insoniyat foydalanadigan
foydalarni ko'paytirgan tabiiy qonunlarning kashf etilishiga
olib keldi. Asta-sekin, biz bu qonunlarni kundalik hayotda
foydalanadigan qulayliklarda ko'rinib turganidek, turli va
.keng tarqalgan usullarda qanday qo'llashni o'rganamiz

* * *

Xudo ato etgan baxt hech qanday dunyoviy baxt bilan
tengsizdir. Ma'naviy quvonch cheksizdir va hamma narsa
so'nib, yo'qolib ketganda, bu quvonch doimiy bo'lib qoladi.
Kimki bu quvonchga erishmoqchi bo'lsa, Xudo haqida
mulohaza yuritishga, mulohaza yuritishga va U bilan
uyg'unlashishga vaqt ajratishi kerak, chunki Xudo bilan
.ma'naviy uyg'unlik chinakam baxtni beradi

Yangi yil bog'i

O'tgan yilning qayg'u va kulgisi aks-sadosi yo'qoldi va
endi Yangi yil madhiyasining aks-sadosi dalda beruvchi, umid
:baxsh etuvchi va pichirlovchi tarzda kuylaydi

Hayotingizni mukammal tarzda o'zgartiring, eski"
"qo'rquvlarning begona o'tlaridan voz keching

O'tmishdagi tashlandiq bog'dan faqat quvonch,
yutuqlar, umidlar, ezgu fikrlar va amallar hamda ezgu
intilishlar urug'larini to'plang va saqlang. Har bir yangi
kunning yangi tuprog'iga o'sha qudratli urug'larni eking,
sug'oring va ular o'sib chiqquncha va hayotingiz noyob
.fazilatlar bilan gullab-yashnaguncha ularni parvarish qiling

:Yangi yil shivirlaydi

Odatlarga asir bo'lgan ruhni uyg'oting va uni yangi,"
foydali sa'y-harakatlarga undang. Abadiy erkinlikka
erishmaguningizcha va karma (o'tmishdagi harakatlarning
doimiy ta'qib va ta'qib qilish oqibatlarini) ni
yengmaguningizcha, hech qachon urinishdan to'xtamang va
".hech qachon dam olmang

Tetiklashgan ong va doimo yangilanib turadigan
quvonch bilan mast bo'lib, kelinglar birgalikda xursand
bo'laylik va qo'l ushlab, boshqa hech qachon
.chiqmaydigan samoviy uy tomon yuraylik

* * *

Agar siz Xudoni eslasangiz va Uni hayotingizning
markaziga aylantirsangiz va Unga chin dildan va chuqur
ibodat qilsangiz, Undan albatta javob olasiz, chunki chin
dildan va samimiy ibodatlar Xudoning qalbiga ta'sir qiladi RE-

123

Bu donolik va ilhomning yorqin manbai, mehribon va
mehribon qalblar bog'laridan taralayotgan xushbo'y hid,
samoviy atirgullar va gullab-yashnayotgan fikrlarning
xushbo'y hidi, sevgimizga ilhom baxsh etuvchi va
.qalbimizdan oqib o'tadigan sevgi

* * *

Eng yaqin do'stingiz - bu o'zingizni qanday qilib
yaxshilash mumkinligini kamtarlik bilan taklif qiladigan kishi,
chunki o'zingizni doimo xushomadgo'ylar va
xushomadgo'ylar bilan o'rab olish sizning ma'naviy
o'sishingizga to'sqinlik qiladi. Biz rost gapiradigan va bizga
eng yaxshi tarzda yordam beradiganlarning hamrohligini
.qadrlashimiz kerak

* * *

Ota-onalar ko'pincha farzandlarining kamchiliklarini
e'tiborsiz qoldiradilar va ularni e'tiborsiz qoldirishni
tanlaydilar. Agar ular farzandlarining kamchiliklarini ko'ra
olmasalar, shubhasiz, ularning sevgisida biron bir noto'g'ri
narsa bor. Ota-onalar farzandlarining xatolarini ko'rishlari va
ularni tuzatishga va to'g'ri yo'lga tushishlariga yordam
.berishlari uchun shartsiz sevgini o'rganishlari kerak

* * *

Agar siz doimo baxtli bo'lishni istasangiz, o'zingizni
xotirjam yoki dangasa tutmang va baxtingiz yo'lida turgan
moddiy to'siqlarni e'tiborsiz qoldirmang. Ushbu to'siqlarni
yengib o'tish va bajarishingiz kerak bo'lgan barcha
vazifalarni xohish bilan va diqqat bilan bajarishga harakat
.qiling

* * *

Rabbim, keling, fazilatga qo'rquv va vahima bilan emas,
balki sevgi va ehtirom bilan qaraymiz. Keling, axloqiy
qonunlaringizga rioya qilish bizni inoyatingiz dafnalari bilan
toj qilishini tushunaylik. Baxtimizni himoya qilish uchun
taqvodorlik amrlarini buyurdingiz. Har doim azob-
uqubatlarga olib boradigan gunoh yo'llaridan voz kechaylik
va fazilat yomonlikdan nihoyatda jozibali ekanligini anglaylik.
Avvaliga yoqimli va yoqimli ko'rinadigan yovuzlik asta-sekin
halokatli zaharga aylanishini va dastlab achchiq ta'mga ega
bo'lgan yaxshilik oxir-oqibat shirin nektarga aylanishini
!tushunishga yordam bering

* * *

Xavotirlar befoyda; ular qalbni faqat ko'proq tashvishlar bilan yuklaydi. Kundalik ishlaringizni tugatgandan so'ng, ular haqida o'ylashdan yoki ularni uyingizga olib ketishdan saqlaning. Xavotirlar ongingiz atrofida qalin qora, bulutli bulutlar qatlamini hosil qiladi, bu sizning yo'lni aniq va oson ko'rish qobiliyatingizga xalaqit beradi. Biz Xudoga tobora .ko'proq ishonishni o'rganishimiz kerak Hayot xizmatga qaratilgan bo'lishi kerak, chunki bu insoniy idealsiz Xudo insoniyatga bergan ong o'zining to'liq salohiyatiga erisha olmaydi. Biz boshqalarga xizmat qilib, mayda egolarimizni unutganimizda, ilohiy mavjudlikni his .qilamiz

* * *

Bu dunyoda yaxshilik yomonlikdan ustun turadi, chunki Xudo eng oliy kuchdir. Ammo bizga yomonlik kelganda, biz ko'pincha uni nazorat qilish yoki yengish uchun ojiz bo'lib qolamiz. Yovuzlik bo'ronlari muqarrar, ammo biz ularning .ta'sirini yengib, ular ustidan ko'tarila olamiz

Shogird ilohiy sevgining shirinligini tatib ko'rganda, uni cheksiz hayajon to'liqlari qamrab olganini his qiladi va Xudoga bo'lgan ulkan va alangali intizorlikni his qiladi, shuning uchun u chuqur diqqat bilan ibodat qiladi va Xudo unga javob bermaguncha qalbining tubidan Xudoga iltijo .qiladi

* * *

Zerikarli kundalik hayot, jinsiy obsessiya, moddiy bog'liqlik, hissiy hayajon, ekspluatatsiya va yaqinlikdan nafratga to'satdan o'tish sevgi o'rnini bosganda, sevgi .qalblardan yo'qoladi va o'tmishdagi narsaga aylanadi

* * *

Skripkaning nolasi va nayning nolasida, organning kuyi va udning jaranglashida men Xudoning ovozini eshitaman. Ruh qalbida jonim izlayotgan baxt yashiringan. Men

to'satdan sukunatim uyasida saqlangan Uning baxtini his
.qildim. Men uyani siqib, abadiy baxt nektarini tatib ko'raman
Xudoga intilish Uni sevishni anglatadi. Xudoga intilish
samimiy, sof, chuqur va nurli bo'lishi kerak. Agar biz Undan
javob olishni istasak, qalbimizni Unga topshirishimiz va
muborak javobni olmaganimizcha qalbimiz tubidan Unga
.iltijo qilishimiz kerak
Ilohiy sevgi o'limdan kuchliroq va o'tkinchi hayotning har
qanday ko'rinishidan ko'ra bardoshliroqdir

* * *

Hayot yo'llaridan chekinishni yoki orqaga chekinishni
bilmaydigan sobitqadamlik bilan va Xudoning yaratuvchi va
cheksiz qudrati sizga doimo hamroh bo'lishiga va uni qo'llab-
.quvvatlashiga qat'iy ishonch bilan yuring

Xudo o'zining sog'inchi va intizorligini izhor etgan va
ishonch va umid bilan yordam so'ragan samimiy shogirdning
samimiy iltijolariga javob beradi va U, albatta, uni qutqarish
.va qiyinchiliklaridan xalos qilish uchun uning oldiga keladi
:Paramahansa donishmand aytganidek, suzuvchi adyol
Bir kuni ikki do'st daryo bo'yida sayr qilib yurganlarida,
suzib yuruvchi adyolga o'xshagan narsani ko'rishdi. Ulardan
biri o'zini daryoga tashlab, "advorga" suzib ketdi. Biroq, u
qirg'oqqa qaytish uchun uzoq vaqt talab qildi. Do'sti uning
"advorga" qiynalayotganini va kechikishining sababi shu
:ekanligini payqab, unga baqirdi

"?Nega uni tashlab, qaytib bormaysiz"

:Do'sti javob berdi

Men ham shunday qilishga harakat qilyapman, lekin"

".adyol menga yopishib qoldi va meni qo'yib yubormayapti

Ajablanarlisi shundaki, u adyol deb o'ylagan narsasi

shunchaki suzuvchi ayiqdan boshqa narsa emasligini juda

.kech angladi

Qadam qo'yishdan oldin oyog'ingizning holatini hisobga]

[!oling

Ko'pchilik qarorlar qabul qiladi, lekin ularni amalga oshira olmaydi va natijada cho'qqiga chiqishni orzu qilganlarida ham muvaffaqiyat cho'qqisidan yiqilib tushadi.

Irodasini isrof qilganlar muvaffaqiyatga qanchalik ko'p intilsalar, muvaffaqiyatsizlik botqog'iga shunchalik chuqurroq botib ketishlarini payqashadi. Biroq, kuchli irodaga ega bo'lganlar, harakatlari necha marta muvaffaqiyatsizlikka uchrasa ham, qonuniy maqsadlariga erishmaguncha, hech .qachon urinishdan to'xtamaydilar

* * *

Ey Koinot Shifokori, Sening tinchligingning shirin, shifobaxsh suvlaridan to'yguncha ichay, toki men Sening tetiklantiruvchi quvonchingni va zaiflik va charchoqdan .davolanmagan hayotiylikingni his qilayin

* * *

Ilohiy ovoz barcha samimiy qalblarga yuqori tebranishlar bilan aks-sado beradi. Donolik ovozi tinchlik, quvonch va muqaddas bilim izlaydigan uyg'un fikrlarni izlab efirda suzib .yuradi

* * *

Inson bizga o'z maslahatlarini beradi va keyin bizni amallarimizning samarasini olish uchun qoldiradi [bu uning noto'g'ri maslahati natijasi bo'lishi mumkin]. Lekin Xudo bizga yo'l-yo'riq beradi va Uning yo'li har doim baxt va .yaxshilikka olib boradi

Kelinglar, Xudoning nurida yashaylik va bu yerdagi dahshatli tush ortida abadiy uyg'onish borligini angalaylik. Kelinglar, har bir qorong'u soya ortida ilohiy mavjudlikni his .qilaylik

* * *

Asalari har doim shirin gullarni izlaganidek, ilohiy sevgi
ham ular yaxshi fikrlar va ezgu niyatlar bilan to'lganda
.hayotimizga kiradi

* * *

Boshqalarni xursand qilganingiz, ularga mehr bilan
muomala qilganingiz va o'zlarini xavfsiz va xotirjam his
qilganingiz uchun quvonchga to'lganingizda, siz Xudoni
mamnun qilasiz va hayotda muvaffaqiyatli deb hisoblanasiz

* * *

Do'stlarimiz yoki yaqinlarimiz bilan muammolarga duch
kelganimizda, vaziyatni iloji boricha tezroq hal qilishga
harakat qilishimiz kerak. Boshqa odam aybdor bo'lsa ham,
ayblash, tortishuvlar va baqirish bilan vaziyatni yanada
og'irlashtirish befoyda va aqlsizdir. Biz yaqinlarimizga qattiq
qoralash va xafa qiluvchi so'zlarga murojaat qilish o'rniga,
ijobiy o'rnagimiz orqali ularning xatti-harakatlarini
.yaxshilashga va xatolarini tuzatishga yordam bera olamiz

* * *

Rabbim, qalbm xotirjamlik topib, befarqlik bulutlari
ortidagi umid nurlarini ko'rishini so'rayman. Qalbm
osmonida aniqlik oyi ko'tarilsin, toki men xotirjamlik va
.xotirjamlikni his qilay

Endi men sizning ongim ufqida porlayotganingizni his
qilyapman va johillik bulutlari sizning muborak nuringiz va
tasalli beruvchi va muborak huzuringiz tufayli yo'qolib
.bormoqda

* * *

:Samimiy izlovchining qalbi doimo aks-sado beradi
Mening Xudoyim va mening sevgilim, men bu"
dunyoning tuzoqlari va illyuziyalariga berilib ketishni
istamayman va men faqat odamlar qalbida Sening sevgingni
uyg'otmoqchiman. Mening yuragim, jonim, tanam, ongim va

menda bor narsa siznikidir." Bunday sevgi Xudoga yo'l topadi
.va bunday izlovchi Xudoni biladi
Sevimli Xudoyim, bilamanki, Sen hamma joyda hozirsan.

Xuddi qimmatbaho moy siqilmagan zaytun mevalarida
yashiringanidek, muborak huzuring moyi ham Senga bo'lgan
.mulohaza va tobora ortib borayotgan sog'inch orqali suziladi

* * *

Vasvasa - bu aldamchi, qarama-qarshi va oldindan aytib
bo'ladigan majburiy zavq g'oyasi. Bu g'oya tomonidan ishlab
chiqarilgan energiya tashvish va azob-uqubatlarga olib
keladigan noto'g'ri harakatlarda emas, balki baxt
.keltiradigan haqiqatni izlashda ishlatilishi kerak

Tajriba, o'zini o'zi tarbiyalash va donolik orqali biz bu
dunyoning arziyasini, soxta jozibalari bilan Xudoning buyuk va
.cheksiz go'zalliklari va quvonchlarini farqlashni o'rganamiz

* * *

Qalbmimdagi iymon intuitiv idrokdan tug'iladi. U meni *
ichimimdagi ilohiy sevgi xazinasini qazishga undaydi va
.pichirlaydi

Xudo haqida o'ylash bu dunyoning tashvishlariga qarshi
eng katta davodir va shuning uchun men buni chin dildan,
.chuqur va izchil ravishda amalga oshiraman

Ey Rabbim, tafakkur ko'zimga tegib tursin, toki u *
ichkariga burilib, qalbmimda porlayotgan ma'naviy saodat
.quyoshini ko'rsin

Va muborak nuringizning shifobaxsh nurlarini qabul
qilish uchun xotirjamlik eshiklarini ochishga yordam bering
Ey Rabbim, umidsizlikni yo'q qilaman va Sening
huzuringni tafakkurda his qilish uchun qo'limdan kelganini

qilaman va Sen menga O'zingni namoyon qilguningcha
.butun qalbim va a'zolarim bilan Seni izlayman
Fikrlarini o'tkinchi va o'zgaruvchan sharoitlar va
sharoitlar bilan cheklash tashqi masalalarni anglash
imkoniyatini cheklaydi. Buning o'rniga, inson abadiy,
o'zgarmas narsaga e'tibor qaratishi va uni diqqat va fikr
markaziga aylantirishi kerak. Buni qilganlar ruhiy magnetizm
.bilan o'ralgan va ilohiy nur bilan yoritilgan bo'ladi

* * *

Ey Rabbim, Sening xushbo'y hiding qalbim gulidan
taralib chiqsin va qalblarni Sening huzuring ma'badiga jalb
.qilsin

Sevging yuragimda ursin, toki u hamma bilan
.uyg'unlikda va hamjihatlikda ursin

Ey Rabbim, fikrlaringa baraka ber, toki men jonimning
chanqog'ini Sening tinchliging bulog'iga olib kelay. Mening
abadiy mehmonim bo'l va mening xotirjamligim va
.quvonchim ma'badida yasha

Men seni hech qachon unutmayman va sensiz hayot
yo'llarida hech qachon yurmayman
Menga cheksiz samimiy istaklarni ato et va Senga
bo'lgan sadoqatning jonli aks-sadosida muborak ovozingni
.eshitishimga ijozat ber
Har kuni men baxtni tobora ko'proq ongimda va tobora
kamroq moddiy istaklar orqali izlayman
Rabbim, minnatdorchilik va minnatdorchilik bilan Senga
bosh egaman, chunki Sening inoyating bilan mening ruhiy
moyilliklarim va ijobiy moyilliklarim hayotdagi salbiyliklar va
yomonliklarni yengib chiqadi. Yomon oqibatlariga olib
keladigan zararli odatlardan voz kechish va yaxshi
natijalarga olib keladigan foydali odatlarni rivojlantirish
qarorimni mustahkamlashga yordam ber. Senga tomon yo'l

olganimda qalbimda umid alangasini yoqib turishga yordam
.ber

* * *

Inson irodasi injiqliklar, istaklar va zararli odatlar quliga
aylanmasligi kerak. Bu irodadan foydalanishdan tiyilishni
anglatmaydi, balki uni qo'llashda ilohiy irodaga mos kelishi
.uchun aql-idrokni namoyon etishni anglatadi
Baxt va muvaffaqiyatga erishishni istagan har bir kishi

Xudoga mustahkam iymon keltirishi, o'z ongini ichki
xotirjamlik va xotirjamlik darajasiga ko'tarishi, jasorat va
jasoratga e'tibor qaratishi, iroda va qat'iyatga ega bo'lishi
hamda o'z vazifalarini xotirjam va ishonch bilan bajarishi
.kerak

* * *

Men butun hayotimni bitta samimiy insonga
bag'ishlashga tayyorman, lekin ikkiyuzlamachilar va
nosamimiy odamlardan qochaman. Men hech kimga
xushomad ham qilmayman, aldamayman va bu dunyoda biz
.shunday yashashimiz kerak

* * *

Biz jasoratga ega bo'lishimiz, samimiy bo'lishimiz va
o'zimizni nafaqat ilhomlantira oladiganlar, balki bizga ilhom
.bera oladiganlar bilan ham o'rab olishimiz kerak

* * *

Men barcha vazifalarimni faqat Xudodan kuch olish
orqali bajara olaman. Shuning uchun mening birinchi istagim
Uni rozi qilishdir. Xudo mening qalbimdagi birinchi sevgi,
ichimdagi eng buyuk orzu va irodam va ongimning asosiy
.maqsadidir

Muvozanat go'zal va u bizning his-tuyg'ularimiz va
fikrlarimizning poydevori va poydevori bo'lishi kerak

* * *

Fidoyilikni sevuvchi, fidoyi inson xudbinlikning unga
ta'sir qilishiga yo'l qo'ymaydi, chunki agar inson keng fikrli
va mehribon bo'lmasa, o'zi uchun ham, boshqalar uchun

ham baxt izlamasa va xohlamasa, sof quvonchni his
.qilishning iloji yo'q. Bu universal va o'zgarmas tamoyildir

* * *

Kutilmagan bir voqeani boshdan kechirganimni hali ham
eslayman; tafakkur bulutlari ortidan to'satdan ruhiy saodat
tongi paydo bo'lib, borlig'imni qamrab oldi
Bu muborak tajriba barcha kutganlardan ham oshib
ketdi. Men ta'riflab bo'lmaydigan quvonchni his qildim va
baxt nuri ongimning har bir qorong'u burchagini yoritib,
chalkashliklar va savollar soyalarini yo'q qildi. Bu yorug'lik -
rentgen nurlari kabi - qo'pol sirtlarni teshib o'tib, oddiy
.ko'rish ufqidan tashqarida yotgan narsalarni ochib berdi

* * *

Yuragingizning tinimsiz urishi bilimingiz darvozalaridan
tashqarida cheksiz kuch borligini muloyimlik bilan e'lon
qiladi. Har tomonlama qamrab oluvchi hayotning mayin
:pulsatsiyalari sizga pichirlaydi
Hayotimning shunchaki ozgina oqimini qabul qilmang,"
balki his-tuyg'ularingiz doirasini kengaytiring va menga
qoningizni, tanangizni, ongingizni, his-tuyg'ularingizni va
ruhingizni kosmik hayotimning pulsiga botirishga ijozat
".bering

* * *

Rabbim, har bir harakatimda Sening huzuringni his
qilishimga ijozat bergin. Sening yo'l-yo'riqlaring nurini to'sib
qo'yadigan qo'rquv soyasini yo'qotishga yordam bergin.
Sening kelishing tongini kutar ekanman, sog'inch gullarim
.qalbim bog'ida gullasin

* * *

Muvaffaqiyatsizlik haqidagi fikrlarni muvaffaqiyat
haqidagi ijobiy fikrlar bilan yo'q qiling va optimistik bo'ling,
.qo'rquvlar haqida o'ylamasdan ulardan xalos bo'ling
Qayg'ularni baxt nuri bilan yo'q qiling va behuda
gaplarni mehr va xushmuomalalik bilan almashtiring

Salomatlik taxtidan nosog'lom fikrlarni olib tashlang va
ularni sog'lom fikrlar va sog'lom his-tuyg'ular bilan
.almashtiring

Qalbingizdagi bezovtalik va xavotirni yo'qoting va
.hayotingiz ufqidan johillik bulutlarini haydab chiqaring

* * *

Hayot jangida g'alaba qozongan inson azob-uqubatlarini
ko'kragida sharaf belgisi sifatida ko'tarib yuradi

* * *

Ey Rabbim, menga faqat yaxshilikni ko'rishim, faqat
yaxshilik haqida o'ylashim va faqat yaxshi va fazilatli
odamlar bilan muloqot qilishim uchun baraka bergin. Ey
barcha yaxshilik va solihlik manbai bo'lgan Sen, menga Seni
.o'ylab ko'rishga ijozat bergin

Zulmat arvohlarini mendan uzoqlashtiring va menga
osmonning qoq markazidan, qalbim va his-tuyg'ularim
darvozalaridan qarang va sizga bo'lgan sevgim ma'badida
.menga ko'rining

* * *

Biz his-tuyg'ularimizni doimo nazorat ostida ushlab
turishga harakat qilishimiz kerak, shunda boshqalarning
tinchligini buzishni va atrofdagi muhitni buzishni
yoqtiradigan yomon xarakterli odamlarga duch kelganimizda
his-tuyg'ularimizni nazorat qila olamiz va o'zimizni tiyib tura
.olamiz

Insonning xatti-harakatlaridagi birinchi e'tiborga
olinadigan narsa - bu o'zini takomillashtirishdir. Yaxshi inson
o'zining olijanob xulq-atvori orqali atrofdagilarga yaxshi
.tomonga o'zgarishga yordam berishi mumkin

* * *

Istaklarga berilish ongini ko'r qiladi va istaklar tumanligi
inson aqlini qamrab olganda, ular ichki muvozanatini

yo'qotadilar va farqlamasdan harakat qiladilar, chunki
tug'ma farqlash har bir sog'lom harakat va to'g'ri xatti-
harakatlarning harakatlantiruvchi kuchi ekanligini biladilar.
Insonning aqliy qobiliyatlari rulini buzganda, ular muqarrar
.ravishda azob va baxtsizlik tubiga tushib qoladilar

* * *

Ertami-kechmi, hayot illyuziyalari yo'qoladi va uning
maqsadi aniq bo'ladi. Bolalik va yoshlik illyuziyalari
yo'qolganda, nima qoladi? Biz haqiqiy baxtni faqat Xudoga
yaqinlikda va Uning huzurini his qilishda topa olamiz, bu esa
.qalbni xotirjamlik va osoyishtalik bilan to'ldiradi

* * *

Biz kutganlarimizda realistik bo'lishimiz va Xudodan
faqat asosiy ehtiyojlarimizni qondirishini so'rashimiz, haqiqiy
ehhtiyojlar bilan keraksiz istaklar o'rtasidagi farqni bilishimiz
kerak. Kerakli va keraksiz narsalarni farqlashning eng yaxshi
usuli - bu mantiq va aqlga murojaat qilish va bizga foyda
keltirmaydigan va ularsiz yaxshiroq bo'lgan bepusht
.narsalarni olishni istamaslikdir

* * *

Men eng uzoq sayyoralar va yulduzlardan tashqariga
sayohat qilishim mumkin
Lekin men seni doim sevaman
Sizning izdoshlaringiz kelishi mumkin, yoki ular o'z
yo'llaridan ketishlari mumkin
Lekin men har doim siz bilan bo'laman va sizni sevaman
Meni bir nechta mujassamlanish to'lqinlari uloqtirishi
mumkin

Men o'zimni yolg'iz va yolg'iz his qilyapman
Biroq, men sizni doim sevaman
Chalg'igan dunyo sizni unutishi mumkin
Lekin men seni doim eslayman
Ovozim pasayib, meni yo'qotishi mumkin
:Lekin qalbimning so'zlari bilan pichirlayman
"Men seni doim sevaman"

Sinovlar, kasalliklar va o'lim meni parchalab tashlashi
mumkin

Tanam elakdan o'tkazildi, lekin u xotiramda qolgan ekan
Umid uchquni qolmoqda; o'layotgan ko'zlarimga qarang
:Ular orqali men sizga aytaman
Men sizni umrbod sevib qolaman
!Va men har doim sizga sodiq qolaman

* * *

Xudo men bilan", deganingizda, boshqalarning"
fikrlaridan sizga faqat yaxshilik keladi. O'zingizni Xudo bilan
o'rab oling, chunki Uning eng muqaddas ismi oliy kuch,
barcha salbiy tebranishlar va fikrlar egilib, og'ib ketadigan
.o'tib bo'lmaydigan qalqondir

Ma'naviy quvonch Xudo haqida doimiy mulohaza
yuritishda va Unga tobora ortib borayotgan intilishda yotadi
va shunday vaqt keladiki, ong endi ikkilanmaydi yoki
xavotirdan larzaga kelmaydi. Shunda hech qanday jismoniy
azob-uqubatlar yoki ruhiy inqirozlar ongni tirik Xudoning
.huzuridan chalg'ita olmaydi

Xudoga yaqinlikni his qilish, U haqida o'ylash va Uning
!borligini doimo his qilish naqadar ajoyib

* * *

Siz o'zingizning qonuniy maqsadingizga nekbinlik va
quvonch bilan erishishga intilishingiz kerak va unga
erishishni shunchaki kutish qalbingizga quvonch keltirishi
kerak. Shuningdek, siz ushbu maqsadga erishganingizda
xursand bo'lishingiz kerak, chunki bu sizning zavqingizga
.loyiq yutuqdir

* * *

Asalari lotusning xushbo'y hidiga shunchalik mahliyo
bo'ladiki, u gulning qalbida uzoq vaqt qolib, nektarni so'rib
oladi, deyishadi. Shunday qilib, lotus barglari unga yopishadi

va u lotus ichida o'limini kutib oladi. Keyin shimoliy hududlarning kiyiklari nay kuylaridan mast bo'lishadi. Ovchi nay chalganda, kiyik uning oldiga keladi va uning halokatli taqdiriga duch keladi. Shuningdek, ba'zi uy fillari ham bor; urg'ochi fil boshqa fillarni jalb qilish va ushlash uchun ishlatiladi. Shu nuqtai nazardan, buyuk faylasuf shunday :degan edi

Asalari xushbo'y hidga maftun bo'ladi
Va kiyik hushtak chaladi
Asirlikdagi fil yiqiladi
Uyg'otuvchi teginish tufayli

Lekin shu his-tuyg'ularga ega bo'lgan inson haqida nima deyish mumkin? Faylasufning unga bergan maslahati: "His-tuyg'ularingizga qul bo'lmang va hech kim yoki hech narsa . "sizni boshqarishiga yo'l qo'ymang
Menga kelsak, men aytaman: "Barcha his-tuyg'ularingiz sizning xizmatigingizga berilganligini va ular sizning buyruqlaringizga quloq solishi va ongli irodangizga . "bo'ysunishi kerakligini unutmang

* * *

Suv va muz ikkita ko'rinmas elementning, kislorod va vodorodning namoyon bo'lishidir va ularning mavjudligi shunchaki shaklsiz va o'tkinchidir. Xuddi shunday, inson ongi va materiya ham olam ongining namoyonidir, ular faqat cheklangan, nisbiy mavjudlikka ega, chunki aslida faqat olam .ong mutlaq mavjud

* * *

Hech kimga ishonmaydigan va chinakam do'st topish imkoniyatiga shubha qiladigan odamlar bor; ba'zilari hatto do'stsiz yashay olish qobiliyati bilan maqtanadilar. Ammo boshqalarga mehr va do'stlik ko'rsatishga qodir bo'lmaganlar ruhiy kengayish qonunini e'tiborsiz qoldiradilar, bu orqali ruh

o'z ufqlarini kengaytiradi va ilohiy ruhning quchog'iga
.qaytadi

* * *

Inson o'zini tahlil qilganda, u o'zining zaif tomonlarini
yo'q qilish va o'zini qanday bo'lishi kerakligiga erishish uchun
kuchli istakga ega bo'lishi kerak va halol o'zini tahlil qilish
yoritib beradigan kamchiliklarni tan olishda tushkunlikka
.tushish uning qat'iyatini susaytirmasligi kerak

* * *

Baxtning ikkita sharti bor: sodda yashash va yuksak
fikrlash

Bolaligimda Xudoga xat yozardim, yosh edim va
yozishni zo'rg'a bilardim, lekin unga ko'p narsalarni aytib
berardim, o'zim uchun hech narsa so'ramasdim, balki undan
o'zi haqida biror narsa o'rgatishini so'rardim va har kuni
.pochtachining xatimga javob olib kelishini kutardim
Men yuragimda hech qachon shubha qilmaganman. Va
bir kuni men vahiyda javob oldim, oltin nur bilan porlayotgan
muborak xabarning harflarini ko'rganimda, uni yaxshi o'qiy
olmadim, lekin xabarni quyidagicha tushundim : "Men
Hayotman va Men Sevgiman va men ota-onangiz orqali sizga
g'amxo'rlik qilaman!" Keyin men ilohiy mavjudlikni angladim
.va his qildim

* * *

Men o'tmishdagi qiyinchiliklarimni unutish ustida
ishlayman, hozirgi kunga jasorat bilan qarayman va kelajakni
.Xudoga to'liq ishonch bilan kutaman
Bilaman, qalbidagi barcha ezgu tilaklarim Xudoning
.yordami bilan amalga oshadi
Hayotning ma'nosini chuqurroq tushunish uchun o'zimni
takomillashtirishga qo'limdan kelganicha harakat qilaman va
donolikka ega bo'lishga, qalbning idrokini uyg'otishga va
yakuniy haqiqat bilan birlashishga qo'limdan kelganicha
.harakat qilaman

* * *

Ey Rabbim, men Sening mo'l-ko'l inoyatingdan kelgan
nur va sevgidan xursand bo'laman va Sening mehr-
shafqatingni e'tirof etib, Senga shukrona va minnatdorchilik
.oyatlarini ko'taraman

Men fikrlarimda, so'zlarimda va ishlarimda samimiylilikni
qabul qilaman va boshqalarni baxtli qilishga harakat
qilaman, chunki mening baxtim ularning baxtidan kelib
chiqadi va men o'zimning kichik "men"imni butun olamning
."men"iga singdiraman

Sevgi barcha yaratilishning ritmidir
Sevgi bu ikki qalb o'rtasidagi jim suhbatdir
Sevgi - bu Xudoning barcha mavjudotlarga chaqirig'idir
Toki u o'zining samoviy uyiga, kosmik birlik uyiga
qaytishi uchun

Sevgi gullab-yashnayotgan qalblar bog'larida tug'iladi.

Bu eng qadimgi va eng shirin nektar bo'lib, sodiq va chin
.qalblar shishalarida saqlanadi

O'zini bilganlar vazifalarni bajarish uchun zarur bo'lgan
barcha kuch Xudodan oqishini tushunishadi. Ma'naviy
xotirjamlikka (xotirjamlikka) erishganlar, bu yerdagi roldan
qat'i nazar, yangilangan ichki quvonchni boshdan
kechiradilar. Bunday inson Xudoning irodasiga muvofiq
.yashaydi va hayotini olib boradi

* * *

Ruhiy buzilishlar ongni buzadi va chalg'itadi,
o'zgaruvchan kayfiyat aniq ko'rishni to'sadi va hissiy
portlashlar tushunmovchiliklarga olib keladi. Ko'p odamlar
tushunish va mulohaza yuritish bilan emas, balki
kayfiyatlariga qarab harakat qilishadi. Bundan tashqari,
tarafkashlik va noto'g'ri qarashlar farqlash ko'zoynagini
xiralashtiradi, tushunishni buzadi va aniq va bir xil idrokka
to'sqinlik qiladi. Shuning uchun, tushuncha sog'lom fikrlash
va aniq idrokka xalaqit beradigan barcha chalkashlik,
.bezovtalik va noto'g'ri qarashlardan tozalanishi kerak

* * *

Bu koinotning Parvardigori insoniyatga mustaqillik,
qobiliyat va aql-idrok bergan. Insonlar Xudoni aql-idrok
in'omi orqali topishlari mumkin, ammo agar ular hayotning
ma'nosini topish va Yaratuvchisini bilish uchun zarur kuch
sarflamasdan vaqtlarini behuda narsalarga sarflasalar, Xudo
tomonidan ularga berilgan bebaho energiyani behuda
sarflaydilar va hech qachon chinakam baxtni topa
.olmaydilar

Ko'p ishlarni qilsam ham, qilayotgan ishim bilan
cheklanib qolmayman, chunki bu dunyo mening uyim
.emasligini tushunaman

* * *

Xudoni izlash bizni hayot kurashlarida moddiy,
intellektual va ijtimoiy burchlarimizni e'tiborsiz qoldirishdan
ozod qilmaydi. Boshqa tomondan, chinakam ma'naviy
izlovchi hayot ma'badini johillik zulmatidan ozod qilish uchun
o'zini tuta bilishni va his-tuyg'ulari, odatlari va istaklari
ustidan nazoratni o'rganadi, toki ular ilohiy mavjudlikni idrok
eta olsinlar. Qorong'u uydagi gavharlarni ko'rish mumkin
bo'lmagani kabi, johillik va psixologik nomutanosiblik
kuchlari inson ustidan hukmronlik qilar ekan, ma'naviy ongni
.ham boshdan kechirib bo'lmaydi

* * *

Dengiz o'zini kosaga quyishni xohlashi mumkin, ammo
kosa faqat o'zinikini sig'dira oladi. Xuddi shunday, haqiqat
hamma uchundir, lekin xabardorligi cheklanganlar izlash va
tadqiq qilish uchun yetarlicha chuqur o'rganmaydilar va suv
ostiga sho'ng'ishga ham qiynalishmaydi; shuning uchun ular
haqiqatni topa olmaydilar. Biz chuqur tadqiqotlar olib borish
va xazinalarni ochish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz
.kerak

* * *

U jiddiy masala yoki muhim masalaga e'tibor qaratayotgan paytda ongiga ta'sir qilishga urinayotgan har qanday salbiy fikrni rad etishni yoqtiradi. Ko'pchilik muhim ishlarni qilayotganda boshqa narsalar haqida o'ylaydi.

Masalan, sudya boshqa odam uchun hayot yoki o'lim masalasi bo'yicha yakuniy hukm chiqarayotgan bir paytda, u o'sha kuni xotinidan olgan yomon munosabati haqida ham .o'ylardi va uydagi qarori ijro etilmayotganidan xafa bo'ldi

Agar bu sudya noto'g'ri qaror qabul qilib, begunoh odamni diqqatini jamlay olmagan uchun o'limga hukm qilsa, u o'z navbatida eng buyuk sudya oldida ayblanib, hukm qilinadi, bu esa hech qanday tarafkashlik yoki .qarindoshchilikni bilmaydigan universal qonundir

* * *

Ilhomingiz shabadasi barcha bulutlarni tarqatib yubordi va fikrlarim osmoni endi tiniq va sof, va men sizni hamma joyda pok ko'zlar bilan ko'raman. Muborak quyoshingizning nurlari mening borlig'im tubiga kirib boradi va avlodlar ochligi bilan men sizning muborak nuringiz bilan .oziqlanaman

* * *

Bu o'zgaruvchan, xavfli va noaniq dunyoda o'zingizni butunlay yolg'iz his qilasiz. Faqat Xudo sizni hech qachon .tashlab ketmaydi yoki umidlaringizni puchga chiqarmaydi Ey Rabbim, menga baraka bergin, toki men ichimda ruhiy kuch va muvaffaqiyat urug'larini yetishtiray va bu .kuchdan Senga ma'qul keladigan yo'llarda foydalanay

* * *

Ey Rabbim, fikrlarimning yolg'izligida, Sening ovozingni eshitishni istayman Xotiramda joylashgan dunyoviy ovozlarni mendan haydab chiqar Men qalbim tubida aks sado beradigan sokin ovozingni eshitishni istayman Mening

borlig'imni qo'lga ol va menga ichimda va atrofimda Sening
.muborak huzuringni his qilishimga imkon ber

* * *

Insonning intellektual jihatdan tinch yoki janjalkash
.muhitdan oziqlanganligini aniqlash oson

* * *

Noto'g'ri do'stlar va qarindoshlar bilan muloqot qilishdan
kelib chiqadigan ichki qo'rquvlar, psixologik qiyinchiliklar
yoki xavotirlar - bularning barchasi chalkash ong va notinch
kayfiyatga olib keladi. Boshqa tomondan, xotirjam va
osoyishta fe'l-atvorga ega bo'lganlar sog'lom va jozibali
.fikrlash tarzini shakllantirishga yordam beradi

* * *

Xudo bizni sindirish uchun emas, balki qat'iyatimizni
mustahkamlash uchun sinovdan o'tkazadi Agar biz butun
ishonchimizni tanaga bog'lasak, johillik bizni yo'q qiladi
Haqiqatni izlashda sabr qilganlar abadiy hayotni topadilar Bu
dunyo bizning qalbimiz donolik va ma'naviy kuch po'lati
.sifatida paydo bo'ladigan alangali o'choqdir
Insonlar foydalanilmagan salohiyatga ega - ularga kerak
bo'lgan barcha kuch. Xudo ularga o'zlarini bog'laydigan va
odatlar va istaklarga asir qiladigan dunyoviy cheklovlardan
xalos bo'lish uchun aql kuchini bergan. Bugun hayot
qiyinchiliklarining irodasini sindirishiga va taraqqiyotiga
xalaqit berishiga yo'l qo'ymaslikka qaror qilganlarga ularni
.yengish qobiliyati beriladi

* * *

Rostgo'ylik nomi bilan barcha sirlaringizni boshqalarga
oshkor qilmang. Agar siz zaif tomonlaringizni beparvolarga
oshkor qilsangiz, ular sizga zarar yetkazmoqchi bo'lganlarida
sizni masxara qilish imkoniyatidan foydalanadilar. Nega
ularga sizga qarshi ishlatadigan va sizga og'riq keltiradigan
?narsani berish kerak

* * *

Ey qalbmning tetiklantiruvchi ichimlik, men seni qayta-
qayta ichaman, lekin ongim shishasi doimo to'lib-toshadi.
Men bu muborak ichimlikning nomini bilmayman, lekin
bilamanki, bu menga yangilangan ruhiy quvonch baxsh
.etadigan ilohiy sevgi nektaridir
moyilliklar qalb tubidan kelib chiqadigan ichki xotirjamlik
ta'sirida yo'qolib boradigan paytlarda, orzu qilgan qallda
.namoyon bo'ladi

* * *

Yer yuzidagi boylar bilan ruhiy boylar o'rtasida hech
qanday taqqoslash yo'q, chunki Xudoning nazarida ruhiy
.boylar eng boylardir

Bugun men umidsizlikka, umidsizlikka va yo'qolgan
umidlar va amalga oshmagan orzular uchun afsuslanishga
berilmaslikka qaror qildim. O'zimni cheklangan va qamalib
qolishga yo'l qo'ymaslik o'rniga, men izlayotgan baxtni
.topishimni bilib, donolik ilhomlariga muvofiq yashayman

* * *

Rabbim, meni doim eslab yurganing uchun, hatto seni
eslamaganimda ham va menga bergan ne'matlaring uchun
minnatdorchilik bilan to'ldirganing uchun rahmat. Menga
.baraka ber, toki men seni doimo eslab yashayman

* * *

Ongimiz xurofotlardan tozalanib, illyuziyalardan xalos
bo'lganda, biz nafaqat ma'lum vaqtlarda, balki hayotimizning
har bir kunida tanamizning hayotiyliigi va yoshligini
yangilash, fikrlarimizni mustahkamlash va qalbimizni donolik
va baxt oqimlari bilan to'ldirish orqali bizni ilhomlantiradigan
.tushunchaga ega bo'lamiz

* * *

Keraksiz narsalarni aytmasdan haqiqatni gapirish odatini
rivojlantiring va boshqalarga zarar etkazishi mumkin bo'lgan
yoki haqiqatga mos kelmaydigan har qanday gapni
.aytishdan saqlaning

* * *

Aksariyat ishbilarmonlar na pul ishlashda samarali, na bizneslarini boshqarishda muvaffaqiyatga erisha olmaydilar, na dono erlar, chunki ular ofislarida bo'lganlarida xotinlari bilan bo'lgan oilaviy muammolar bilan band bo'lishadi, uyda bo'lganlarida esa ishdagi muammolar bilan band bo'lishadi. Bir vaqtning o'zida bir nechta narsaga e'tibor qaratishga .urinmaslik kerak

* * *

Agar adashgan odam yaxshi odamlar bilan muloqot qilish orqali o'zini isloh qilishga va ahvolini yaxshilashga qaror qilsa, u yaxshi tomonga o'zgaradi, ma'naviy inson esa ma'naviyatini yo'qotadi va noto'g'ri niyatli va yomon .moyilliklarga ega odamlar bilan birga orqaga chekinadi

* * *

Xudoga yaqinlashish istagi iroda kuchidan eng ulug' va eng oliyjanob foydalanish ekanligini unutmang, chunki faqat Xudo abadiy va abadiydir va barcha yaxshiliklar Undan keladi. Irodangizni rivojlantiring va zararli istaklardan qoching; ularni amalga oshirish uchun irodangizdan foydalanmang, chunki bu behuda harakat va kuchni behuda sarflashdir. Bu hayotdagi burchlaringizni qo'lingizdan kelganicha bajaring, shu bilan birga hayotga o'tkinchi tush sifatida qarang. Qat'iyatingizni charxlang va irodangizni .Xudo haqidagi bilimga asoslang

* * *

Agar inson hayotini donolik va idrok bilan yashasa, u o'lim mukofot va yaxshiroq dunyoda yaxshiroq holatga o'tish .ekanligini tushunadi

* * *

Ustoz Paramahansa shogirdlaridan biriga quyidagi :maslahatni berdi

Bir tomonlama bo'lmang; buning o'rniga, tartibli va muvozanatli hayot kechiring, vazifalaringizni ustuvorlik bilan belgilang. Burch - bu xafagarchilik yoki majburiyat hissi bilan

emas, balki ixtiyoriy va chinakam istak bilan bajariladigan
ishdir. Ma'naviy va axloqiy ong birinchi o'rinda turishi kerak
bo'lsa-da, moddiy burchni e'tiborsiz qoldirmaslik kerak,
chunki u juda muhim va ijtimoiy, milliy va xalqaro
.majburiyatlar bilan mustahkamlanishi kerak

* * *

"Va eng muhimi, o'zingizga nisbatan halol bo'ling"
Bu ibora Shekspirning "Gamlet" asarida Poloniusga
berilgan mashhur maslahatlar ro'yxatini yakunlaydi va bu,
boshqa narsalar qatori, o'ziga sodiq bo'lish va ich-ichidan his
qilgan narsani qilmaslik noto'g'ri ekanligini anglatadi.
Darhaqiqat, tiniq va tirik vijdon o'z egasiga koinotning
barcha xazinalaridan ustun bo'lgan quvonch va kuch
.bag'ishlaydi

* * *

Oliy diqqatni jamlash kuchi xavotir bo'ronlarini
tinchlantiradi, xavotirlar momentumini kamaytiradi, tartibsiz
istaklarni jilovlaydi va o'zgarmas yoki o'zgartirmaydigan
.ilohiy donolikni o'ziga tortadi

* * *

Muvaffaqiyat taqdirga yoki omadga emas, balki o'zini
o'zi anglash, mulohaza yuritish orqali, koinot qonunlari bilan
.uyg'unlashishga bog'liq

* * *

Hech kimga va hech narsaga qalb taxtini egallashga yo'l
qo'yilmasligi kerak, bu taxt faqat Xudoga bag'ishlanishi
.kerak

* * *

Insonning fe'l-atvori uning his-tuyg'ularini sovuq va
tushunish qobiliyatini yo'qotadi, bu esa boshqalar bilan til
.topishishni imkonsiz qiladi

* * *

Oilaviy hayot jannat bo'lishi kerak, ammo yomon xulq-
atvor uni do'zaxga aylantirishi mumkin. Er ishdan uyga
kelganida xotinini tushkun va xafa holda ko'rishi mumkin, bu

esa uning u bilan muloqot qilishini imkonsiz qiladi. Yoki u
uyga yomon kayfiyatda qaytishi mumkin, bu esa uning u
bilan muloqot qilishini imkonsiz qiladi. Shunday qilib,
nosog'lom xulq-atvor tufayli boshqalarda ko'plab
.muammolar paydo bo'ladi

Oila a'zolaringizdan biri g'azabdan qaynab yoki befarq
bo'lsa, siz darhol ularning fe'l-atvoridan ta'sirlanasiz. Yoki siz
kingadir yuqori kayfiyatda murojaat qilishingiz mumkin,
ammo uni kayfiyatsiz va bahsli deb topishingiz mumkin. Ular
esa darhol quvonchingizni yo'qotadigan, sizni uzoqlashishga
.undaydigan og'riqli so'zlarni aytishadi

Boshqa odamlarning shaxsiyatiga e'tibor bermang va
ularning sizga ta'sir qilishiga yo'l qo'ymang

* * *

Hayotda ko'p sinovlarga duch keldim va ulardan eng
qiyini meni noto'g'ri baholagan odamlar bilan bo'ldi. Men
sevgan va meni noto'g'ri tushunishga va menga qarshi
chiqishga yuragimni bag'ishlagan odamlarni ko'rdim. Lekin
bu mening qalbimda achchiqlanishni keltirib chiqarmadi,
.chunki achchiqlanish tushunishni bulutga aylantirdi
Boshqalarning men haqimdagi noto'g'ri tushunchalari
meni xafa qilishiga yo'l qo'ymayman, aksincha, agar ular
meni qabul qilsalar, ularga yordam berishga harakat qilaman
.va ularga yaxshi niyatlar va ezgu tilaklarimni yo'llayman

* * *

Solih amallar shirin va yoqimli yaxshilik nektarini
ichishga o'xshaydi, yomon amallar esa zaharlangan asalni
iste'mol qilish kabi antagonistik xususiyatga ega. Sog'liqqa
zarar yetkazadigan va ruhiy tushkunlik va johillikka olib
keladigan harakatlar va xatti-harakatlardan butunlay qochish
kerak. Har qanday zararli moddalarga asossiz berilish
psixologik muammolar, kasalliklar va jismoniy azoblar
.kiradigan darvozadir

* * *

Ey mening ilohiy sevgilim
Siz do'stlik qalbidan oqib chiqayotgan mehr-muhabbat
manbai va do'stlar qalbida his-tuyg'ular kurtaklarini
.ochadigan yashirin ilqlik nurlarisiz
Va olijanoblik, sadoqat va fidoyilikni ulug'laydigan
sentimental she'rlar

* * *

Boshqalarga qanchalik ko'p mehr-shafqat va
xayrixohligimni yuborsam, Xudoning sevgisi menga oqib
keladigan ruhiy kanallarni shunchalik ko'p ochaman. Ilohiy
sevgi - bu eng katta yaxshilikni o'ziga tortadigan va olib
.keladigan magnitdir

* * *

Inson o'zining ichki xotirjamligi va xotirjamligini
saqlashga qat'iy qaror qilishi juda muhim, hatto u muammoli
qarindoshlari bilan yashasa ham, qattiqqo'l ish beruvchida
ishlasa ham, raqib deb bilgan odamlar bilan muomala qilsa
ham yoki hayotdagi har qanday sinovlarga duch kelsa ham.
Agar ular kundalik hayotlarida shu qat'iyat bilan davom
etsalar va bir necha kunlik bunday tajribalardan keyin
tushkunlikka tushmasalar, ular ichki muvozanatga erishadilar
.va psixologik baxt topadilar

* * *

Yovuzlik va gunoh inson tabiatiga xos emas, balki
.tashqaridan olib kelingan va uning ichiga singib ketgan

* * *

Loy ostiga ko'milgan oltin o'z mohiyatini yo'qotmaydi;
loy olib tashlangandan so'ng, u tabiiy sofligi bilan porlaydi.
Xuddi shunday, inson qalbida ham yaxshilik mavjud bo'lib,
uni qoplaydigan va yashiradigan johillik qatlamlariga
qaramay. Qalb oltini johillikning qalin, qotib qolgan loyi bilan
qanchalik xiralashmasin, biz bu loyni donolik suvi bilan
yuvib, qalbning asl oltinining go'zal nurini ochib berishimiz
.kerak

* * *

Odamlar ko'pincha bir-birlarini tanqid qilishga e'tibor
berishadi va shuning uchun ular boshqa tomonning yaxshi
.fazilatlarini payqamaydilar

* * *

Jaholat Sharqda ham, G'arbda ham bir xil darajada
mavjud. Sharq va G'arbdan kelgan johil odamlar
uchrashganda, ular janjallashadi va kelisha olmaydilar,
boshqa nuqtai nazarlarni tinglamasdan yoki hurmat
qilmasdan, hatto ular to'g'ri bo'lsa ham, mag'rurlik va o'zini
o'zi oqlashlarini namoyish etadilar. Biroq, Sharq va G'arbdan
kelgan dono odamlar uchrashganda, ular masalalarni
xolisona ko'rib chiqadilar va barchaga foyda keltiradigan
.samarali hamkorlikka intiladilar

* * *

Xudo bizga jon, ong va tana bergan va biz bu in'omlarni
uyg'un va muvozanatli tarzda rivojlantirishimiz kerak. Biz
o'zimizni atrof-muhitimizning quliga yoki odatlar asiriga
.aylanishimizga yo'l qo'ymasligimiz kerak

* * *

Ma'naviy jihatdan rivojlangan ota-onalar farzandlarini
ma'naviy jihatdan rivojlantirib, tafakkur va o'zini o'zi
tarbiyalash bilan tavsiflangan mo''tadil turmush tarzini qabul
.qilish orqali dunyoga yordam berishlari mumkin

* * *

Orzu - bu amalga oshirish imkoniyatiga ega bo'lmagan
istak, niyat esa istakdan kuchliroqdir. Boshqa tomondan,
iroda kuchi bu istakning harakatlantiruvchi kuchi bo'lib, uni
amalga oshirish uchun faol energiya bilan birlashtirilgan. Bu
istak amalga oshguncha maqsadli va uzluksiz harakatni talab
qiladi. Qancha odamlar chinakamiga orzu qiladi va
erishmoqchi bo'lgan narsasiga erishadi! Albatta, iroda
kuchidan uyatli va qoralanadigan ishlarni qilish uchun
foydalanmaslik kerak, chunki bu iroda kuchining asl
maqsadini buzadi va salbiy va zararli oqibatlarga olib keladi.

Inson irodasi donolik va idrok bilan boshqarilishi kerak, bu
.esa ma'rifat va Xudoga yaqinlashishga olib keladi

* * *

Bu hayotda go'zal va qadrli bo'lgan hamma narsa
ko'pincha sir bilan qoplangan konlarda yashiringan. Noyob
zargarlik buyumlarini osongina topish qiyin va qimmatbaho
ma'naviy xazinalarni qazib olish va tushunish va donolik
.vositalari bilan qazib olish kerak

* * *

Boshqalarga mehrli so'zlar va samimiy maslahatlar
orqali quvonch baxsh etish chinakam buyuklikning
belgilaridir. Aksincha, boshqalarni kinoyali so'zlar, salbiy
nigohlar va xudbin takliflar bilan xafa qilish yovuzlik
belgisidir. Xafa qiluvchi nigoh va g'azabli nafas og'riqli musht
yoki zarbadan ko'ra chuqurroq jarohatlaydi. Masxara va
istehzo gunohkorlarda itoatsizlik va g'azab ruhini ochib
beradi, do'stona takliflar esa pushaymonlik va hayratga
.sabab bo'ladi

* * *

Ba'zan Xudo O'zini sevuvchilariga buyuk nur, yoki
kosmik ovoz, yoki cheksiz quvonch, yoki nihoyatda shirin
sevgi, yoki tushuncha, donolik va bilim sifatida namoyon
qiladi. Uning nuri abadiyatga kosmik qanotlar kabi cho'zilib,
yoyiladi va ba'zan men bu yerni o'sha nur qalbidagi tush
sifatida ko'raman va shu tariqa dunyo tush ekanligini
.angladim

* * *

Biz qalblarimizni donolik bilan poklash va ularni
Xudoning sevgisi bilan tozalash uchun qo'limizdan kelganini
qilishimiz kerak va barchamiz birodar va opa-singil
ekanligimizni, samoviy uyimizga birga ketayotganimizni
.anglashimiz kerak

* * *

Sizning eng katta baxtingiz to'g'ri o'rganishga va
harakat qilishga doimo tayyorligingizdadir. O'zingizni

qanchalik ko'p takomillashtirsangiz, atrofingizdagilarni ham
shuncha ko'p takomillashtirishga yordam berasiz. O'zini
takomillashtirgan odam doim baxtlidir va siz qanchalik baxtli
.bo'lsangiz, atrofingizdagilarni ham shuncha baxtli qilasiz

* * *

Keling, ochlarni to'ydirish, muhtojlarga kiyim-kechak va
dori-darmon berish, qayg'u chekayotganlarni yupatish,
muhtojlarning ko'z yoshlarini artish, qalblariga quvonch
bag'ishlash va yuzlariga tabassum ulashish uchun birgalikda
.harakat qilaylik

* * *

Agar Xudo O'z mehrini onalar qalbiga
joylashtirmaganida, ular farzandlarini seva olmas edilar.
Ilohiy sevgi onalar qalbidan oqib o'tadi. Uy inson qiyofasidagi
olamshumul Onaning mavjudligi tufayli inoyatga to'la va biz
onalik mehrining alangasini qalbimizda saqlab qolishimiz
.kerak

* * *

Bu yerdagi hayot xavfsizlik qirg'og'iga yetgunimizcha
behuda va tartibsiz ko'rinadi. Biz umidlarimizni o'tkinchi
dunyoviy maqsadlar va nozik moddiy bog'liqliklarga
bog'lamasligimiz kerak. Bunday nozik aloqalar bizni ongsiz
ravishda asl maqsadimizdan uzoqlashtirgani kabi, asosiy
.maqsadimizdan ham uzoqlashtiradi

* * *

Xudoning ovozi hayotning ko'rinishlari ortida
yashiringan, bizni doimo chaqirib, gullar, muqaddas kitoblar
va vijdonimiz orqali bizga murojaat qiladi va hayotni
yashashga arziydigan barcha go'zal narsalar orqali Uning
ulug'vorligi qalb his qiladigan ma'naviy xotirjamlikda va
ongning U bilan uyg'unlashishga astoydil urinishida namoyon
.bo'ladi

* * *

Rabbim, meni tor fikrlash va fikr va e'tiqodning bo'rttirib
ko'rsatish changli xiyobonlari ustida yuksak ko'tariluvchi
.ma'naviy taraqqiyot burguti qilgin
Meni yer silkinishlari va quyosh nurini to'sib qo'yadigan
bulutlardan tashqari, tobora yuqoriroq qatlamlarga chaqiring
Muvozanat qanotlarida yuksak idroklarning yuksak
osmoniga uchib boray
Barcha bo'ronlar va dovullardan tashqari, men samoviy
uyani qidirishga yo'l olaman
Rabbim, meni ruhiy taraqqiyot burguti qilgin, doim Seni
.sog'inch va ishtiyoq bilan izlagin
Ey Rabbim, bizni huzuringning yoqimli shabadalari bilan
tetiklashtir, bizni ulug'vor huzuringga bo'lgan intilish bilan
to'ldir va borlig'imizni ilohiy donoliging bilan boyit. Muqaddas
nuring hayotimizning har bir jabhasiga kirib borishini,
qat'iyatimizni mustahkamlashini, zulmatimizni yo'q qilishini,
bizni tinchlik va nekbinlik bilan to'ldirishini va bizga yaxshi
.ishlar qilish uchun kuch berishini his qilaylik

* * *

Kimki boshqalarga mehr va saxovatga to'la qalb bilan
ruhiy va moddiy yordam bersa, u bergan narsasi o'ziga
qaytib kelishini ko'radi va bu qalblarga taalluqli bo'lgan amal
.qonunidir

* * *

Insonning boshqalarga nisbatan his-tuyg'ulari efirda
doimiy tebranishlarni keltirib chiqaradi va shunga mos
ravishda hamdardlik va mehr-oqibatni jalb qiladi. Unga
yomonlik qilganlarni kechirgan kishi o'zi uchun kechirim va
.bag'rikenglikni jalb qiladi

* * *

Xuddi singan telefon orqali gapira olmaganidek,
tashvish, xavotir, norozilik va o'tkinchi dunyoviy shon-
sharafga bog'liqlikning bolg'a zarbalari bilan nogiron bo'lgan

ong orqali ibodatlarni samarali ravishda uzatib bo'lmaydi.
Aksincha, bu ongni chuqur xotirjamlik va xotirjamlik orqali
tiklash mumkin, shu bilan uning ruhiy chaqiriqlarni uzatish,
barakalar va ulug'vor tushunchalarni qabul qilish qobiliyatini
.oshiradi

* * *

Bu o'zgaruvchan, xavfli va noaniq dunyoda o'zingizni
butunlay yolg'iz his qilasiz. Faqat Xudo sizni hech qachon
.tashlab ketmaydi yoki umidlaringizni puchga chiqarmaydi

* * *

Ey Rabbim, meni poklik bilan shaffof qil, toki ichimda
shifobaxsh nuringni aks ettiray
Xavotirdan titrayotgan ongimning oynasini tinchlantir,
.toki u sizning cheksiz yuzingizni aks ettirsin
Sening tinchliging hididan nafas olishim uchun
.qalbidagi imon derazalarini och
Ey O'zingda nur sohib turgan Zot! Ey ta'riflab
bo'lmaydigan ulug'vorlikka ega Zot! Dunyoda Sendan
boshqa hech narsani ko'rmasligim uchun mening sog'inchli
!ko'zlarimga qarang

* * *

Turli xil tovushlar asab tizimiga turlicha ta'sir qiladi.
Dissonant tovushlar nervlarga bezovta qiluvchi ta'sir
ko'rsatadi, garmonik tovushlar esa asab tizimining
bo'shashgan va atrofiyalangan to'qimalarini uning hayotiy
.kuchini uyg'otish orqali faollashtiradi
Shuning uchun, mehribon va muloyim so'z,
ilhomlantiruvchi qo'shiq va qalb muqaddas joyida pichirlab
aytiladigan donolik ovozi - bularning barchasi inson qalbiga
.chuqur va tasavvur qilib bo'lmaydigan ta'sir ko'rsatadi
Hayot [o'rmonga] qisqa sayohatga o'xshaydi. Tushlik
tayyorlanib, dasturxonga qo'yilishi bilanoq, bir hayvon kirib
keladi va boshqalarni ketishga majbur qiladi. Ko'p odamlar
shunday yashaydi. Ular pul to'plash, baxt va xavfsizlikka
erishish uchun ko'p mehnat qilishadi, ammo kasallik va

boshqa falokatlar hayvoni ularni urib yuboradi, yuraklari to'xtaydi va ketishga majbur bo'ladi. Odamlar cheksiz vazifalar ularning vaqtini o'g'irlashiga va ularni qul qilishiga yo'l qo'yib, shunday yashashlari shart emas. Ko'p yillar shu tarzda o'tdi. Qiyinchiliklarni orqaga qaytarishga yo'l qo'ymaslikka qaror qilganlarga ularni yengish uchun kuch .beriladi

* * *

Umumiy qoida tariqasida, "oziq-ovqat" so'zi faqat jismoniy ovqatlanishga nisbatan ishlatiladi, ammo intellektual faoliyat, aqliy diqqatni jamlash va ma'naviy donolik kabi boshqa turdagi ovqatlanish turlari ham mavjud. Birinchi tur (oziq-ovqat) tanani, ikkinchi tur (aqliy diqqatni jamlash) ongini va uchinchi tur (ma'naviy donolik) ruhni .oziqlantiradi

* * *

Siz hech qachon barcha istaklaringizni amalga oshirgandan keyin ham his qiladigan o'sha noma'lum "boshqa narsani", cho'lda doimo o'zgarib, yo'qolib borayotgan sarobni anglashga harakat qilganmisiz? Insonlar biror narsaga ega bo'lmaguncha uni orzu qiladilar, lekin u qo'llariga tushgandan so'ng, ular muqarrar ravishda undan charchaydilar va boshqa narsaga intiladilar. Hayot insonga qalbi xohlagan hamma narsani - boylik, kuch, do'stlarni bersa ham, ular oxir-oqibat norozi bo'lib, ko'proq narsani izlay boshlaydilar. Lekin inson hech qachon charchamaydigan bir narsa bor va uni topgandan so'ng, boshqa hech narsani xohlamaydi va uni hech qachon boshqa hech narsaga almashtirmaydi: qalbning sof quvonchi, .o'zining eng chuqur tubida yashaydi

* * *

Dunyo tarix davomida larzaga kelgan va beqarorlashgan. Urush paytida dunyo millionlab odamlar uchun azob-uqubat va azob-uqubatlarga aylanadi. Haqiqiy

va abadiy baxt ilohiy huzurni his qilishda yotadi va bu baxtga
.erishishdan ko'ra buyukroq baxt yoki yutuq yo'q

* * *

Nima uchun odamlar ozgina zavq va ko'p muammo

?keltiradigan ishlarni qilishadi

Javob - inson taqdirida hal qiluvchi omil bo'lgan "odat".

Ko'p odamlar zararli odatlarning og'rig'i va zararini bilsalar

ham, odatning temir changali tufayli ularga amal qilishda

davom etadilar. Tuya og'zidan qon olayotgan bo'lsa ham,

tikanli butalarni yeydi. Lazzat izlovchi sog'lig'iga

yetkazadigan zararlariga qaramay, zavqlariga berilib ketadi.

Spirтли ichimliklarni o'limga mahkum qiladi, boshqa hech

qanday zavq bilan solishtirib bo'lmaydigan ruhiy quvonchdan

bexabar. Ochko'z odam moddiy narsalar ortidan tinimsiz

quvib, o'z baxtini yo'q qiladi, agar bir muddat o'ylab ko'rsa,

.oltin sotib ololmaydigan baxtga erishishini bilmaydi

* * *

Muqaddas nuringda men abadiy hushyor bo'laman,

.muborak yuzingni ko'rishdan abadiy zavqlanaman

Men o'tkinchi his-tuyg'ular orqali sevgini qidirdim va

cheklangan insoniy sevgi cho'llarida kezib yurgandan so'ng,

.oxir-oqibat ilohiy sevgi vohasini topdim

Ma'naviy mulohazalar

Dono o'qituvchi Paramhansa Yogananda uchun

Xudo ilohiy donolikning manbaidir, uning kengligi

cheksiz va mazmuni cheksizdir va inson qalbi bu donolik oqib

.o'tadigan kanallardir

Keng, ochiq kanallar va tor, zanglagan kanallar mavjud.

Kanal qanchalik katta bo'lsa, ilohiy inoyat shunchalik katta

.va mo'l-ko'l oqadi

* * *

Og'riq aqlli va o'rganishga tayyor odamlar uchun foydali

saboqlarga ega, ammo shikoyat qiluvchi va norozi odamlar

.uchun og'riq zolim zolimga aylanadi

Og'riq bizga deyarli hamma narsani o'rgatishi mumkin.

Uning saboqlari bizni aql-idrok, o'zini tuta bilish, ajralish,
.axloq va yuqori xabardorlikni rivojlantirishga undaydi

Masalan, oshqozon og'rig'i bizga ortiqcha
ovqatlanmaslik va nima iste'mol qilishimizga ehtiyot bo'lish
.kerakligini aytadi

Mol-mulk yoki yaqinlaringizni yo'qotish natijasida yuzaga
keladigan og'riq bizga bu xayollar dunyosidagi barcha
.narsalarning vaqtinchalik tabiatini eslatadi

Noto'g'ri harakatlarning oqibatlari bizni to'g'ri va
noto'g'rini farqlashga undaydi

Lekin nega odamlar donolikdan saboq olishmaydi?

Shunda ular o'zlarini og'riq zolimining og'riqli va keraksiz
!jazosiga duchor qilishmasdi

* * *

Ey mening ilohiy sevgilim

Siz koinotning har bir burchagida mavjudsiz

U gullar va atirgullar qalbida yashiringan

U menga oy derazasidan qaraydi

Tabiat pardasi ortidan

Va illyuziyalar mendan yashiringan edi

Bir ko'z ochib yumguncha ham meni e'tiborsiz

qoldirmang

* * *

Odamlar zohidlik o'zini o'zidan mahrum qilish deb

o'ylashadi, lekin bu butunlay to'g'ri emas. Men mavjud

bo'lgan eng katta xazina uchun kichik istaklardan voz

.kechdim

* * *

Inson baxtni doimiy ravishda izlashda - aybdor yoki

.adolatli yo'llar bilan - aslida ma'naviy quvonchni izlamogda

Ikki xil quvonch bor: soxta quvonch va haqiqiy quvonch

Soxta quvonchdan keyin qayg'u va azob keladi,

chinakam quvonchning oxiri esa har doim baxtli bo'ladi,

hatto uning boshlanishi qayg'uli yoki umidsizlikka solgan
.bo'lsa ham

Xudo abadiy quvonchdir va izlovchi Uni topganda, u
to'xtamasdan izlab yurgan va izlayotgan boshqa narsani
topadi, hatto unga baxt keltiradi deb o'ylagan istaklariga
.erishgandan keyin ham

Bu doimiy yangilanib borayotgan quvonchda, izlovchi
.boshqa barcha narsalarda izlagan barcha baxtini topadi

* * *

Ertangi kun bugun bilan belgilanadi, shuning uchun men
hayotimni tahlil qilaman va u nima ekanligini tushunaman,
keyin uni qanday bo'lishi kerakligi haqida yo'llarni o'ylab
.topaman

Bugun men tashabbuskorlik ruhini rivojlantiraman,
chunki tashabbuskor odam yo'qdan nimadir yaratadigan
.teshuvchi meteorga o'xshaydi

Bu buyuk ijodiy ruhning kuchi orqali imkonsiz narsani
mumkindek ko'rsatadi

* * *

Xudoning kuchi mening borlig'imning har bir atomida,
har bir tirik hujayrada, har bir asabda, miya va to'qimalarda
.mavjud

Men yaxshiman, chunki bu muborak kuch tanamning
.har bir qismiga singib ketgan

* * *

Kimki o'z xotirjamligini saqlay olsa va vazifalarini
xotirjamlik bilan bajara olsa, u o'zini tinchligi borliqni
.to'ldiradigan umuminsoniy ruh bilan bog'lagan bo'ladi

Hayotdagi voqealar qanchalik og'ir bo'lmasin va
tajribalar qanchalik qiyin ko'rinmasin, psixologik holat
xotirjamlikni aks ettirishi va ong muvozanatini saqlashi
.kerak

Na dahshatli muvaffaqiyatsizlik qalb poydevorini
silkitmasligi kerak, na yorqin muvaffaqiyat uni hayajonga
.solmasligi kerak

Kimki xotirjamlik va xotirjamlikni namoyon etsa —
chindan ham, da'vo qilmasa — tashqi ta'sirlar bilan
buzilmaydigan haqiqiy xotirjamlik va tinchlik sohillariga yetib
.borgan bo'ladi

Yaxshi tomonga o'zgarishni istagan har bir kishi kuchli,
jim, xotirjam irodani rivojlantirishi va to'g'ri qarorlardan voz
.kechmasligi kerak

Faoliyat paytida Xudo haqida o'ylash va bu amaliyotni
kundalik hayotning bir qismiga aylantirish ajoyibdir

* * *

O'rganishga ishtiyoqmand bo'lganlarning ba'zilari qisqa
masofani bosib o'tishadi, keyin esa ishtiyoqlarini
yo'qotadilar, yo'nalishni o'zgartiradilar va qarorlarini
.unutadilar

Boshqalar esa, vaqti-vaqti bilan eski odatlarga berilib
ketishlariga qaramay, sayohatni davom ettirish uchun
qo'llaridan kelganini qilishadi, ammo shunga qaramay, ular
yurishda va kuch sarflashda davom etishadi, shuning uchun
ularning moyilliklari yanada noziklashadi va kunlar o'tgan
.sayin kuchli, sog'lom va g'ayratli bo'lib boradilar

* * *

Ijobiy fikrlash kichik intellektual yo'llar va cheklangan
hissiy idroklarni kengaytira oladigan, eng buyuk
yaxshilikning chaqnashlariga guvoh bo'ladigan va ilohiy
mavjudlikni barcha ulug'vorligi va ilohiy mo'l-ko'lligida
hamma joyda ko'rish mumkin bo'lgan cheksiz kenglikdagi
ulkan oynani ochadigan ko'rinmas ilohiy kuchni ko'rishga olib
.keladi

Butun dunyo, ayniqsa tafakkur yo'lidan yurganlar va
yuksak ma'naviy ufqlarga erishishni istaganlar uchun
.xotirjamlik kerak

Jim va xotirjamlik bilan qilingan ruhiy harakatlar odatda
samarali va unumli bo'ladi, chunki jismoniy harakatlar
to'xtaganda, fikrlar faollashadi va uxlab yotgan ruhiy
.energiyalar uyg'onadi

* * *

Xatolarimizdan tushkunlikka tushmasligimiz yoki
umidsizlikka tushmasligimiz kerak, aksincha, har doim
tajribamizning yorqin tomonlariga qarashimiz va ulardan
saboq olishimiz kerak. Nima bo'lishidan qat'iy nazar, biz
yordam va yo'l-yo'riq uchun Xudoga murojaat qilishimiz
.kerak

* * *

Yangi shogird ma'naviy ta'limotlarni faqat nazariy
o'rganish orqali tushunishim mumkin deb o'ylagan va
bundan tashqari, u boshqalarga ham ta'lim berishga
ishtiyoqmand edi, shuning uchun ustoz Paramhansa unga
:shunday dedi
Ma'naviy ong tashqi payvandlash emas (o'simlik kabi),"
".balki ichkaridan o'sish va rivojlanishdir

* * *

Yogining avtobiografiyasi" kitobini yozayotgan paytda"
shogirdlariga yo'llagan edi. Ushbu kitob 35 tilga tarjima
qilingan va taxminan 70 yil oldin nashr etilganidan beri nashr
.etilib, mashhur bo'lib kelmoqda
:Aziz do'stlarim

Tanlash erkinligi asosan har xil istaklar, istaklar, niyat va
irodalardan iborat. Biroq, haqiqiy tanlash erkinligi va uning
.kichikroq ko'rinishlari o'rtasida farq qilish kerak
Bizning harakatlarimiz, kuchimiz va barcha jismoniy,
axloqiy va ma'naviy harakatlarimiz iroda kuchi orqali
.boshlanadi va doimiy ravishda ishlaydi
Iroda kuchi istalgan natijaga erishish uchun yetarli
kuchga yetmaguncha, istak atrofida markazlashgan qat'iyat
.va faoliyatning uzluksiz tsikllaridan iborat
Men yozayotgan kitobimdan ajoyib saboq oldim, chunki
ilgari yozganlarimni ko'rib chiqmasdan yozardim, lekin
avtobiografiyamning har bir paragrafini ko'rib chiqishim
kerak edi va kitobni qayta varaqlab o'tirib, o'sha ajoyib
.testlarga qaytishdan zavq oldim

Bu hayotda ko'plab sarguzashtlarni boshdan kechirdim,
ma'ruzalar qildim, binolar qurdim va rasm chizdim va
.muvaffaqiyatimning siri har doim iroda kuchida bo'lgan
Iroda kuchi bilan qilishga harakat qilgan barcha
narsamga erishdim va sizni ishontirib aytamanki, agar biror
narsa qilishga qat'iy qaror qilsangiz, bunga Xudoning
.yordami bilan erishasiz
Biz ilohiy quvonchni boshqalar bilan baham ko'rishimiz
kerak. Xudo haqida chin dildan gapirishdan ajoyibroq narsa
.yo'q

Agar siz kimnidir gunoh yo'li o'lim vodiysiga olib
borishiga va meditatsiya va ilohiy qonunlarga rioya qilish
yo'li abadiy hayotga olib borishiga ishontira olsangiz, ularga
million dollar berganingizdan ko'ra, ularning hayotini
.boyitgan bo'lasiz

Pul o'tkinchi, ammo Xudo haqidagi bilim biz bilan qoladi
va bizni keyingi dunyoga hamroh qiladi. Shuning uchun,
kimdir Xudoni bilish uchun qo'lidan kelganicha harakat
.qilayotganini ko'rganimda, men juda xursand bo'laman
Dunyoda ko'p narsalarni rejalashtirib, qilsam ham, buni
Xudoni rozi qilish uchun qilaman. Hatto ish va shovqin-suron
paytida ham: "Qayerdasan, Rabbim?" deb pichirlayman va
butun dunyo o'zgaradi va men buyuk bir yorug'likni
.ko'raman

Men o'sha yorqin okeandagi kichkina pufakchaman va
!bu qanday katta quvonch
* * *

Biz fikrlarimizni bu hayotdagi qayg'uli va dahshatli
narsalar bilan cheklab qo'ymasligimiz kerak. Donolik bizdan
fikrlarimiz va his-tuyg'ularimizni o'zgarmas yoki
o'zgartirmaydigan abadiy ilohiy kuchga yo'naltirishimizni
.talab qiladi

O'zingizni zaif va ojiz deb hisoblamang, chunki
miyangizda katta shaharni ikki kunga to'liq quvvat bilan

ta'minlash uchun yetarli miqdorda energiya to'planadi,
! Ammo siz charchaganimni aytyapsizmi
Muvaffaqiyatga erishish uchun harakat qilganingizda,
boshqalarni siqib chiqarmasdan, mavjud bo'lgan har bir
imkoniyatdan foydalaning

Bir kuni Bostondagi ko'chada ketayotgan edim,
piyodalar uchun mo'ljallangan ko'chaning tomoni piyodalar
bilan gavjum edi va ularning deyarli barchasi oldimda edi,
shuning uchun hech kimni ortda qoldirish qiyin edi. Shunga
qaramay, men hech kimni itarib yubormasdan, olomonning
.oldida bo'lishga qaror qildim

Men piyodalar orasidagi bo'shliqlarni qidira boshladim,
imkoniyatlarni qidira boshladim, ulardan xohlagan narsamga
erishgunimcha va hech kimni siqib qo'ymasdan olomon
.orasida birinchi bo'lgunimcha foydalandim
Keyin men: "Mayli, endi men niyat qilgan narsamga
erishganimdan keyin ular mendan oldinda borishlari
.mumkin", dedim

* * *

Xudo sog'liq, farovonlik, donolik va abadiy quvonch
manbaidir

Biz U bilan bog'langanimizda, hayotimiz to'liq bo'ladi va
.Usiz hayot to'liqsiz bo'lib qoladi

Keling, e'tiborimizni bizga hayot, qobiliyat va donolik
.beradigan qudratli ilohiy kuchga qarataylik

Keling, bu buyuk haqiqat hayotimizga kirib kelishi uchun
ibodat qilaylik

Va bu abadiy kuch tanamiz orqali oqib o'tishi uchun
Va qalbimizga uzluksiz quvonch kelishi uchun

* * *

Yopiq ko'zlar zulmatining ortida koinotning ajoyib
kuchlari, barcha muborak yaxshi qalblar va cheksiz va oxiri
.bo'lmagan abadiy mavjudlik yashiringan

Tafakkur orqali biz mutlaq haqiqatni bilib olamiz va
uning hayotimizdagi va yaratilishning barcha mo''jizalaridagi
.yashirin ishlariga guvoh bo'lamiz

Agar shogird o'zi xohlaganidek taraqqiy etmayotganini
sezsa, u o'zi bilan kelishib olishi, fikrlarini tahlil qilishi va
.yo'lidagi to'siqlarni aniqlashi kerak

Ko'pincha, sabab chinakam harakatning yo'qligi va
chalq'igan ongdir. Ko'pincha to'siqlar chuqur singib ketgan
odatlardan kelib chiqadi, ularni hayot bog'idan sug'urib
tashlash kerak, toki baxt ildizlari qalb tuprog'ida o'sib,
.gullab-yashnasin

Faqat irodangizni rivojlantirmoqchi bo'lganingiz uchun
katta ishlarni qilishga shoshilmang
Muvaffaqiyatga erishish uchun avval irodangizni qila
olmayman deb o'ylagan ba'zi kichik narsalar bilan sinab
ko'rishingiz kerak. Agar harakat qilsangiz, muvaffaqiyat
.sizniki bo'ladi

Do'stlarim va boshqalar menga hech qachon erisha
olmayman degan barcha maqsadlarimni hali ham eslayman,
.ammo men ularga erishdim

Yaxshi niyatli" bu odamlar o'z fikrlari bilan katta zarar"
etkazishi mumkin; Xudo bizni ulardan va ularning
maslahatlaridan asrasin

Hamrohlik iroda kuchiga eng katta ta'sir ko'rsatadi.
Osoyishtalik maskanida meditatsiya qilish o'rniga shovqinli
kechalarga borish ongni dunyoviy tebranishlar changi bilan
.ifloslantiradi, ulardan qutulish qiyin

Insonning irodasi muqarrar ravishda o'z sheriklarining
.ta'siri ostida kuchayadi yoki zaiflashadi

Faqat o'z kuchingiz bilan iroda kuchini rivojlantirish juda
qiyin. Sizga taqlid qilish uchun yaxshi o'rnak kerak. Agar siz
rassom bo'lishni istasangiz, yaxshi rasmlar bilan o'ralgan
holda yashang va rassomlar bilan muloqot qiling. Agar siz
ma'naviy inson bo'lishni istasangiz, olijanob xarakterga ega
.ma'naviy odamlar bilan do'stlashing

* * *

Ongini qanday kengaytirishni va uni cheksiz mutlaq
narsaga aylantirishni bilgan oliyjanob inson yaratilishni
kosmik tush sifatida qabul qilishi mumkin, xuddi materiya
.mavjud emasligini aniq bilim bilan ayta olganidek
O'zini tarbiyalashning uzoq bosqichlari orqali va
meditatsiya yo'lidan yoki sevgi, xizmat, altruizm kabi boshqa
ma'naviy anglash usullaridan o'tish va xudbinlikdan
uzoqlashish orqali Xudoni chin dildan izlovchi ikkilanishlarni
.yo'q qiladi va mavjudlikning abadiy birligini anglaydi

* * *

Sevgi shunchaki tuyg'u emas; bu juda haqiqiy
mohiyatdir. Va u ongli ravishda yo'naltirilganda, u o'z
.maqsadiga - xatosiz - yo'l topadi
Sevgi ham buyuk kuchdir. Izlovchi Xudoni topish uchun
ko'p yo'llarni sinab ko'rishi mumkin, ammo u o'zining eng
katta orzusi va eng chuqur istagini ifoda etmaguncha Uni
.topa olmaydi

* * *

Inson aqli uni ishontirgan narsaga aylanadi. Agar
.irodangiz kuchli bo'lsa, hayot jangida g'alaba qozonasiz
Aql o'z e'tiborini o'tkinchi narsalarga qanchalik ko'p
qaratsa, uning kuchi shunchalik zaiflashadi va ruhning ruhiy
tabiatini qanchalik ko'p tasdiqlasa, u shunchalik ruhiy bo'ladi
.va uning kuchlari yangilanadi

* * *

Dunyo o'zining yuksalishlari va pasayishlari hamda
tebranishlarini davom ettiradi, shuning uchun biz yo'l-yo'riq
va yo'nalishni qayerdan izlaymiz? Bizning tarafkash va
noto'g'ri tushunchalarimizga emas, balki ichimizdagi haqiqat
.va yo'l-yo'riq ovozig

* * *

Materiya va ong, yulduzlar va sayyoralar bilan koinot,
zich sirt to'lqinlari, moddiy yaratilishning nozik shaffof
oqimlari, insoniy his-tuyg'ular, iroda va ong, hayot va o'lim,

kunduz va tun, sog'liq va kasallik, muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik - bu kosmik tushni boshqaradigan nisbiylik .qonuniga ko'ra haqiqatdir

Nisbiylik qonuni bilan idrok etiladigan barcha ikkiliklar buyuk kosmik tushda o'zining kichik rolini o'ynaydigan inson .xayolparasti uchun haqiqiydir

Inson illyuziyalar changalidan - nisbiylik qonunidan - .qutulishi uchun u tushdan abadiy uyg'onishi kerak

Biz tushni tasavvur bilan yoki uning mavjudligini inkor etish bilan, yoki "hayot"ni qabul qilib, "o'lim"ni rad etish bilan yoki sog'liqni tan olib, kasallikni e'tiborsiz qoldirish bilan .o'zgartira olmaymiz

Har bir holat, xuddi bitta matoning ikki tomoni kabi, o'zining qarama-qarshi tomonining ajralmas qismidir Ikkilanishlar bir tanganing ikki tomonidir va haqiqatni izlovchi ularni ongida ajratishga urinmaydi, balki ulardan .donolik va ma'lum bilim bilan ustun turadi

* * *

Xudoning sevgisi bizni yuksaltiradi va tushunchamizni kengaytiradi. Men o'zimni faqat shu tanaga cheklangan deb o'ylay olmayman, chunki men barcha tanalarda mavjud .ekanligimni his qilaman

Xuddi tanamning har bir qismida o'z ongimni his qilganim kabi, sizlarning hammangiz mening bir qismim ekanligingizni va barcha tirik mavjudotlar mening kosmik tanam ichida ekanligini his qilaman va barcha his-tuyg'ularni .boshdan kechiraman

Bu idrok yoki tasavvur emas, balki o'z-o'zini bilishdir. Bu xabardorlik shunchaki ongni o'qish almashinuvidan ko'proq narsani anglatadi; bu har bir insonning his-tuyg'ularini ongli .ravishda anglashdir va bu holat kosmik ong deb ataladi

Bu ong sizda paydo bo'lganda, "men" haqidagi ong yo'qoladi va siz barcha mavjudotlar bitta ilohiy hayot bilan .to'lib-toshganini his qilasiz

* * *

Bu dunyo g'alati, chunki undagi hamma narsa o'zgarishi
va o'zgarishi mumkin va shuning uchun inson o'z baxtining
.qayig'ini bu dunyo qirg'og'iga langar tashlamasligi kerak
Bu hayotda azob chekayotgan bo'lsangiz ham,
farovonlik va kuchdan bahramand bo'lsangiz ham, ongingiz
o'zgarishsiz qolishi kerak. Agar ruhiy muvozanatga erisha
.olsangiz, hech narsa sizga zarar yetkaza olmaydi
Barcha buyuk insonlarning hayoti ularning o'sha
muborak holatga erishganliklarini ko'rsatadi. Dunyoviy
baxtga erishishga umid bog'laganlar ko'plab muammolarni
kutayotganini ko'rishadi, chunki kobuslar ko'pincha go'zal
.tushlarga hamroh bo'ladi
Agar tushni shunchaki tush deb hisoblasangiz, endi u
yoqimli yoki dahshatli bo'ladimi, xoh u shunchaki tush emas,
xotirjamlikni his qilasiz va bu hayot ham tush ekanligini
.anglaganingizda, uning dahshatli tushlaridan xalos bo'lasiz

* * *

Inson hayotning arzimasi narsalari va salbiyliklaridan
ustun tura olgani va ijobiy fikrlar bilan muvaffaqiyat
unsurlarini jalb qiladigan to'g'ri sharoitlarni yarata olgani
.uchun xursand bo'lishi kerak
Qattiq va o'zgaruvchan kayfiyat qalbning xotirjamligini
kemiradigan saraton kasalligiga o'xshaydi va g'amgin
kayfiyatdan aziyat chekadiganlar muammolaridan xalos
.bo'la olmaydilar

Ammo yomon odatlar va muammolarni xotirjam va
oqilona fikrlash orqali yengish mumkin. Zararli odatga ega
.odam buni oshkor qilganda, u muvaffaqiyatsizlikni tan oladi

* * *

Ey Rabbim, men dunyoviy vasvasalarni Sening ilohiy
sevging bilan taqqosladim va Sening sevgingni har qanday
.vasvasa yoki vasvasadan kuchliroq deb topdim

* * *

Xuddi moy olovni yanada yorqinroq qilgani kabi, g'azab
ham g'azab bilan oziqlanadi va uni kuchaytiradi, qo'pol

muomala esa boshqalarni qo'pol xatti-harakatlarini davom
.ettirishga undaydi va ularni yanada o'jar va qattiqqo'l qiladi
Xotirjam va muloyim inson g'azabni xotirjamlik bilan
yengadi, sukut saqlash orqali nizolar bo'ronini tinchlantiradi
va nizolar va mojarolarni shirin, muloyim so'zlar va
.boshqalarning his-tuyg'ularini inobatga olish bilan yo'q qiladi

* * *

:O'qituvchi Paramahansa haqiqat haqida shunday dedi
Hech kim ishonmasa ham, u mavjud, nazariyalar esa"
".g'oyalar va so'zlar bilan qo'llab-quvvatlanishi kerak

* * *

Sevgi dunyoning xo'jayini bo'lishi kerak

* * *

Sizga quvonchimning qo'shiqlari bilan kelaman
Va men sizga jonim xazinasidan xazinalarni olib keldim
Va yuragim tubida siz uchun ilohiy sog'inch nektarini
to'playman
Men yolg'on umidlar cho'lida chanqoqlikdan qurib
goldim
Lekin endi mening istaklarim abadiy so'ndi
Chunki u sizning mo'l-ko'l buloqlaringizdan oqib chiqadi
Muqaddas atiringizning pichirlashlari menga qarab
oqmoqda
Mening baxt shamim sizning quvonchingiz nuri bilan
porlaydi
Men yer yuzidagi vohalar sarobi orasida o'lib qolishimga
oz qoldi
Va endi men sizning ruhingiz to'lqinlaridan hayratda
goldim
Qani endi men sizning ilohiy okeaningizda cho'kib,
abadiy yashasam edi

* * *

Quyoshli aqliy ufqlar barcha psixologik bakteriyalarni
yo'q qiladigan ultrabinafsha nurlarini o'z ichiga oladi. Bu

nurlarni tor va cheklangan nuqtai nazarlardan iborat shisha
.to'siq bilan to'sib qo'ymang

* * *

Xudoning uyida hech qanday bo'linish bo'lmasligi kerak

* * *

Ey Rabbim, boshqalarga bo'lgan sevgimiz, Sening
saxovatli qo'lingdan olgan sevgini his qilish kuchi bilan
.mumkin bo'ladi

Unda bizni sizga eng cheksiz sevgimiz va yonayotgan
!sog'inchimizni taqdim etishga ilhomlantiring
Sen bizga otalar va onalarni, aka-uka va opa-singillarni,
.o'g'il-qizlar, amakivachchalar va umr yo'ldoshini berding
Bolalar va do'stlar, ehtimol biz sizni turli xil ifodalar va
barcha turdagi insoniy munosabatlar uchun nozik tabiiy
.farqlar bilan qanday sevishni o'rganishimiz mumkin
Ey abadiy mehribon Zot, ey Eng Oliy Zot! Menga insoniy
sevgining barcha gullaridan guldasta to'qib, uni muborak
.ma'badingga qurbonlik sifatida qo'yishni o'rgat
Lekin agar ko'p sadoqatim tufayli sizga butun guldastani
taqdim eta olmasam, bitta gulni, eng yaxshi va eng yangi
gullarni tanlab, uni mendan qabul qilishingizga umid qilib,
!oyoqlaringizga qo'yaman

* * *

Tashqi ko'rinish, ayniqsa ko'zlar, insonning o'tmishda
qanday bo'lganligini taxminan ko'rsatadi. Ichki "men" tashqi
.ko'rinishga kuchli ta'sir qiladi

Insonning ko'zlari uning eng muhim jismoniy
xususiyatidir va inson ko'zlarini chiroyli qilishga intilishi
?kerak. Buni qanday qilish mumkin

Ko'zlarimiz ichki tabiatimizni aniq namoyon qiladi va
ko'zlarning tashqi ko'rinishi va ifodasini go'zallashtirishning
bir usuli - bu go'zal ichki fikrlar va his-tuyg'ularni
.rivojlantirishdir

Ba'zi ko'zlar juda shafqatsiz, ba'zilari esa yovuzlik yoki
xudbinlikni aks ettiradi

Insonning so'zlari qanchalik yoqimli va xatti-harakatlari
qanchalik ajoyib bo'lmasin, uning asl mohiyatini ko'z
ifodasidan aniq bilib olishingiz mumkin, chunki ular o'sha
.ikkita ochiq deraza ortiga yashirina olmaydilar
Shuning uchun inson go'zal va ijodiy fikrlarni o'ylashi
kerak. Va ular Xudoning suratida yaratilganligi sababli,
.ularning ichki hayotini buzishga haqqi yo'q
Tinchlik, xotirjamlik va samimiy muhabbatni aks
ettiruvchi go'zal ko'zlar xotirjamlik, sevgi va tinchlikni
.rivojlantirish orqali rivojlantirilishi kerak
Faqat shu usul orqali tashqi ko'rinishning barcha
cheklovlari va cheklovlaridan kuchliroq bo'lgan ma'naviy
.magnetizmni rivojlantirish mumkin

* * *

Qat'iy qaror qabul qilganimizda, biror masalani chuqur
o'rganib chiqib, o'sha masala bilan bog'liq ijobiy va salbiy
tomonlarini aniqlaganimizdan so'ng, irodamizni
faollashtirganimizda, hayotimizda o'zgartirish imkonsizdek
tuyulishi mumkin bo'lgan ko'plab o'zgarishlarni amalga
.oshirishimiz mumkin

Erkin iroda mavjud va agar u mavjud bo'lmasa, hech
kim ichki va tashqi muhit ta'siridan qochib qutula olmaydi,
o'sish cheklanadi, ijodiy faoliyat doirasi torayib ketadi va
insonning rivojlanishi va ibtidoiy darajadan yuqoriga
.ko'tarilishi imkonsiz bo'ladi

Mustaqil institutsional ish bilan bog'liq yangi ijtimoiy
tizimlar kontseptsiyasi va ilg'or g'oyalar, ilg'or ilmiy
kashfiyotlarda qo'llaniladigan usullar, turli xil tadqiqot va
tadqiqotlar sohalari hamda ijodiy adabiy faoliyat - bularning
barchasi insonning Xudoning yordami va iroda kuchi bilan
har bir sohada tanlov erkinligini amalga oshirish qobiliyatini
.tasdiqlaydi

* * *

Intizomli nutq va g'azab va xafagarchilikdan xoli bo'lish
insonni o'zini tuta bilishga va uyida hurmatga sazovor

qilishga yordam beradi. Bunga oilaviy nizolarni oqilona va
oqilona hal qilish yoki boshqalarni mehrli so'zlar bilan
.tinchlantirish kiradi

Bu g'alaba va hatto qahramonlik belgisidir, hatto
raqiblarning o'zlariga ko'ra ham

* * *

Tushunish hayotning eng qimmatli xazinasidir. Bu ichki
qarash, intuitiv idrok bo'lib, u orqali biz o'zimiz va boshqalar
haqidagi haqiqatni va yo'limizda duch keladigan barcha
vaziyatlarni qanday hal qilishni bilib olamiz, shuningdek,
bizga munosabat va harakatlarimizni zaruratga qarab
.o'zgartirishga yordam beradi

Bu dunyoda bizning tushunchamiz ko'pincha cheklangan
va aqliy ko'rish qobiliyatimiz xiralashganda, narsalarni
oldindan ko'ra bilish va ularning oqibatlarini bilish imkonsiz
.bo'lib qoladi

Biz harakatlarimizning mumkin bo'lgan oqibatlarini
oldindan ko'ra olmaganimiz uchun ko'pincha noto'g'ri
qarorlar qabul qilamiz

Bu dunyoda tinchlikda yashash uchun biz atrof-
muhitimiz va atrofimizdagi narsalardan to'liq xabardor
bo'lishimiz va qaysi yo'nalishda ketayotganimizni bilishimiz
.kerak

Biz hozirgi harakatlarimizga asoslanib, kelajakdagi
hayotimiz qanday bo'lishini aytib beradigan ichki tuyg'uga
ega bo'lishimiz kerak

* * *

Aqlni to'g'ri idrok omochi bilan haydash kerak, chunki
uning tuprog'i quruq va qattiq, tuprog'i esa nekbinlik va
ochiqlik bilan namlanishi kerak, unga imon urug'lari ekilishi
va urug'lar ilohiy irodaga muvofiq yaxshi niyat suvlari bilan
.sug'orilishi kerak

* * *

Shogirdlardan biri ustoz Paramahansadan ilohiy sevgilini
katta tezlikda o'ziga olib keladigan ibodat haqida so'radi va
:ustoz shunday dedi
Xudo faqat qalbingizning tubida yashirin ibodat"
"durdonalarini xohlaydi

* * *

Bizga sevish qobiliyatini kim berdi? Xudo
Xo'sh, bizning sevgimizga boshqa hamma narsadan
ko'ra kim ko'proq loyiq? Xudo
Xudosiz haqiqiy sevgi yo'q, chunki Xudo sevgidir
* * *

Biz Xudo bizning rizq beruvchimiz ekanligini va haqiqiy
farovonlik bizda bor narsa bilan emas, balki iroda kuchi bilan
nimaga erisha olishimiz bilan o'lchanishini unutmasligimiz
.kerak

Baxt istaklarni kamaytirish va zarur ehtiyojlarni
qondirish qobiliyatini rivojlantirishga harakat qilishni,
shuningdek, barcha to'siqlar va to'siqlarga qaramay,
qanchalik qiyin bo'lmasin, Xudoning yordami bilan sharoitlar
.yaxshilanishiga umid qilishni talab qiladi
* * *

Donolik ovozi yuksak ma'naviy tebranishlar bilan
uyg'unlashgan barcha yaxshi qalblarga murojaat qiladi va
tinchlik, sevgi va ulug'vor bilimlarni izlaydigan uyg'un
.g'oyalarni izlab havoda kezadi
* * *

Qalblarimiz munchoqlar, sevgi esa qalblarimizni
.birlashtirib turadigan ilohiy tasbeh ipidir
* * *

Mol-mulkingiz sizni egallab olishiga yo'l qo'ymang
* * *

Men hali ham o'qituvchimning oldiga kelib, keyin esa
to'g'ri tushunchaga ega bo'lmagani uchun uni tark etgan
.ko'plab talabalarni eslayman

Men o'zimga: "Ko'pchilik kelishi va ketishi mumkin, lekin
.men oxirigacha sodiq qolaman", dedim
Ustozim qat'iy va xushmuomala inson edi va ko'pchilik
uning yorqin donoligining nuriga chiday olmay, monastirni
:tark etishdi, lekin men unga bir kuni shunday dedim
Sizni hech qachon tark etmaydigan inson bor va u"

"inson menman

Men va'damni bajarganimdan xursandman, chunki uning
ruhiy yo'l-yo'riqlari ko'zlarimni ochdi va ongimni Xudoning
.nuri bilan yoritdi

* * *

Unutmangki, Xudoning roziligi eng ulug' narsadir. Agar
butun dunyo sizdan mamnun bo'lsa-yu, lekin siz Xudoning
marhamatiga ega bo'lmasangiz, siz shamolni ushlab yoki
kulni puflab yurgan odamga o'xshaysiz. Agar butun dunyo
sizga yoki sizga qarshi g'azablansa-yu, lekin siz Xudoning
marhamatiga ega bo'lsangiz, unda siz hamma narsani
.nazorat qilasiz va chinakam baxtli egasiz

* * *

Hayotimiz butunlay Xudoga bog'liq va agar biz Unga
murojaat qilsak va Uning yordamiga ishonsak, U bizga yo'l
ko'rsatadi va muammolarimizni hal qilish va
qiyinchiliklarimizdan xalos bo'lish uchun to'g'ri yo'lga
.yo'naltiradi

* * *

Ilohiy haykaltarosh
Yuragimning har bir urishi bo'lsin
Senga bo'lgan abadiy sevgim" she'rida yangi so'z"
Va lablarimdan chiqqan har bir tovush yetkazilsin
Muqaddas ovozingizdan muborak tebranishlar
Mening har bir fikrim sizning huzuringiz quvonchiga
to'lsin

Mening irodam sizning ilohiy hayotiyligingiz bilan
zaryadlansin

Barcha fikrlarimni, ifodalarimni va intilishlarimni O'z
.inoyating bilan bezat

Ey eng muqaddas ilohiy haykaltarosh
Hayotimni o'zingiz xohlagan tarzda shakllantiring
Sizning noyob dizayningizga muvofiq

* * *

Xudo biz harakat qilganimizda bizga javob beradi va biz
shunda U haqiqatan ham borligini, ibodatlarimizni eshitishini
va tilaklarimizni bajarishini anglaymiz. U haqida doimiy
ravishda o'ylaydigan va U haqida mulohaza yuritadiganlar
Uning muqaddas huzurini his qiladilar va Uning muborak
.nurini ko'radilar

Kimki samimiy istak va qat'iyatga ega bo'lsa,
o'tmishdagi xatolaridan qat'i nazar, muqarrar ravishda
maqsadiga erishadi, ammo bu xatolarda davom etish o'ziga
qarshi katta gunohdir, chunki kim xato qilsa, o'zini haqiqiy
.baxtdan mahrum qiladi

Inson o'ziga zarar yetkazish yoki foyda keltirish
qudratiga ega va johillik chumolilarini undan uzoqroq tutish
uning ixtiyorida, toki ular uni tishlamasligi va bezovta
.qilmasligi uchun

Agar inson baxtli bo'lishni istamasa, uni hech kim baxtli
qila olmaydi va u o'zining baxtsizligi uchun Xudoni
.ayblamasligi kerak

Agar Xudo bizga irodamizdan foydalanish erkinligini
bermaganida, U bizning azob-uqubatlarimiz uchun javobgar
bo'lar edi, lekin U bizga bu erkinlikni berdi va biz hayotimizni
.o'z xohishimizga ko'ra shakllantiradiganlarmiz

* * *

:Jimlikning chuqur ma'nosi
Shogird qo'rquv, kasallik va boshqa muammolarning
yirtqich hayvonlari tomonidan ta'qib qilinganda, u o'zida
.xotirjamlik makonini izlaydi

Ruhan uyg'ongan inson kechayu kunduz tashvish va
qayg'ulardan himoyalangan xotirjamlik qal'asida yashaydi va
.dunyoning dahshatlari uni buzib o'tolmaydi
Sukunat makoniga kirganlar, xuddi atirgullar va barcha
tirik mavjudotlar tilini tushunganidek, Xudoni sevadigan
.boshqa qalblar bilan ham muloqot qilishlari mumkin
Shogirdning sukunati qanchalik chuqur bo'lsa, uning
baxti shunchalik katta bo'ladi
Fikr derazalari ortida yashiringan, sukunat tubida
o'rganilishi va ochilishi kerak bo'lgan quvonch - bu ta'riflab
.bo'lmaydigan buyuk quvonchdir

* * *

Men tsivilizatsiyani barcha turdagi insoniy fazilatlarining
unib-o'sib, gullab-yashnab borayotgan bog' sifatida
.ko'raman
Asalari singari, ongim ham yaxshi fazilatlarining gullarini
izlaydi

Asalari faqat eng yaxshi asal turlarini yig'ib olishi
mumkin bo'lgan gullarga boradi
Xuddi shunday, biz faqat eng shirin nektarni ichadigan
asalariga taqlid qilishimiz kerak. Bu biz boshqalarda
ko'radigan yaxshi fazilatlar va fazilatlarini o'zlashtirishga
.harakat qilishimiz kerakligini anglatadi
Xudo qabul qiluvchi qalblarga oqib tushadigan va ularni
.yaxshilik va shirinlik bilan to'ldiradigan muborak asaldir

* * *

Kimki o'z dunyoqarashini kengaytirmoqchi bo'lsa,
mazhab, rang, irq va ko'r-ko'rona fanatizmdan xabardor
bo'lishi, o'zini tuta bilishi, mehribon va do'stona bo'lishi,
.ovqat, ichimlik va boshqa zavqlarda o'rtacha bo'lishi kerak
U vijdoni ma'qullaydigan va xotirjamlik baxsh etadigan
ishlarni qilishi, rost gapirishi, o'g'irlik qilmasligi, boshqalarni
aldamasligi, sog'liqqa zarar yetkazadigan va hayotiylikni
susaytiradigan zavqlarga berilmasligi, qo'rquv, g'azab,

ochko'zlik, hasad va bezovta qiluvchi obsessiyalardan uzoq
.turishi kerak

Va u o'zini issiqqa, sovuqqa va boshqa qiyinchiliklarga
xafa bo'lmasdan bardosh berishga o'rgatishi va barcha
qo'rquv va yomonliklardan eng buyuk panoh bo'lgan Xudoga
.bo'lgan ishonchini mustahkamlashi kerak

* * *

Ustozim bilan o'rtamizdagi munosabatlar mukammal va
ajoyib edi. Ma'naviy yo'l boshchi va shogird o'rtasidagi
.munosabatlar eng yuqori ma'noda sevgidir

Men bir marta Himolay tog'larida Xudoni
muvaffaqiyatliroq izlay olaman deb o'ylab, monastir hayotini
tark etgan edim, lekin adashgan ekanman va ketishim bilan
.buni his qildim

Bir necha kundan keyin qaytib kelganimda, o'qituvchim
menga xuddi uni hech qachon tashlab ketmagandek
muomala qildi. U meni koyimasdan, odatdagidek kutib oldi
va xotirjamlik bilan: "Keling, bugun ertalab nonushtaga nima
.tayyorlashimizni ko'rib chiqaylik", dedi

Shuning uchun men unga: "Lekin janob, mening
.ketishim tufayli menga jahl qilmayapsizmi?" dedim

U javob berdi: "Albatta, yo'q, men boshqalardan hech
narsa kutmayman va shuning uchun ularning xohishlari
mening xohishlarimga zid bo'lmasligi kerak. Men sizni
shaxsiy manfaatlaringiz uchun ekspluatatsiya qilmayman va
sizning baxtingizdan boshqa hech narsa meni xursand
.qilmaydi

Birinchi marta kimdir meni chin dildan sevishini his
!qildim

Agar men otamning biznes ishlarini boshqarib, ishimni
tashlab ketganimda, u menga g'azablangan bo'lardi.
Masalan, men (otam rahbar bo'lgan kompaniyada) foydali ish
taklifini rad etganimda, u yetti kun davomida men bilan
.gaplashmadi

Otam meni chin dildan otalik mehri bilan sevardi, lekin
bu ko'r-ko'rona sevgi edi, chunki u pul meni baxtli qiladi,
.lekin pul baxtimni barbod qiladi deb o'ylardi
Biroz vaqt o'tgach, men integratsiyalashgan ta'lim
uchun maktabimga asos solganimda, otam fikrini o'zgartirib:
."Bu ishni qabul qilmaganingizdan xursandman", dedi
Aksincha, o'qituvchimning munosabati butunlay
boshqacha edi, chunki men monastirni tark etganimga
qaramay, uning menga bo'lgan sevgisi o'zgarmadi va u meni
.tanbeh bermadi

* * *

Ey Rabbim, men Sening yaratganingning o'tmishi,
hozirgi va kelajagi to'shagida juda uzoq vaqt qolib ketdim va
.men – abadiyat farzandi – xavotirdaman
Qayta-qayta kurashdim, ammo foydasi bo'lmadi.

Nihoyat, aldamchi nisbiylik to'siqlari bilan o'ralgan
to'shakdan sakrab tushishga muvaffaq bo'ldim va siz meni
.qo'lingizga olib, abadiy tinchlik ohanglari ostida tebratdingiz
Men abadiyat farzandiman – Sening abadiyating, ey
Rabbim

Men boshimni butun borlig'ingizning ko'kragiga
qo'yaman
* * *

Men jannat qushiman: muborak qo'llaringiz bilan
yaratilgan osmon qushi
U meni nafislik va nafis ranglar bilan bezatdi: nafislik
paxmoqlari va ma'naviy gullab-yashnashning oltin patlari
bilan
Men baxt jannatini izlab, hayotning g'amgin, qovog'ini
solgan muhitida baland ko'tarildim va yorqin patlarim
.umidsizlikning qora dog'lari bilan dog'langan edi
Kel, ey Xudoyim, jannating qushini donolik nurlari va sof,
.shirin tinchlik suvlari bilan yuv
* * *

Ikki soat ichida tug'ilib, ko'payib va nobud bo'ladigan

.bakteriyalar turi mavjud

Ushbu turdagi test yarim kun ichida yoki insonning

sakson yilgacha cho'zilishi mumkin bo'lgan uzoq vaqt
davomida sinovdan o'tkazishi kerak bo'lganidan kamroq vaqt
.ichida amalga oshirilishi mumkin

Biz yashayotgan yetmish yoki sakson yil abadiyatning

o'tkinchi lahzasidir. Nisbiy nuqtai nazardan qaraganda, biz
bilan sodir bo'ladigan barcha narsalar yuqorida aytib o'tilgan
bakteriyalar bilan sodir bo'lganidek tezlikda sodir bo'ladi.
Abadiylikning har bir o'tkinchi lahzasida inson hisobiga ko'ra
ko'p yillar o'tadi. Shuning uchun vaqtni behuda sarflash juda
.qimmatlidir

* * *

Inson vijdoni ma'qullamaydigan ishni qilmasligi va o'zi

xo'jayin bo'lishi kerak. Agar ular o'z fikrlari, his-tuyg'ulari va
harakatlarining xo'jayini ekanliklarini anglasalar, hech narsa
.ularni nazorat qila olmaydi yoki ta'sir qila olmaydi

* * *

Aql tanaga katta ta'sir ko'rsatsa-da, tanani e'tiborsiz

.qoldirish oqilona emas

Inson sog'lom ovqatni iste'mol qilishi kerak, uni zararli

ovqatdan ko'ra afzal ko'rishi kerak

Agar sharoitingiz sizni asabiylashtiradigan odamlar bilan

yashashni talab qilsa, vaqti-vaqti bilan atrof-muhitingizni
o'zgartirish tavsiya etiladi. Ammo bundan ham yaxshiroqi,
boshqalarning xatti-harakatlaridan bezovta bo'lmaslik uchun
psixologik holatingizni o'zgartirishdir. O'zingizni o'zgartiring,
.shunda siz istalgan joyda tinchlik va baxtda yashay olasiz

* * *

Butun dunyo ruhiy kasalliklar shifoxonasiga o'xshaydi.

Ba'zi odamlar hasad va hasaddan, boshqalari esa g'azab,
nafrat va shahvatdan aziyat chekishadi. Ular o'z odatlari va
his-tuyg'ularining qurbonlari. Lekin siz o'z muhitingizda
.tinchlik yaratishingiz mumkin

* * *

Tuyg'ular ong va tanaga aniq ta'sir qiladi. Hasad va
.qo'rquv yuzni oqarib ko'rsatadi, sevgi esa uni porloq qiladi

* * *

Xotirjam bo'la olsangiz, doim baxtli bo'lasiz
Yaxshi tomonga o'zgarishga qaror qilganingizda,
maqsadingizga erishish uchun yaxshi do'stlik va olijanob
.ta'sirlar juda muhim va ajralmas ekanligini unutmang
Atrof-muhitning ta'siri - yaxshi yoki yomon - irodadan
kuchliroq, shuning uchun buni boshqalar bilan
.munosabatlaringizda va munosabatlaringizda hisobga oling
O'zini takomillashtirish uchun o'zini tahlil qilish ham
zarur

Agar o'zingizni jasorat bilan va qo'rqmasdan tahlil qila
olsangiz, boshqalarning tahliliga bardosh bera olasiz va
.ularning tanqidi sizga ta'sir qilmaydi

* * *

Kimdir: "Menga zavq yoki baxt muhim emas, men
muvaffaqiyatga erishish uchun biror narsaga erishish uchun
.yashayman", deyishi mumkin

Boshqasi: "Men bu dunyoda yaxshilik qilishni
xohlayman, hatto azob-uqubat va azob-uqubatlarda
.bo'lsam ham", deyishi mumkin

Lekin ularning fikrlarini o'rganib chiqsak, ikkalasi ham
baxtga intilayotganini ko'ramiz. Birinchisi baxtsiz
muvaffaqiyatni orzu qiladimi? Ikkinchisi esa o'zi baxtni his
.qilmasdan dunyoga yaxshilik tilaydimi? Albatta yo'q
Ular boshqalar tomonidan yetkazilgan jismoniy og'riq va
ruhiy azob-uqubatlarda yoki muvaffaqiyatga erishish yoki
boshqalarga yordam berish bilan bog'liq holatlardan kelib
chiqishi mumkin bo'lgan narsalarga ahamiyat bermasliklari
mumkin, chunki birinchisi muvaffaqiyatdan katta quvonch
topadi, ikkinchisi esa barcha noqulay sharoitlarga qaramay,
.boshqalarga yordam berishdan to'liq zavqlanadi

Hatto eng fidoyi niyatlar va samimiy insonparvarlik
moyilliklari ham baxtga yaqinlashishga bo'lgan shaxsiy
.intilishdan kelib chiqqan

Lekin bu baxt fursatparastlar va tor fikrlilar uchun emas,
balki keng fikrli, saxovatli va buyuk qalbgaga ega saxovatli va
.olijanob insonning baxtidir

Shuning uchun, altruist xudbinlikning unga buyruq
berishiga yo'l qo'ymaydi, chunki agar inson keng fikrli va
mehribon bo'lmasa, o'zi uchun ham, boshqalar uchun ham
baxt izlamasa va xohlamasa, bu sof baxtni topishning iloji
.yo'q

Bu o'zgarmaydigan yoki o'zgartirmaydigan universal
tamoyil

* * *

Ularga qiziqish bildirish va xizmat ko'rsatish uchun
barcha odamlarni shaxsan bilish va ularni yaqindan sevishtirish
.shart emas

Sizga kerak bo'lgan narsa - yo'lingizda duch kelgan va
chin dildan ushbu xizmatga muhtoj bo'lgan har bir kishiga
.do'stona xizmat ko'rsatishga doimo tayyor bo'lishdir

Bu aqliy kuch va shikoyat qilmasdan buni amalga
oshirishga chin dildan tayyorlikni talab qiladi. Boshqacha
.qilib aytganda, bu qurbonlikni talab qiladi

Quyosh olmosga ham, ko'mir bo'lagiga ham teng
darajada nur sochadi, ammo olmos quyosh nurini qabul
qilish va uni yorqinlik va yaltiroqlik bilan aks ettirish imkonini
beruvchi ma'lum xususiyatlarni rivojlantirgan va o'stirgan,
.ko'mir esa bir xil yorug'likni ko'rsata olmaydi

Biz odamlar bilan muomala qilishda olmos kabi
bo'lishimiz va ilohiy sevgi nurini ulug'vorlik va poklik bilan
.aks ettirishimiz kerak

* * *

Ustoz Paramahansa shogirdlariga qilgan nutqida
:shunday dedi

Menga bo'lgan his-tuyg'ularingizni ifoda etgan
so'zlaringiz uchun qanchalik minnatdor ekanligimni so'z bilan
ifodalay olmayman
Sizning samimiyligingiz, ruhingizning kuchi va
qalbingizdan chiqqan so'zlaringiz uchun chuqur
minnatdorman

Men sizlarning orangizda ekanligimdan faxrlanaman va
bu dunyodagi aka-uka va opa-singillarim oldidagi buyuk
.burchimni doimo yodda tutishdan mamnunman

* * *

Ilgari xo'jayinlarini kaltaklagan odam
Agar siz yangi odatni shakllantirishni va yomon odatni
yo'q qilishni istasangiz, ongingizni xotirjam va zo'riqmasdan,
qoshlar orasidagi peshonangizda joylashgan iroda va
ma'naviy ong markaziga qarating va shakllantirishni istagan
yaxshi odatingizni qat'iy tasdiqlang. Xuddi shunday, yomon
odatdan xalos bo'lishni istasangiz, o'sha nuqtaga
diqqatingizni jamlang va miyadagi yomon odat to'plangan
.barcha asab yo'llari o'chirilganligini qat'iy tasdiqlang
Sizga ishda jahli chiqqanida xo'jayiniga shapaloq urishda
mohir bo'lgan bir kishi haqida haqiqiy voqeani aytib
beraman. Natijada, u jahl chiqqanida o'zini butunlay nazorat
qila olmagan uchun ishdan keyin ham ishini yo'qotdi va
unga qarshilik ko'rsatgan har bir kishini qo'lga tushgan
.narsa bilan uraverdi

U menga yordam so'rab keldi, shuning uchun men unga:
"Keyingi safar jahlingiz chiqqanda, biror narsa qilishdan oldin
.birdan yuzgacha sanang", dedim

U usulni sinab ko'rdi, lekin menga qaytib kelib: "Buni
qilganimda g'azabim kuchayadi va uzoq kutishim tufayli
sanash paytida xafa bo'lib qolaman", dedi. Uning ahvoli
.umidsizdek tuyuldi

Keyin u undan Xudoning nuri uning miyasini
to'ldirayotganini, g'azabini tinchlantirayotganini, asablarini
tinchlantirayotganini, his-tuyg'ularini yumshatayotganini va

o'zidan barcha g'azab izlarini olib tashlayotganini va natijada bir kun kelib u g'azab xurujlaridan xalos bo'lishini his qilishini .va mulohaza yuritishini so'radi

Ko'p o'tmay, u yana yonimga qaytib keldi va bu safar menga: "Men o'zimni g'azablanish odatidan xalos qildim va .buning uchun minnatdorman", dedi Men uni sinab ko'rishga qaror qildim, shuning uchun bir nechta bolalardan uni masxara qilishni so'radim va uni ko'ra oladigan joyga yashirindim, lekin u meni ko'ra olmadi. Bolalar uni bir necha bor qo'zg'atishga harakat qilishdi, lekin .u xotirjam bo'lib qoldi va javob bermadi

* * *

Abadiylik va'dasi qalbimiz va ongimizni to'ldirsin Va hayot boblari va voqealari bizga o'lim soyasi ruhning doimiyligi va uning Yaratuvchisi bilan yaqin aloqasini .biladigan yorug'lik farzandlarini qo'rqitmasligini eslatsin Keling, hayot va o'lim Xudo dengizidagi ikkita to'lqin ekanligini va kosmik okeandan bir tomchi bo'lgan ruh bu ikki to'lqinni o'zining asl mohiyatini o'zgartirmasdan va abadiy .manbaidan ajralmasdan qabul qilishini angalaylik Keling, asl tabiatimizni johillik zindonlaridan yorug'lik va .bilim cho'qqilariga olib chiqish uchun harakat qilaylik Ongimizni tanamizning cheklovlaridan, salbiy fikrlardan va nosog'lom ta'sirlardan ozod qilganimizda, biz ruhiy tabiatimizga ta'sir qilamiz va hech qachon botmaydigan .ilohiy quyoshning abadiy nurlari ekanligimizni anglaymiz

* * *

Samadha yoki kosmik ekstaz holatiga yetganlar qattiq .moddalarning suyuqlikka aylanishini aniqlaydilar Suyuqliklardan gazlarga, gazlardan energiyaga va energiyadan kosmik ongga o'tadi va u ta'riflab bo'lmaydigan ulkan quvonchni his qiladi va yangilangan quvonchdan yoki cheksiz donolikdan yoki oliy tinchlikdan yoki to'liq mavjudlik tuyg'usidan yoki kosmik ruh o'rtasida o'zining erishidan .tortib, turli xil ong holatlarini boshdan kechiradi

* * *

Nervni tiklash

Chuqur, sokin meditatsiyada hayot kuchi miyadan
barcha organlarga oqib o'tadi, to'qimalardan yorug'lik
uchqunlari chiqadi va hayotiy oqim umurtqa pog'onasi orqali
oqib o'tadi va tananing barcha hujayralarini qamrab olish
uchun taqsimlanadi, shifobaxsh energiya oqimi bilan
.to'yingan va natijada nervlar tetiklashadi

* * *

:Magnit turlari

Oddiy magnitlardan ko'rishimiz mumkinki, magnitning
.tortishish kuchi magnitning o'ziga bog'liq
Kichik magnit kichik narsalarni o'ziga tortadi, kuchli
magnit esa kattaroq narsalarni o'ziga tortadi
Shunday qilib, inson magniti o'zining jozibador kuchiga
qarab tortadi

Inson magnitlanishining bir nechta turlari ham mavjud;
ba'zilari jismoniy narsalarni, ba'zilari ruhiy kuchlarni va
ba'zilari ma'naviy afzalliklarni - ko'pincha yashirin yoki
.unutilgan afzalliklarni o'ziga tortadi

Qalb konlaridan qimmatbaho toshlarni qazib oling,
shunda siz g'olib bo'lasiz. Istalgan maqsadingizga intiling va
muqaddas magnitlanish sizga barcha kuch va yaxshilik
manbai va hayotdagi eng katta yutuq bo'lgan Xudoni jalb
.qilishiga amin bo'ling

Tasdiqlash: Men o'zimga barcha yaxshi narsalarni va
barcha bilim nurlarini jalb qilish uchun muborak ruhiy
.magnetizmdan foydalanaman

* * *

Xudo mening hayotim U mening sevgim U mening
yuragim ibodat qilishga chaqiradigan ma'baddir
Xudo mening maqsadim, chunki men Uning yordamisiz
vazifalarimni bajara olmayman
Shuning uchun men uni topmagunimcha chin dildan
qidirdim

Ilohiy, alangali sevgi va mutlaq qat'iyatsiz kosmik
.sevgilini topish qiyin

* * *

Bir kun keladiki, inson bu dunyoni tark etadi. Ba'zilar uni
mehr bilan eslab, yig'laydilar, boshqalar esa uni yomon
eslashadi, lekin uning barcha yomon va yaxshi fikrlari unga
.hamroh bo'ladi

Shuning uchun, insonning burchi - o'z fikrlarini kuzatish,
xatti-harakatlarini sinchkovlik bilan o'rganish, xatolarini
tuzatish, o'zini baholash va qo'lidan kelganicha harakat
.qilish

To'g'ri ish qilishga harakat qilayotgan bo'lsangiz,
odamlar siz haqingizda nima deyishiga e'tibor bermang
Men hech kimni g'azablantirmaslikka harakat qilaman
va ich-ichimdan hammaga mehribon va samimiy bo'lishga
.qo'limdan kelganini qilganimni juda yaxshi bilaman
Lekin odamlarning men haqimdagi fikrlari, maqtovmi
yoki qoralashmi, menga ahamiyat bermaydi, chunki Xudo
.men bilan, men esa U bilan birgaman va bu eng muhimi

* * *

Ikki kishi yoki bir guruh odamlar o'rtasida shaxsiy
maqsadlar va g'oyalardan xoli, sof ma'naviy asosda do'stlik
paydo bo'lganda, bu sof do'stlik har bir do'stning qalbini
.poklaydi

Do'stlik bilan poklangan qalb birlik va yaqinlikka ochiq
.eshikka aylanadi

Bu yurak orqali birodarlik sevgisi tuzilishiga kirish va
xotirjamlik va tinchlikdan bahramand bo'lish uchun ko'proq
.yaxshi qalblarni jalb qilish mumkin bo'ladi

* * *

Men o'zimnikidan ko'ra boshqalarning ishlari haqida
ko'proq qayg'uraman, chunki men qilayotgan barcha ishlarni
Xudo uchun qilaman va buni o'sha harakatlar mening ishim
.bo'lgandagidan ko'ra ko'proq istak va g'ayrat bilan qilaman

Agar natijalar qarama-qarshi yoki qoniqarsiz bo'lsa, men
baribir yoki xafa bo'lmayman, chunki men maqsadim va
niyatim ortidagi Xudo oldidagi burchimni bajarganimni his
qilaman, va qo'limdan kelganicha harakat qilganim va katta
quvonch va qat'iyat bilan urinishni takrorlayman, lekin
.harakat yoki natijaga bog'lanmasdan

Agar men faqat o'zim uchun ishlaganimda, men doimo
tashvish va xavotirga duchor bo'lardim. Lekin maqsadim
Xudoni rozi qilish ekan, natijalar U uchun, men uchun emas.

Bu mening hayotga bo'lgan yondashuvim va unda men
.o'zimning taskin va erkinligimni topaman

:Muvaffaqiyat zinapoyasidagi qadamlar

Qattiq mehnat -

Ijodiy qobiliyat -

To'g'ri hukm

Chiqindilarni tejash va oldini olish

Muvaffaqiyatsizlikdan keyin harakat qilish va qayta -

urinish

O'z-o'zini tarbiyalash va o'zini takomillashtirish

Ijodiy energiyalarni faollashtirish -

Boshqalarga yordam berish

Bundan tashqari, biz barcha yaxshiliklarning manbai va -

barcha muvaffaqiyat va ne'matlarning manbai bo'lgan Xudo

.haqida mulohaza yuritishimiz kerak

* * *

Men senga ilgari hech qachon aytilmagan qo'shiqni
kuylayman va yuragimning tubida va torlarida chaladigan asl
.kuyimni senga bag'ishlayman

Men o'zimning birinchi madhiyamni yozdim va mana uni

.sizga sof qurbonlik sifatida taqdim etaman

Men sizga quruq, intellektual ohanglarni yoki boshqalar

tomonidan bastalangan bezakli qo'shiqlarni taqdim

.etmayman

Sizga faqat yuragimning sodda, sodda ohanglaridan

boshqa hech narsa bermayman

sog'inch dalalari va hayotimning o'tloqlarida endigina
.unib chiqqan yovvoyi gullarni taqdim etaman

* * *

Biror kishi uchun boshqalarni o'ziga xos xususiyatlarga
ko'ra tahlil qilish va tasniflash oson
Lekin inson uchun o'zini halol va rostgo'ylik bilan yoritish
qiyin. Shunga qaramay, ular kerakli yaxshilanishlar va
o'zgarishlarni tushunish uchun aynan shunday qilishlari
.kerak

Shaxsiy xususiyatlarimizni bilishning maqsadi
boshqalarga qanday ta'sir qilishimizni tushunishdir
Odamlar ongli ravishda yoki ongsiz ravishda insonning
tabiati haqida taassurot qoldiradilar va undan chiqayotgan
tebranishlarga ularning munosabati tegishli shaxslar uchun
.nozik signaldir va dono odamlar signalni tushunishadi

* * *

:Psixologik rivojlanishdagi to'siqlar quyidagilar
O'zini sevish (xudbinlik), behudalik, ochko'zlik, g'azab,
nafrat, hasad va insonni undan chuqurroq johillikka olib
.boradigan yoki uni boshqa qorong'u fazilatlar
Ozodlikka olib boradigan yo'ldan borish kerak, chunki
inson istaklari doimo yangilanib turadigan va deyarli hech
qachon tugamaydigan yoki chegarada to'xtamaydigan
.odatlar tomonidan boshqariladi
Bu odatlar ruhni qamab qo'yadi va uni asir qilib qo'yadi,
bu esa uning egasining ozodlik va ozodlik yo'lidan yurishini
.imkonsiz qiladi

* * *

:Hayot yo'li quyidagicha
Bir tomonda johillikning qorong'u vodiysi, ikkinchi
.tomonda esa donolikning yorqin nuri
Donolik bilan harakat qilsak, ozodlik yo'lga xavfsiz
.qadam qo'yamiz va kerakli narsalarga erishamiz

* * *

Butun koinot ilohiy irodaning yaratilishidir va biz
o'zimizni shu muborak iroda bilan uyg'unlashtirganimizda,
.bizga kerak bo'lgan narsa bizga osongina keladi

* * *

Odamlar oldindan tayyorgarliksiz insoniy his-
tuyg'ularning murakkab mexanizmi bilan kurashishga
.harakat qilganda, natija ko'pincha og'riqli bo'ladi
Baxt inson xulq-atvori qonunini tushunishda ekanligini
kam odam tushunadi
Shuning uchun ba'zi odamlar ko'pincha do'stlari va oila
a'zolari bilan janjallashadi; ular boshqalarni tushunmaydilar
.va o'zlarining shaxsiy kamchiliklarini ko'rmaydilar
Yaqinlarimizning noto'g'ri xatti-harakatlari bilan
hamkorlik qilmaslik, balki bu harakatlarga konstruktiv
.ma'naviy harakatlar bilan jimgina qarshi turish muhimdir
Yaqinlarimizning g'ayritabiiy xatti-harakatlariga qarshi
kurashishda qo'pol usullarga murojaat qilmasligimiz ham
.muhimdir

* * *

Biz ayyor ovchi tomonidan aldandik Biz soxta xavfsizlik
hissi uchun sayoz suvlarda suzib yuramiz, shu bilan birga
jaholatning halokatli to'ri bizni qamrab oladi
Kundalik baliq ovlash to'rlarini tashlashda ko'pchilik
ovlanadi va faqat bir nechtasi omon qoladi
Ey cheksiz rahm-shafqat, bizni shahvatlarning halokatli
tuzoqlaridan, jilovsiz ambitsiyalardan va bo'g'uvchi dunyoviy
!bog'liqliklardan qutqar
Keling, ilohiy birlik joylashgan qalbning sokin
dengizining tubiga sho'ng'iylik va asirlik kishanlari va qullik
!zanjirlaridan ozod bo'laylik

* * *

Ustoz Paramahansa shogirdlaridan birini ruhlantirib
:shunday dedi
Agar siz halolligingiz, samimiyligingiz va Xudoga bo'lgan
sevgingiz orqali ibodatlaringizni Unga yetkaza olsangiz,

xatolaringiz okeandan chuqurroq va Himolay tog'laridan
.balandroq bo'lishi muhim emas

Xudo yo'lingizdagi to'siqlarni olib tashlaydi, sizni
o'tmishdagi og'ir yuklardan xalos qiladi va o'tmishdagi
.xatolarni takrorlash istagingiz yo'qoladi

Ba'zan o'zingizni qalin zulmat qatlami ostida topishingiz
mumkin, ammo siz baribir abadiy alanganing uchquni bo'lib
qolasiz

Siz uchqunni yashirishingiz mumkin, lekin uni yo'q qila
olmaysiz
* * *

Yaxshi niyatlar va samimiy maslahatlar bilan
boshqalarni xursand qilish ajoyib ish va buyuk qalblarga xos
.bo'lgan olijanoblik belgisidir

Tishlash, xafa qiluvchi so'zlar, kinoyali nigoh yoki
kislotali takliflar orqali boshqa odamga zarar yetkazishga
kelsak, bular mehribon odamlar qo'llamaydigan xorlovchi va
.zerikarli usullardir

Kinoya gunohkorda isyon va g'azab ruhini ochib
berishga yordam beradi, do'stona so'zlar esa unda
pushaymonlikni uyg'otadi, ya'ni odam o'z xatolarini tan oladi
.va ularni boshqa takrorlamaydi
* * *

Talabalardan biri: "Ustoz, men hech qachon jannatga
.ishonmaganman. Bu joy haqiqatan ham mavjudmi?", dedi
:O'qituvchi Paramahansa javob berdi
Ha, Xudoni sevadigan va Unga ishonadiganlar o'lim"
kelganda o'sha jannatga boradilar. Bu fazoviy dunyoda inson
fikir kuchi bilan xohlagan narsasini darhol amalga oshirish
".qobiliyatiga ega
Efir tanasi nurli nurdan iborat. Bu ajoyib olamlarda Yer
.aholisiga noma'lum bo'lgan tovushlar va chiroqlar mavjud
* * *

Baxtni tobora ko'proq o'z ichida, kamroq esa moddiy
.narsalarda izlash kerak

Tashqi narsalar sizning xotirjamligingizni buzmasligi va muvozanatingizni buzmasligi uchun ongingizda baxtli bo'ling

Bu hayotda intilishga arziydigan yagona intilish - bu
.ichki baxt va unga erishish uchun qat'iyat va qat'iyat yetarli
Baxt inson ichidagi Xudoning taxtidir

* * *

Ko'p odamlar o'zlarini uyg'oq deb o'ylashadi, lekin ular
unday emas

Ular asosan hushidan ketgan. Siz uyquda yurib,
"Yong'in! Yong'in!" deb baqiradigan yoki suhbatlashib,
.ma'ruza qiladigan odamlar haqida eshitgan bo'lsangiz kerak
Ko'pchilik shunday. Albatta, men chin dildan ongini
ma'naviy johillik uyqusidan uyg'otishni istaganlarni nazarda
.tutmayapman

Biz noto'g'ri xatti-harakatlar va noto'g'ri hayot
vayronalari ostida ko'milganlarni uyg'otish uchun ishlashimiz
.kerak

Buning uchun avvalo ongimizni johillik
.katakombalaridan ilohiy bilim nuriga jonlantirishimiz kerak

* * *

Do'stlik - bu sevuvchilarimizning ko'zlaridan porlayotgan
Xudoning sevgisi va bu bizni samoviy uyga qaytishga va
umuminsoniy sevgi bilan abadiy birlikning shirinligini tatib
.ko'rishga chaqirishidir

Do'stlik - bu qalblarni bizni Xudo va insoniyatdan ajratib
turadigan ego va xudbinlik ongidan xalos bo'lishga
.chaqiradigan muqaddas ovozdir

Haqiqiy do'stlik - bu o'z do'stligi orqali Xudoning sof
sevgisini va kosmik ruhning muqaddas fazilatlarini namoyon
.etadigan ongli qalblar o'rtasidagi muborak rishtadir

Haqiqiy do'stlik keng qamrovli va inklyuzivdir
Boshqalarni chetlab o'tib, bitta odamga xudbinlik bilan
.oshiq bo'lish do'stlik yo'lidagi asosiy to'siqdir
Sevgi chegaralari oila, qo'shnilar va butun dunyoni
.qamrab olish uchun kengaytirilishi kerak

Koinot do'sti keng fikrli, Xudoning yaratganlarini sevadi
va qayerga borsa ham, qayerga qarasa ham sevgisini
.saxovat bilan tarqatadi

Bu olijanob tamoyillarga barcha buyuk insonlar amal
.qilgan va ularni himoya qilgan

Oilaviy muhabbat - bu ma'naviy do'stlik poydevorini
.qo'yishning dastlabki mashg'ulotidir

Barcha irqdagi barcha odamlarning tomirlarida bir xil
qon oqadi

Biz turli millat va elatlarga mansub bo'lsak-da, bir xil
ilohiy manbaga mansubligimiz tufayli bizni global rishtalar
.birlashtiradi

* * *

Ruh inson qo'li bilan yaratilgan panjara ortiga qamab
qo'yilishi mumkin emas, chunki u kelib chiqishi jihatidan
.universal va tegishliligi jihatidan universaldir

* * *

Agar biz hayotdan zavqlanishni istasak, vaqt hozir,
ertaga yoki keyingi yil emas

Kelgusi yil uchun yaxshiroq hayotga eng yaxshi
.tayyorgarlik bu yil uyg'un, muvozanatli va baxtli hayotdir
Kelajakdagi (oxiratdagi) quvonch va zavqlarga to'la
hayot bizning turmush tarzimizga, fikrlash tarzimizga va bu
hayotda qanday harakat qilishimiz va o'zini tutishimizga
.bog'liq

Bugun hayotimizdagi eng muhim va mazmunli kun
bo'lishi kerak

* * *

Meditatsiya - bu ong yuzini qoplaydigan va yashiradigan
qatlamlarni olib tashlash vositasidir va undan foydalanish
.orqali ilohiy quvonchning doimiy oqimli bulog'i otilib chiqadi

Meditatsiya va to'liq dam olish, yoki fikrlarni chalkash
hislardan ongli ravishda olib tashlash, Xudoni bilishning
haqiqiy va samarali usulidir. Agar biz meditatsiyadan
tashqari hamma narsani qila olsak, fikrlar tinch bo'lganda

(unda Rabbingizning xotirjamligi bor) va ilohiy tinchlik bilan
uyg'unlashganda (Men sizlarga qoldirgan tinchlik) keladigan
.quvonchga teng keladigan quvonchni topa olmas edik
Bu ilohiy ekstazni to'g'ri diqqatni jamlash va meditatsiya
.usulidan foydalanish orqali boshdan kechirish mumkin

* * *

Agar xonangizning shiftidagi eshikni qidirsangiz, to'g'ri
qidiruv usulidan foydalanmasangiz va devorga
qaramasangiz, ko'p yillar davomida qidirsangiz ham, uni
.topa olmaysiz

* * *

Bu dunyo bilan xayrlashadigan kun keladi, lekin bu
yerda ekanman, eng katta quvonchim menga ishonganlarga
Xudoning mo''jizalari haqida gapirishdan iborat va mening
xohishim ularning menga ta'riflab bo'lmaydigan tasalli,
erkinlik va xavfsizlik bergan ilohiy nurga bo'lgan intilishini
.kuchaytirishdan iborat

* * *

Koinot tarixi, barcha mayda detallari bilan, abadiyat
gumbazlarida saqlanib qolgan - bu boshqa o'lchov. Bu
cheklangan dunyoda biz uzunlik, kenglik, qalinlik va
balandlikni idrok etamiz, ammo bu o'lchovlar mavjud
bo'lmagan boshqa daraja ham bor. Hamma narsa o'sha efir
tekisligida shaffofdir; hamma narsa ong va xabardorlikdir.

Ta'm hissi - bu hid hissi kabi hissiyotdir. Bizning his-
tuyg'ularimiz, fikrlarimiz va tanamizning barchasi ongdir.

Xuddi tushlarda ko'rish, eshitish, hidlash, ta'm bilish va
teginish kabi, biz ham bu hislarning barchasini sof, shaffof
.ong yoki yuqori olamlarda his qilishimiz mumkin

Hozir gapirayotib, aynan shuni ko'ryapman. Men bu
tanada emasman, balki mavjud bo'lgan barcha narsaning bir
qismiman. Va men ko'rgan narsalar men uchun siz men
.uchun bo'lganingiz kabi haqiqiydir

Inson Xudoni hamma joyda ko'rish va tush bilan haqiqat
.o'rtasidagi farqni bilish uchun uyg'onishi kerak

Men ko'pincha o'zim turgan joyda cheksizlikni ko'raman
va bu joyni cheksizlikda ko'raman. Hamma narsa o'sha
.abadiy manbadan hayotni qarz oladi
Bolaligimda kechayu kunduz o'tirib ibodat qilardim, lekin
.na javob bor edi, na javob beruvchi
Bir tomonda men insoniyatni, ikkinchi tomonda esa men
.bilan gaplashmagan abadiyatni ko'rdim
Men yolg'izman va hamma meni tashlab ketgan deb
o'ylagan bo'lsam ham, Xudo meni tashlab ketmadi, chunki U
har doim yashirinch, fikrlarim va his-tuyg'ularim ortida men
.bilan birga edi
Va ichimdagi yorug'likni ko'ra boshlaganimda, ruhim sirli
.ravishda muborak ilohiy hidga to'ldi
Men daraxtlarning ildizlarini va ular orasidan oqib
o'tayotgan sharbatni ko'ra oldim va menga tasalli bergan va
.qalbimni tinchlantirgan Xudoga yaqin edim
Men kechayu kunduz ibodat qildim va qayta-qayta iltijo
qildim, narsalar men uchun o'z jozibasi va ma'nosini
yo'qotganda, men dunyodan va undagi barcha narsalardan,
jumladan, baxtdan voz kechdim, chunki bu moddiy baxt
bo'lishi mumkinligidan qo'rqib, va men hozir doim men bilan
.bo'lgan Xudoni topdim
Dunyo meni tark etishi mumkin, lekin Xudo meni bir
lahza ham tark etmaydi
Xudo hamma narsadir Bu zal va uning atrofidagi olam
mening ongim pardasida harakatlanuvchi tasvirlar kabi suzib
yuradi
Men qarayman va faqat sof ruh, shaffof nur va muloyim
ongni ko'raman
Mening tanam, sizning tanangiz va dunyodagi barcha
narsalar o'sha ilohiy nurdan kelib chiqadi. Men o'sha nurni
.ko'rganimda, boshqa hech narsani ko'rmayman
Ektranga qaraganingizda, harakatlanuvchi tasvirlarni
ko'rasiz, lekin orqaga qarasangiz (an'anaviy kinoteatrlarda),

ekranga faqat yorug'lik nuri tushayotganini ko'rasiz. Bu
.ishonib bo'lmaydigandek tuyuladi, lekin bu haqiqat
Men ilgari bu narsalar haqida gapirardim, lekin endi
befarq yoki befarq bo'lganlar bilan gaplashmayman. Lekin
Xudo bu safar siz bilan gaplashishga ruxsat berdi. Hamma
.narsa o'tkinchi. Abadiy narsa uchun ibodat qiling

* * *

Biz bu dunyoga o'zimiz bilmagan joydan kelganimiz
sababli, hayotning kelib chiqishi va maqsadi haqida
.o'ylashimiz tabiiydir

Biz bu dunyoning yaratuvchisi haqida eshitamiz, u
haqida o'qiymiz va butun koinot uning ilohiy ongining
.mavjudligini e'lon qiladi

Xuddi kichkina soatning kichik va aniq qismlari va
moslamalari bizni soatsozga qoyil qoldirishga majbur
qilganidek

Katta va murakkab zavod mashinalari bizni hayratga
solib, o'z ixtirochisiga hayrat bag'ishlaganidek, tabiat
mo'jizalarini ko'rganimizda, ularning ortida yashiringan aql-
:zakovatdan hayratda qolamiz va hayron qolamiz
Gulga uning yorqin, quyoshga qaragan shaklini kim"

"?bergan

Uning xushbo'y hidi va go'zalligi qaerdan paydo bo'lgan?

Va qanday qilib uning gulbarglari shunday ajoyib, quvnoq
ranglar bilan bo'yalgan va shunday ajoyib aniqlik bilan
?yaratilgan

* * *

Seni fikrlarim tubida his qilyapman, eng chuqur his-
tuyg'ularimda borligingni his qilyapman va sevgim bog'ida
.gullab-yashnayotganingni ko'ryapman

Meni huzuringning xushbo'y hidi bilan to'ldirgin, toki
.men Sening muborak hidingdan bahramand bo'lay

Osmonlar, yulduzlar, fikrlar va his-tuyg'ular ortidan
menga keling. Menga eng muqaddas yuzingizni ko'rsating va

qalbimda, atrofimda va hamma joyda sizning
.mavjudligingizni his qilishimga imkon bering
Men seni asrlar va davrlar davomida, orzular va
ambitsiyalar yo'lida qidirdim va endi sen mening qalbimda
yashayotganingni va eng muqaddas tuyg'ularimni
.ilhomlantirayotganingni angladim
Endi his-tuyg'ular, fikrlar va qalbning ritmi gullari ortida
.mendan yashirma
Ruhimni donoliging javohirlari bilan bezatgin va menga
ne'mating shabadalarini puflagin va Seni ko'rishim va
.anglashimdan to'sib qo'ygan zulmatni mendan olib tashlagin
Ey yulduzlar va moviy osmondan tashqarida, atmosfera
qatlamlari va barcha mavjudotlar hamda mavjudotlardan
tashqarida bo'lgan Zot, mening sevgimning pichirlashlarini
qabul qil va borlig'imni Sening sevging, nuring va tinchliging
.bilan cho'mdir

* * *

Agar siz ilohiy sevgining bir zarrasini ham his
qilganingizda edi, siz qarshilik ko'rsatib bo'lmaydigan
ta'riflab bo'lmaydigan va cheksiz quvonchni boshdan
.kechirgan bo'lar edingiz
Shunday qilib, uni ushlab turish siz uchun qiyin bo'ladi
Biz Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganimizda, bizning
idrokimiz cheksiz bo'lib qoladi va to'liq mavjudlikning okean
.tubiga qo'shiladi
Biz buyuk quvonch va oliy ilohiy sevgini boshdan
kechiramiz

* * *

Ba'zi odamlar fojiali romanlarni o'qishga odatlanib
qolishgan va ularni eng sevimli o'qish materiallari deb
bilishadi va umrlarining oxirigacha ulardan zavqlanishda
.davom etishlarini his qilishadi
Lekin agar ular o'zlarini tahlil qilsalar, ular ko'pincha
bunday adabiyotlarni doimiy o'qishdan tushkunlikka tushib,
.asabiylashishlarini aniqlaydilar

Ushbu tushkunlik tufayli ular bu odatni tark etishni va
buning o'rniga o'z fikrlarini ilhomlantiradigan va his-
tuyg'ularini sog'lom, ulug'vor g'oyalar bilan oziqlantiradigan
kitoblar va ma'naviy materiallarni o'qish odatini
.shakllantirishni xohlashlari mumkin

Agar ular bu o'zgarishni amalga oshirsalar, ongli idrok
va kuchli qat'iyat tufayli hayotlari ajoyib yangi burilish
.yasaganini ko'rishadi

Agar xohlasak, o'zimizni juda tez o'zgartirishimiz
mumkinligi rost, lekin yillar davomida odatlar va naqshlarni
.o'zgartirish haqiqiy kuch va kuchli iroda talab qiladi
Eski va chuqur ildiz otgan odatni yo'q qilish uchun,
yomon odat zararsizlantirilgunga va uning kuchi falaj
bo'lmaguncha, barcha qat'iyat kuchlari teskari yo'nalishda
.faollashtirilishi kerak

Ko'pchilik odamlarda buning uchun zarur bo'lgan sabr-
toqat va bag'rikenglik yetishmaydi. Lekin inson yaratgan
yoki qilgan narsasini o'chirib tashlashi yoki bekor qilishi
.mumkinligini tushunishi kerak

* * *

Keling, ego chegaralaridan voz kechib, ma'naviy
.taraqqiyotning keng, keng yaylovlarida kezib yuraylik
Va hayot yo'llarida doimo sayohat qiladigan vaqt karvoni
singari, ruh karvoni ham ilohiy ruhning chekkalariga qarab
.eng katta kengayish yo'llarida harakatlanishi kerak
Hayotning eng muhim vazifalarini bajarishga bo'lgan
tashabbuskorlik ruhi ko'pincha inson odatlarining vayronalari
.va qoldiqlari ostida ko'milib qoladi

Inson o'zini bu odatlarning tushkunlikka soluvchi
ta'siridan xalos qilishi va o'zi orzu qilgan muvaffaqiyat
.urug'larini hayotining tuprog'iga ekishni boshlashi kerak
Hayot eng dolzarb va muhim vazifani, ya'ni
mavjudligimizning asl ma'nosi va qadrini topishni amalga
.oshirganimizda qadr va ahamiyat kasb etadi

Insonlar hayotning bu harakatlanuvchi kosmik tasvirlari
.bexosdan namoyish etilmasligini anglashlari kerak
Har kuni biz yangi manzaralarni ko'ramiz va har kuni
inson hayotining oliy maqsadiga, ya'ni hayot pardasi ortida
yashiringan oliy mavjudotni tan olishga e'tibor qaratish orqali
.o'rganishimiz kerak bo'lgan yangi saboqlarni olib kelamiz

* * *

Xudoda siz barcha qalblarning sevgisini, orzularning
ro'yobga chiqishini va orzularning ro'yobga chiqishini
topasiz. Dunyo sizga beradigan va keyin tortib oladigan, sizni
qayg'u, og'riq yoki umidsizlikka soladigan hamma narsani siz
Xudoda ancha katta miqdorda va unga hamroh bo'lgan
.umidsizlik va qayg'usiz topasiz

* * *

Ba'zi odamlar biz faqat aqlga tayanishimiz kerak,
deyishadi. Boshqalar esa his-tuyg'ularimizni qondirishimiz
kerak, deb hisoblashadi. Ikkala pozitsiya ham haddan
.tashqari

Bir nazariyaga ko'ra, tananing salomatligi va
farovonligini ta'minlash uchun muntazam tibbiy ko'rikdan
o'tish tavsiya etiladi, xuddi mashinangizni vaqti-vaqti bilan
tekshirtirib turish kabi. Bu mantiqan to'g'ri keladi. Lekin
odamlar mashina emas. Agar ruhiy salomatligingiz jismoniy
holatingizga bog'liq bo'lsa, ertami-kechmi ong tananing
talablari quliga aylanadi, bu esa barcha turdagi va
miqdordagi dori-darmonlar va boshqa jismoniy muolajalarni
samarasiz qiladi. Bu biz davolab bo'lmaydigan kasalliklardan
aziyat chekishimizning sababini tushuntiradi. Jismoniy zaiflik
mustahkamlanib qolgan, chunki ong tananing xo'jayini
.bo'lishdan bosh tortgan

Me'yoridan boshlash yaxshidir. Agar ozgina jarohat
olsangiz, ozgina yod surting, lekin faqat dori-darmonlarga
tayanmang. Asta-sekin sog'lom fikrga ko'proq tayanib
.qolguningizcha, oqilona choralar ko'ring

Buyuk ustozlarning o'zlari dastlab Xudo tomonidan
yaratilgan o'tlar va kimyoviy moddalardan tayyorlangan
dorilardan foydalanishgan
Ruhiy ustoz uchun dorilar va giyohvand moddalar shart
emas, lekin Xudoning kuchi son-sanoqsiz usullar bilan
ishlayotganini namoyish etish uchun u ba'zan ba'zi tibbiy
.preparatlardan foydalanishni tanlashi mumkin
Qanday bo'lmasin, g'alaba ong kuchida. Hech qanday
nojo'ya ta'sirlarsiz barcha dori-darmonlarsiz yashay
olishingizga qat'iy ishonch hosil qilganingizda, siz g'alaba
.qozonasiz va tanangiz ustidan hukmronlik qilasiz

* * *

Biz boshqalarga beradigan do'stlik qalbdan chiqishi
kerak va mehr va hamkorlik yuzaki ko'rinmasligi kerak, ichki
.ko'rinish esa buning aksini anglatadi
Ma'naviy qonun nihoyatda aniq va kuchli, va ma'naviy
.tamoyillarga zid kelmaslik kerak
Shuning uchun do'stlarni aldamaslik yoki ularga xiyonat
qilmaslik va do'stlik chegaralaridan chiqmaslik juda
.muhimdir
Do'st qachon do'sti bilan hamkorlik qilishi kerakligini va
qachon o'z irodasidan foydalanib, u bilan hamkorlik
.qilmasligi kerakligini ham bilishi kerak

* * *

Teri yuzasi teginish hissiyotlarini sezmaydi; bu hislar
aslida miyada boshdan kechiriladi va odam ong orqali
bo'lmaguncha ta'm, teginish, hidlash, eshitish yoki ko'rish
.qobiliyatiga ega emas
Biz ta'mni tilimiz yuzasida sezishimiz mumkin, ammo
aslida bu ta'mni miya qayd etadi. Xuddi shunday, tananing
bir qismi shikastlanganda, og'riq asosan ta'sirlangan organda
.emas, balki ongda seziladi
Og'riqni sezishning ikkita mexanizmi mavjud: asab va
miya sopi. Sezgi miya asab va miya sopi o'rtasida aloqa

o'rnatishga imkon berganda yuzaga keladi. Agar miya
.og'riqni sezmasa, og'riq mavjud bo'lmaydi
Odam xloroform yoki anesteziya ta'sirida bo'lganida, u
og'riqni his qilmaydi, chunki hislar miyaga yetib bormaydi.
Nerv uchlarida og'riq signallari miyaga uzatiladigan ingichka
tuklar mavjud. Anestezik bu og'riq signallarining uzatilishiga
.to'sqinlik qiladi

Miya ongning sezgi organidir va barcha tana sezgilari
nervlar va miyaning o'zi orqali ongga uzatiladi. Ong miyaga
bog'liq bo'lganligi sababli, u bu sezgilarni qabul qiladi va
.talqin qiladi

Ijobiy fikrlash bilan mustahkamlangan ong zavq va
og'riq hislaridan kamroq ta'sirlanadi. U bu hislardan
.xabardor, lekin ularga bog'liq emas

* * *

:Arxivlar - Tubsizlikdan cho'qqigacha
Paramhansa Yogananda donishmand tomonidan hikoya
qilingan muvaffaqiyat hikoyasi

Bu doimiy ravishda muvaffaqiyatsizlikka uchragan,) ammo ijodiy fikrlash va ijobiy tasdiqlarni qo'llash orqali oxir-oqibat muvaffaqiyatsizlik sabablarini yengib o'tgan va muvaffaqiyatni o'z irodasiga bog'lay olgan inson haqida (tarjima qilingan haqiqiy hikoya
Tabiatan muvaffaqiyatga erishgan odamlar bo'lgani kabi, odat tufayli muvaffaqiyatsizlikka uchragan odamlar ham bor

Do'stim va shogirdim (S) tug'ma muvaffaqiyatsizlikka uchragan edi. To'g'ri, u aqlli, mehnatkash va pul topishga ishtiyoqli bola edi, lekin u ish yoki martaba haqida o'ylashi .bilanoq, muvaffaqiyatsizlik omillari uni boshidanoq o'rab oldi

Bir kuni u menga qo'li bo'sh, kreditorlar tomonidan ta'qib qilingan, do'stlari tomonidan tashlab ketilgan holda .keldi va mendan maslahat so'radi

Men undan muammolarining sababini so'radim va u

:shunday dedi

Janob, men muvaffaqiyatsizlikka uchragan odamman."

Nimagadir bilmayman, ishga kirishim bilan uni yo'qotaman va ishlaydigan joyim ham zarar ko'radi. Ish beruvchi meni ishga olganidan ko'p o'tmay o'z biznesini yo'qotadi. Shuning uchun, meni ishga oladigan ish beruvchilarning manfaatlariga putur yetkazishdan qo'rqib, ish qidirishdan qo'rqaman. Mening beqarorligim tufayli, meni ishga oladigan kompaniya bankrot deb e'lon qilib, eshiklarini yopib, natijada meni ishdan bo'shatishi sababli, muqarrar ravishda ishimni yo'qotishimga aminman. Shuning uchun, men shunchaki ular bilan aloqam tufayli boshqa odamlarning biznesini barbod ".qilishga haqqim yo'q

Men unga kichik bir kompaniyada ish topishga muvaffaq bo'ldim va undan har oqshom, yotishdan oldin va uyg'onganimga quyidagi tasdiqni o'ziga takrorlashini :so'radim

Kun sayin va har kuni men o'z ish sohamda tobora"

"ko'proq muvaffaqiyatga erishmoqdaman

Bir oy o'tdi va (S) meni ogohlantirdi: "Janob, siz yollagan kompaniya beqarorlashib bormoqda va uning ahvoli umidvor emas. Sizdan iltimos qilaman, u butunlay qulashidan oldin meni bu vaziyatdan chiqarib yuboring, chunki kompaniya barbod bo'lganda baribir ishimni yo'qotaman. Lekin mening hozir iste'foga chiqishim kompaniyani mening baxtsiz ikkilanishlarim tufayli muqarrar va mash'um taqdirdan ."qutqarishi mumkin

Men (S)ning gaplariga e'tibor bermay kuldim va buning o'rniga undan o'z fikrini ta'kidlashda davom etishini va ishini saqlab qolishini so'radim. Bir necha hafta o'tgach, u bir kuni :kechqurun oldimga kelib, xo'rsinib dedi

"Men qo'rqqan narsa aynan sodir bo'ldi"

.U undan: "Nima bo'ldi?" deb so'radi

U: "Kompaniya aynan men aytganimdek va bashorat .qilganimdek quladi", dedi

Men unga e'tiroz bildirib dedim: "O'zingizga: "Kun sayin

va har kuni ish sohamda tobora ko'proq muvaffaqiyatga erishmoqdaman", deb ishontirganingizda, aslida bu so'zlarni to'tiqush kabi takrorlayotganingiz rost emasmi? Va shubha ahtapoti miyangizning burmalarini ushlab turardi, shuning uchun siz o'zingizga: "Ey ahmoq, o'zingizni muvaffaqiyatga qanchalik ishontirishga harakat qilsangiz ham, ahvolingiz yomonlashib bormoqda!", deb aytayotganingiz rost
"?emasmi

. "U javob berdi: "Ha, aslida shunday bo'lyapti tebranishlar va og'ir salbiy fikrlar ongida paydo (S) bo'lishi bilanoq, ayniqsa ijobiy tasdiqni takrorlash paytida ulardan xalos bo'lishni maslahat berdi, chunki qat'iy ishonchga ega ongli ong ong osti yoki ongsiz ongga ta'sir qilishi mumkin, bu esa o'z navbatida magnit-rezonans qonuni .orqali odat kuchi bilan ongli ongga ta'sir qiladi

Men qo'shimcha qildim: "Ijobiy fikrlar va odatlarni tez-tez tasdiqlash, ular ong ostiga singib, ildiz otmaguncha, meros qilib olingan yoki orttirilgan ong osti ruhiy to'siqlarini olib tashlash uchun etarli. Agar tushkunlik va umidsizlik fikrlari va his-tuyg'ulari ongli yoki ong ostiga singib ketsa, muvaffaqiyatga erishishning iloji yo'q. Muvaffaqiyat shartlari orasida ijodiy qobiliyat, qulay sharoitlar va tug'ma moyilliklar mavjud. Agar siz yuqori ongga cheksiz imkoniyatlari bilan teginishga qodir bo'lsangiz, unda siz hali ham sizni chetlab o'tayotgan va siz tushuna olmaydigan muvaffaqiyat uchun . "yangi imkoniyatlar yaratishingiz mumkin

Va men (S)ga avvalgisidan kattaroq boshqa ish topishga yordam bera oldim. Lekin olti oydan keyin (bu do'stimiz ishlagan eng uzoq vaqt edi), u menga bir kuni tushdan keyin: "Kompaniyaning ahvoli tezda yomonlashmoqda, shuning .uchun iltimos, mendan tezda qutuling", dedi

Men uning xavotirlariga e'tibor bermadim, lekin undan ishini davom ettirishini so'radim. Bir necha hafta o'tgach, (S)

menga tabassum bilan dedi: "Menga tashkil qilgan ikkinchi
"!ishingiz behuda ketdi, janob

Men xotirjamlik bilan: "Xavotir olmang, men sizga
.boshqa ish topaman", dedim

U javob berdi: "Xo'sh, janob, agar siz mening egalari
bilan aloqam tufayli boshqa kompaniyani tugatishni o'z
."zimmangizga olsangiz, men e'tiroz bildirmayman

Doimiy harakatim natijasida men (S) uchun katta
kompaniyada juda yaxshi ish topdim. Bir yil o'tdi va hech
narsa bo'lmadi, garchi (S) avvalgilari kabi kompaniyaning
yo'q bo'lib ketishidan qo'rqib, har hafta kompaniyani tark
.etishga harakat qilardi

Nihoyat, men undan pulini o'z biznesiga sarmoya qilishni
so'radim, u qo'rqib ketdi va menga hayrat bilan tikilib:
"Menga shunday qilishni maslahat berasizmi? Agar sarmoya
kiritsam, mashaqqat bilan to'plagan pulimni yo'qotib
.qo'yaman deb o'ylamaysizmi?" dedi

U unga ishonch bilan ishontirdi: "Siz pulingiz va
kuchingizni katta investitsiyalarni talab qilmaydigan mahalliy
ovqatlanish markazi kabi yaxshi loyihaga sarflashingiz kerak
."va men sizning muvaffaqiyatingizga aminman
Bir necha yil ichida (S) ko'plab mulklar va yirik
omborlarning egasiga aylandi

U o'zining muvaffaqiyatiga amin bo'lgach, qilgan barcha
ishlarida muvaffaqiyat qozonganini angladi. Bir kuni u menga
kulib dedi: "Xudoga va sizning yordamingizga shukur, men
muvaffaqiyatsizlikdan muvaffaqiyatli odamga aylandim. Men
muvaffaqiyatsizlikni yengib o'tdim va doimiy
muvaffaqiyatsizliklarim haqiqatan ham o'z burchimning
yetishmasligidan kelib chiqqanini angladim. Lekin
muvaffaqiyatsizliklarim tufayli boshqalarning ishini barbod
qilganimdan keyin qanday qilib muvaffaqiyatga erishganimni
."bilmayman

Shuning uchun men unga tushuntirdim: "Siz o'zingiz
ishlayotgan manfaatlarning yo'q qilinishiga sababchi

bo'lmadingiz. Odamlarni boshqaradigan, o'xshash
tebranishlarga asoslangan tortishish qonuni salbiy yoki ijobiy
"ishlaydi (xuddi shunday tortadi)

Sizning tug'ma nuqsonli tabiatingiz sizni allaqachon
qulash arafasida turgan kompaniyalarga tortdi va aksincha.
Shunday qilib, siz muvaffaqiyatsizlikka uchragan edingiz va
kompaniyalar ham qulash arafasida edilar. O'zaro tortishish
qonuniga ko'ra, siz va o'sha kompaniyalar bir vaqtning o'zida
muvaffaqiyatsizlik tepaligidan pastga qulab tushdingiz va
.qoyalarga urildingiz

Bu hikoyaning axloqiy jihati shundaki, chinakam
muvaffaqiyat yuqori ongning cheksiz kuchini uyg'otish orqali
iroda kuchi orqali kerakli narsani yaratishda yotadi. Bu
kuchni sog'liq, muvaffaqiyat, donolik va baxtga erishish
uchun to'g'ri meditatsiya va ijobiy va ijodiy fikrlashni
.o'rganish orqali uyg'otish mumkin

* * *

Yorug'lik oynasi

Uzoq o'tmishda, mening maxfiy chiroqim bor edi va men
ichki zulmat sukunatida ehtiyotkorlik bilan yurardim
Zulmat orasiga yashirin nur yuborganimda, miltillovchi
yorug'lik orqali ochib berilgan ilhomlantiruvchi g'oyalarning
.mayda baliqlarini ko'rdim

Men o'sha baliqlardan o'lja sifatida foydalanib,
ongimdagi baliqlarni tutdim, ammo ularning ko'plari qochib,
.yorug'likning kichik doirasi orqasida g'oyib bo'lishdi
Va kumush qo'shiqlar va oltin orzularga boy sodiq va
samimiy izdoshlaringizdan men sevgi valyutasiga qalb
tuyg'ularining yorqin to'rini sotib oldim va ularni
birlashtirdim. Men sizning donoligingiz okeanini suzib o'tdim
va mayda baliqlarni, baxtli his-tuyg'ular to'dalarini va uzoq
vaqtdan beri yo'qotib, sog'ingan muqaddas xotiralarning
qimmatbaho durdonalarini tutdim, shuningdek, dunyo
.xazinalari teng kela olmaydigan narsalarni qo'lga kiritdim

* * *

Bu dunyoda biz qiyinchiliklar dengiziga cho'ngandek
tuyulamiz

Xudo bizni ko'p jihatdan sinaydi, U bizga zaif
tomonlarimizni ko'rsatadi, toki biz ularni tanib olishimiz va
.kuchli tomonlarimizga aylantirishimiz mumkin bo'lsin
Ba'zan U bizga bardosh bera olmaydigan darajada og'ir
:sinovlarni yuboradi, ammo aqlli shogird shunday deydi
Ey Rabbim, men seni xohlayman va seni izlashimga"
:hech narsa to'sqinlik qila olmaydi, yuragimdagi ibodatlarim
Meni borligingni unuttirib va seni zikr qilishdan bosh"
."torttirib sinamang

Keyin Xudo kelib, bizni bu bezovta qiluvchi tushdan
uyg'otadi va har bir izlovchi ertami-kechmi bu ajoyib sinovga
.duch keladi

* * *

Inson o'ziga ong ostiga ijobiy ta'sir ko'rsatadigan ijobiy
takliflarni berishi mumkin, bu esa o'z navbatida ongli ongga
.ta'sir qiladi

Salbiy takliflar, o'z-o'zidan yoki boshqa odam tomonidan
yaratilgan bo'lsin, miya uchun zararli va ulardan qochish
.kerak

O'z xohish va maqsadlariga erishish uchun
foydalanishlari mumkin bo'lgan ong va tanalarni qidirib,
.kosmosda kezib yuruvchi qorong'u ruhlar (arvohlar) mavjud
Shuning uchun, ongni ijobiy va yaxshi fikrlar bilan band
qilish orqali bunday ruhlarning hukmronligidan ehtiyot bo'lish
.kerak

Aql bo'sh qolmasligi kerak. Bu, albatta, meditatsiya
paytida ongni ilhom va yuqori tebranishlarni qabul qilishga
.tayyorlashdan farq qiladi

* * *

Pul baxtning o'lchovi deb hisoblansa, u aslida
baxtsizlikka olib keladi, chunki u bir oila a'zolari orasida
.hasad, ochko'zlik va nizolarni keltirib chiqaradi

Hayot sodda bo'lganda hamma uchun yaxshiroq bo'lar
edi. Shuning uchun o'qituvchilar sodda hayotni
.rag'batlantiradilar

Iloji bo'lsa, yirik shaharlardan uzoqroq turish tavsiya
etiladi, chunki shahar aholisi ko'pincha shovqin bilan o'ralgan
bo'ladi, odam esa kichikroq jamoalarda o'zini erkinroq va
.baquvvatroq his qiladi

Afsuski, ko'plab shahar aholisi o'zlarining ma'naviy
moyilliklarini rivojlantirish va rivojlantirish uchun astoydil
harakat qilmaydilar va ba'zilari tor fikrli bo'lib, deyarli
mexanik hayot kechiradilar. Biroq, agar xohlasalar, shahar
hayotini ma'naviyat bilan uyg'unlashtira oladiganlar ham
.bor

Agar inson Xudoni hayotiga kiritmasa va samarali
muvozanatni yaratmasa, turmush tarzi qanday bo'lishidan
.qat'i nazar, muammolar ularga keladi

* * *

Kichkina kulbada odam baxtga ega bo'lishi mumkin va
hatto hashamatli saroyda ham tashvish va baxtsizlik qurboni
.bo'lishi mumkin

Haddan tashqari hashamat va moddiy ne'matlarga
berilib ketish ko'pincha baxtni ruhdan olib kelish o'rniga uni
.uzoqlashtiradi

Kimki o'z baxtini istaklarini qondirishga tayansa, bu
baxtga erisha olmaydi, chunki bu holda baxt kelajakda
.nimaga erishishni kutayotganiga bog'liq

U baxt bilan noz-karashma qiladi va uni hech qachon
qo'lga kiritma olmagan holda egallashga harakat qiladi, xuddi
.cho'lda suv sarobini quvib yurgan odam kabi

* * *

Yetarli miqdorda uyqu tanani energiya bilan
ta'minlashga yordam beradi, ortiqcha uyqu esa tanani
shunchalik charchatadiki, odam kun bo'yi ishlashni
.xohlamaydi, aksincha, o'zini sudrab yurganini his qiladi

Charchoqdan xalos bo'lishning bir usuli - bu tanani
kislrod bilan to'yintirish, ya'ni uni kislrod bilan
.ta'minlashdir

Charchaganingizda, oshxonaga gazak yeyish uchun
borish o'rniga, o'n yoki o'n besh daqiqa tashqariga chiqing va
.chuqur nafas oling, nafas chiqaring va chuqur nafas oling
Buni bir necha marta takrorlang. Tez yoki kuchli nafas
olmang, balki qulay, sekin va chuqur nafas oling. Ochiq
havoda o'tkazgan vaqtingizdan so'ng, o'zingizni tetik his
.qilasiz va charchoq yo'qolganini ko'rasiz

* * *

Hayot bog'i

Men Xudo tomonidan menga berilgan barcha kuchlardan
to'g'ri va foydali tarzda foydalanaman
Agar men o'zimga yordam bersam, Xudo menga yordam
beradi, Undan harakatlarimni muvaffaqiyat bilan toj qilishini
so'rab ibodat qilsam

Kechagi qabristonga muvaffaqiyatsizlikni kafanlab,
ko'mib qo'ydim. Bugun men hayotim bog'ini yangi ijodiy
harakatlarim bilan ishlayman va uning tuprog'iga donolik,
.sog'liq, farovonlik va baxt urug'larini sepaman
Men urug'larni Xudoga bo'lgan ishonch va o'ziga ishonch
suvlari bilan sug'oraman va Saxovatli Zot menga mo'l hosil
.berishini kutaman

Hosilni yig'ib olmasam ham, qo'limdan kelganicha
harakat qilib, olgan mamnuniyatim uchun minnatdor
.bo'laman

Xudoga shukur qilamanki, Uning yordami bilan
muvaffaqiyatga erishgunimcha qayta-qayta urinib ko'ra
olaman va eng aziz tilaklarim va ezgu istaklarimni ro'yobga
.chiqargani uchun Unga shukur qilaman

* * *

Agar erkaklar va ayollar bir-birlarining tabiatini
tushunmasalar, ular bir-birlarini chidab bo'lmas ruhiy og'riq
.bilan qiynaydilar

Ularning har biri aql va hissiyot o'rtasida muvozanatni saqlash uchun qo'lidan kelganicha harakat qilishi kerak, toki ular har tomonlama rivojlangan inson bo'lib yetishishsin

* * *

Insonlarga tanani himoya qilish uchun sezgi berilgan.

Sezgi bo'lmasa, odam o'zi sezmaganda holda jiddiy jarohat olishi yoki kuyishi mumkin edi

Hayvonlar odamlarda mavjud bo'lgan bu qobiliyatni rivojlantirmagan va shuning uchun ularning og'riq hissi kamroq; aks holda, o'ldirish va so'yishning muayyan usullari orqali ularga nisbatan qo'llaniladigan shafqatsizlik chidab bo'lmas bo'lar edi. Qisqichbaqa tiriklayin qaynoq suvga !tashlanmoqda

Og'riq ham, zavq ham ongning yaratilishi bo'lgani uchun, jismoniy og'riqni ongni boshqarish orqali engillashtirish mumkin. Shunda odam og'riqni sezmasdan g'ayritabiiy holatning belgisi sifatida hissiyotni boshdan .kechirishi mumkin

Lazzatlanish yoki og'riqqa yuqori sezuvchanlik ularning ta'sirini kuchaytiradi, sezgirlikning pasayishi esa odamni og'riqdan kamroq ta'sirlanadi va hissiy zavqlarga kamroq .bo'ysunadi va qul qiladi

Men tanam va ongimni stimullarga kamroq sezgir bo'lishga o'rgatdim va o'zimni hissiy chalg'ituvchi narsalardan xalos bo'lganimni angladim. Bu mashg'ulot hissiyotlar changalidan va ularning cheksiz talablaridan xalos .bo'lish yo'lidir

Shifokorlardan biri shunchalik ruhiy kuchga ega ediki, !o'ziga xavfli jarrohlik amaliyotini o'tkazishga muvaffaq bo'ldi

Albatta, jismoniy bog'liqliklar qulligida bo'lgan ong uchun bu imkonsizdir. Ammo mashq qilish orqali ong kuchli va qo'rqinchli bo'lib qolishi mumkin. Inson ongini qanchalik ko'p mashq qilsa va takomillashtirsa, uni shuncha ko'p .boshqara oladi

Erkalangan yoki erkalangan bola hatto eng kichik
zarardan ham juda xafa bo'ladi, chidamlilik va matonatga
o'rgatilgan bola esa jiddiy jarohatlar oldida kamdan-kam
.hollarda orqaga chekinadi yoki og'riqdan orqaga chekinadi

Ruh tubidan urilayotgan impuls

Teacher: Paramhansa Yogananda

Tarjimasi: Mahmud Abbos Masud

Ey abadiy xotirjamlik

Meni asablarimni larzaga keltiradigan va miya
hujayralarimni yallig'lantiradigan kuchli g'azab
tutqanoqlaridan himoya qil.

Menga va do'stlarimga baxtsizlik keltiradigan g'azab
odatini tashlaylik

Ey Xudo, meni yaqinlarimning mehr-muhabbatidan
uzoqlashtiradigan xudbinliklarga berilib ketmaylik.

Ularga qasddan ularning intensivligini oshiradigan
hamma narsani berib, g'azabim va nafratimni
kuchaytirmayin.

Ey muqaddas xotirjamlik Parvardigori, men g'azab va
g'azabga berilib ketganimda, oldimga tanbeh oynasini
qo'ygin, unda men bo'g'uvchi, g'azabli his-tuyg'ulardan
tug'ilgan xunukligimni ko'ra olaman!

Men boshqalar oldida xunuk ko'rinishni, kuchli
g'azabdan yuzim buzilgan holda ko'rinishni istamayman

Men hayotdagi qiyinchiliklarni nafrat va xafagarchilik
bilan emas, balki sevgi fikrlari va harakatlar bilan hal
qilaman.

Menga baraka bergin, toki men ichimdagi g'azab
yaralarini o'z-o'zini hurmat qilish malhami bilan davolay olay

va boshqalardagi g'azab yaralarini muloyimlik, mehr-oqibat va xotirjamlik malhami bilan davolay olay.

Shaffoflikni tiklash

Ey Rabbim, Sening sevging nurlari Sening kosmik oilangning barcha a'zolariga istisnosiz teng ravishda porlasin.

Insoniyat shaffofligini yo'qotdi, tushunishda sekinlashdi, sizning nuringizni qabul qila olmayapti va bu uning o'z aybi. Haqiqiy tushunchamiz oynasidan xato tumanini artib tashlashga yordam bering.

Bizning ruhiy qarshiligimiz zaif va kuchsiz, shuning uchun, ey Rabbim, a'zolarimizga kuchingni yubor, toki biz shaffofligimizni qoplab, shifobaxsh nuringning erkin oqishiga to'sqinlik qilgan qalin, qorong'u bug'larni yo'q qilaylik.

Oh, qani endi biz sizning sof, yorqin qiyofangizni aks ettiruvchi tiniq, yorqin oynalarga aylana olsak edi!

O'zimni hammada topishga ruxsat bering

Sening inoyating va donoligingsiz men mayib, moxov yoki ko'r bo'lib qolishim mumkinligini anglab yetay. Garchi men bunga loyiq bo'lsam ham, shifo topishni orzu qilardim va uni g'ayrat bilan izlardim.

Muqaddas Onajon, oyoq-qo'llari mayib bo'lgan yoki qayg'uga botgan odamlarni ko'rganimda, ularning tanasi va ruhida azob chekayotgan sizning mavjud ruhingiz ekanligini his qilsin.

Menga baraka ber, toki men barcha birodarlarimning his-tuyg'ularini his qilay va o'zimni ozod qilishga harakat qilganim kabi, ularni ham azob-uqubatlaridan xalos qilishga intilay.

Boshqalarni sog'inar ekanman, ular uchun kurashar ekanman, yig'lar ekanman va tabassum qilar ekanman, o'zimni hammada topishim kerak.

Mening donoligimning mayoqi bo'l

Agar ongimning qayig'i johillik bo'ronlari tomonidan boshqariladigan ochko'z istaklarning xavfli qoyalariga yaqinlashsa, meni ogohlantiring, ey ilohiy donolik mayoqi bo'lganlar.

Men doimo Sening adolating qirg'oqlarini va xavfsizligingning xavfsiz boshpanasini qidiraman!

farishtalar ohanglari

Meditatsiya sehrli hassasi barcha tovushlarga tegib, ularni yulduzlar yo'llari, yer bo'ylab va suvlar orasidan yugurib o'tayotgan Omning asl tovushiga aylantirdi.

Ey Ruh, menga Om ovozi bilan O'zingni namoyon qil: koinotning sajda va tafakkurga chaqiruvi

Tanamning barcha to'qimalari va nervlarimning barcha simlari Omning farishtalarcha ohanglarini uyg'unlik bilan kuylaydi

Muqaddas yo'l-yo'riq uchun har kuni ibodat

Rabbim, men o'z irodamni ishga solaman va halol va chin dildan ishlayman, lekin tushunishimni, irodamni va harakatlarimni to'g'ri yo'nalishga yo'naltiraman, toki men qilishim kerak bo'lgan hamma narsani qila olaman.

Hurmat hidi

Qo'llarimni bir-biriga bog'lab, boshimni egib, ehtirom hidiga to'la qalb bilan senga yaqinlashaman

Sening ibodat qiluvchilaring qalbidan xushbo'y sog'inch mohiyatini chiqarib oldim va uni ko'zlarimdagi shudring tomchilari bilan aralashtirdim.

O'sha muqaddas suv bilan men pushti oyoqlaringizni yuvaman

Sen mening otam va onamsan, men esa sening farzandingman

Siz men so'zlarini tinglaydigan va buyruqlariga bajonidil bo'ysunadigan yo'lboshchi ustozsiz

Keling, ey ilohiy quvonch

Ey Koinot Onasi, qalbimizdagi yagona alanga bo'l va qalbimiz zulmatini yo'q qil.

Va sizga bo'lgan sevgimizning ko'z yoshlari bilan dunyoviy narsalarga bo'lgan sevgimizni yuvib tashlang

Va siz bilan kelishuvimiz quvonchida, bizning qayg'u va qayg'ularimizni bir marta va butunlay yo'q qiling

Kichkina qalblarimizni sizning to'liq huzuringizni sig'dira oladigan katta yurakka aylantiring

Va muborak tabiatingiz ko'zagusida o'zimizni mukammal va pok ko'raylik

Sizga bo'lgan sevgimiz alangasi dunyoviy istaklar alangasidan yuqori ko'tarilsin

Millionlab vasvasalar o'zlarini siz qiyofasida niqoblaydi va bizni doimo aldaydi

Kel, ey sof quvonch! Senga bo'lgan barcha qizg'in intilishlarimni yo'lga qo'y.

Mening johillikning qorong'u tunlarimda xotirjam
sayyora bo'l va qo'limdan ushla va meni xavfsiz va ishonchli
boshpanangizga qaytar!

Shogirdning qasamyodi

Men mag'rurlikni kamtarlik bilan yengaman

Va nafrat bilan sevgi

Xotirjamlik orqali hayajon

Xudbinlik saxiylik bilan almashtiriladi

Va yomonlik yaxshilik bilan

Bilimdan bexabarlik,

Va tashvish, tafakkur xotirjamligida, Senga, ey Xudoyim

Meni yomonlikdan uzoqlashtiring

Ey Rabbim, meni himoya qilgin, toki men yomonlikni
eshitmayin, yomonlikni ko'rmayin, yomon gapirmayin,
yomon nafas olmayin, yomonlikka tegmayin va yomonlikni
his qilmayin.

Men yomonlikni o'ylamayman, yomonlikni tush
ko'rmayman ham

Buyuk nurlanish uchun ibodat

Ey Ulug'vorlik Parvardigori, ey Koinotning mavjudlik
mohiyati va ruhi, ey Do'stlarning Do'sti! Menga borligim
sirlarini ochib ber. Menga qanday qilib Senga sukunatda,
xotirjamlikda va hushyorlikda ibodat qilishimni o'rgat.

Ruhimning xotirjamligiga meni cho'mdir, toki ichimda va
atrofimda abadiy mavjudligingni anglay olay.

Ey tengi yo'q, ey mislsiz, ey barcha hurmat va e'zozga loyiq noyob va ulug'vor Zot, Seni tanib-bilish istagim juda kuchli!

Nostalji kurtaklari

Kelishing tongida, sog'inchimning kurtaklari yangi gullarga aylanadi

Ey Rabbim, o'sha gullardan yashil guldasta to'qib, oyoqlaring ostiga qo'yadigan kunni tezlashtirgin

Ovqatlanishdan oldin ibodat

Ey Rabbim, bu taomni qabul qil, uni muqaddas qil va ochko'zlik uni bulg'amasin.

Oziq-ovqat bizga sizdan keladi va jismoniy tanangizni qo'llab-quvvatlash uchun mo'ljallangan. Uni ruhingiz bilan duo qiling, toki u bizni qo'llab-quvvatlaydigan va mustahkamlaydigan ruhga aylansin.

Sen hayot, nafislik va go'zallikka to'la mukammal ilohiy atirgulsan, biz esa uning gulbarglarimiz. Ruhlarimizni saxovatli huzuringning xushbo'y hidi bilan to'ldir.

Bizning sog'inchli shabadamiz

Qalblarimizning kurtaklarini oching va pushti barglar panjaralari ortida qamab qo'yilgan ularning hidini chiqaring, toki ruhiy idrokimiz shabadalari xushbo'y hidlarni olib, ularni muqaddas ma'badingizga olib borsin.

Ey barcha sajda va ehtiromga loyiq zot!

Muborak oyoqlaringizga sog'inchli shabadamiz esishini istaymiz

Abadiyatdan pichirlaydi

Abadiy ovoz menga yumshoq, past ovozda murojaat qilib dedi:

"Men butun umr uyqungda qulog'ingga pichirlab keldim: 'Uyg'oning!' Endi sen uyqungni tark etding; Men senga aytaman: birodarlaringizni uyg'otinglar, Men bilan birga ishlenglar, toki hamma Mening so'zimni eshitsin."

Shuning uchun men va'da berdim:

"Men sizning chaqiruvingizni yoyish va xabaringizni tarqatish uchun qo'limdan kelganini qilaman va men yer yuzidagi tanamni tark etganimda, sizning barcha mavjud ovozingizni uyg'un qalblarga pichirlash uchun qarz olaman: Uning ilohiy ruhiy tasalli madhiyalarini tinglang, chunki u sizni doimo chaqiradi".

Men son-sanoqsiz aka-ukalarim va opa-singillarimning o'z-o'zini anglashning muborak maqsadi sari asta-sekin uzoq va uzoq yurishlarini kutaman va "Abadiyatdan pichirlashlar" orqali ularga pichirlayman: "Uyg'oning, aka-ukalarim va opa-singillarim, bizni to'xtovsiz chaqiradigan Uning ovoziga ergashaylik va birgalikda samoviy uyga qaytaylik".

Sen sevgi bulog'isan

Siz samoviy va yerdagi sevgining manbaisiz

Siz farzandlarini himoya qiladigan ota va ularga cheksiz mehr ko'rsatadigan onasiz.

Sen ota-onasiga sevgi so'zlarini aytganda xirillagan kichkina bolasan

Siz sevishganlar o'rtasidagi mukammal uyg'unlik va sadoqatsiz

Siz xizmatkorni xo'jayiniga hurmat ko'rsatish orqali poklaysiz va do'stlar o'rtasidagi mehr-oqibat rishtalarini mustahkamlaysiz

Sen meni barcha ko'rinishdagi sevgi suvlari bilan yuvding, shuning uchun men seni qalbimdagi barcha his-tuyg'ular bilan, qalbimdagi barcha sevgi va sog'inch bilan sevib qoldim, ey barcha sevgi, sajda va ehtiromga loyiq bo'lganlar!

Abadiy sevgi qo'shig'i

Qalbim lirasining torlarini eski qo'shiqni qayta ijro etish uchun sozlayman: Birinchi sevgim hikoyasi

Ey Ilohiy Ruh, men senga Bokira Ruhdan yangi kuylarni taklif qilaman: senga bo'lgan abadiy sevgim kuylariga asl qo'shiqlar.

Mening madhiyalarim to'lqinlari cheksiz okeaningizning kosmik ritmiga raqsga tushadi va meni cheksiz quvonch to'lqinlari ustidan eng uzoq qirg'oqlaringizga olib boradi.

Ey dengizlar ohangi, shunchalik sokin va xotirjam, menga past ovozda abadiy ilohiy onaga bo'lgan sog'inch qo'shig'ini kuylang.

Ey abadiy sevgi qo'shig'i! Meni kuy to'shagida tebrat va mehribon ilohiy onam bag'rida tinchlikdan bahramand bo'lib, ko'zlarimni uyqu bezatsin.

Xotira gumbazidan muqaddas xazinani, jumladan, menga bergan hujjatlaringiz va va'dalaringizni olib, ularni sevgi oltiniga almashtirdim. U bilan qalbimning keng maydonida sizning ulug'vor taxtingizga loyiq ulug'vor saroy qurdim. Endi sizning kelishingizni kutaman.

Ey ulug'vor va ulug'vor ilohiy mehmon, endi men sizning qalbm taxtiga eng katta quvonch bilan yaqinlashayotganingizni his qilyapman.

Qadimgi zulmat tepaliklari ostida ko'milgan, parchalangan olmos orzularimning parchalari sizning tashrifingiz nuridan porlaydi

Ekstatik borlig'imdan minnatdorchilikning jimgina madhiyalari uzluksiz oqimda oqadi

Iltilmos, abadiy sadoqatim gullari va atirgullaridan siz uchun maxsus to'qib bergan xush kelibsiz gulchambarlarini qabul qiling!

Qalbm bog'ida

Aqlimning arisi qalbmning tanho bog'iga uchadi, sevgim shabadasi bilan uchadi va shirin shudringning marvaridlari bilan bezatiladi.

Men sizlar uchun ruhiy idrokning ajoyib nilufarlarini va tavba ko'z yoshlarimni sig'dirish uchun sariq za'faronlarni, kamtarlik orzusidagi nozik binafshalarni va qalb idroklari uchun keng papatyalarni yetishtirdim.

Sizga, fikrlarim daraxtlari xushbo'y iltijolarning mazali mevalarini, yumshoq, shudringli shoxlarining kamtar qo'llarini taqdim etadi.

Va qalbm bog'ida, fikrlarimning bir asalari mast holda, sizga sof nektar qurbonliklari orasida suzib yuradi.

Ochiq eshiklar

Ey Rabbim, ko'r bo'lganimda Senga olib boradigan bitta eshikni topa olmadim

Sen ko'zlarimni davolading, endi esa hamma joyda ochiq eshiklarni ko'ryapman:

Gullar bag'rida, do'stlik sadolari va aziz, olijanob sinovlar xotirasi orasida, ibodatlarimning har bir pichirlashi sizning cheksiz huzuringiz ma'badiga yangi yo'l ochadi!

Jonimning qo'shig'i

Skripkaning nolasi, arfaning jiringlashi va yangi paydo bo'lgan fikrlarimning pichirlashi orasida men sizning kuylaringizning aks-sadosini eshitdim. Shunday qilib, men zich dunyoviy tovushlar pardasini tortdim va mast holda sizning efir ovozingizni tingladim, ey ilohiy qo'shiqchi.

Oh, mening sehrli qalbimning ohangi, nihoyat seni tingladim

Sen meni eski uyqumdan uyg'otding

Va mana men muqaddas qurbongohingga seni sog'inadigan sog'inchli kuylarim va kuylarimdan guldastalar qo'yyapman.

Sizga tinchlik bo'lsin

Ma'naviy muvaffaqiyat mukammallik darajasida

"Siz darsliklaringizdagi falsafa kurslarini e'tiborsiz qoldiryapsiz. Aftidan, siz imtihonlardan kerakli kuch sarflamasdan o'tishda "aql-idrok"ga tayanyapsiz. Lekin agar siz amaliy va samarali tarzda o'qimasangiz, men shaxsan sizning bu fandan yiqilishingizga kafolat beraman."

Serampur kolleji (Hindiston) professori Joshali menga shunday qattiq so'zlar bilan murojaat qildi: Mening yozma yakuniy imtihondan o'ta olmaganim sababli, Serampur kollejini o'z filiallaridan biri sifatida birlashtirgan Kalkutta universitetining yakuniy imtihonlariga qatnasha olmadim. Hindiston universitetlarida o'rnatilgan qoida shundaki, gumanitar fanlar bo'yicha yakuniy imtihonlarda biron bir

fandan o'ta olmagan talaba keyingi yil barcha fanlardan qayta imtihon topshirishi kerak.

Serampurdagi professorlarim menga mehr bilan va biroz hazil bilan munosabatda bo'lishardi: "Mukanda (Paramhansa) ma'naviyatga biroz mast". Bu meni darsda savollarga javob berishdan uyaltirishdan qutqardi, chunki ular yakuniy yozma imtihonlar mening ismimni bakalavr abituriyentlari ro'yxatidan olib tashlash uchun yetarli bo'lishiga ishonishdi. Boshqa tomondan, boshqa talabalarim menga shunchaki "ekstatik zohid" laqabini berishdi.

Professor Joshail Lining falsafa bo'yicha muvaffaqiyatsizlikka uchrashim haqidagi tahdidini barbod qilish uchun aqlli qadam tashladim. Yakuniy natijalar e'lon qilinishidan sal oldin, men hamkasblarimdan birini professorning kabinetiga men bilan birga borishini so'radim va shunday dedim:

"Men bilan yuring, chunki menga guvoh kerak va agar men professorni chindan ham mag'lub etmagan bo'lsam, hafsalam pir bo'ladi."

Professor men undan javoblaringa qanday baho qo'yganini so'raganimdan so'ng, bosh chayqadi va stolidagi katta qog'ozlar uyumini ko'zdan kechirar ekan, o'ziga ishongan va g'alaba qozongan ohangda dedi: "Siz muvaffaqiyatli qatorida emassiz, xuddi sizning ishingiz ham ishlar orasida emas. Har holda, siz imtihonlarga bormaganingiz uchun yiqildingiz".

Men jilmayib dedim:

"Janob, men imtihonlarni topshirdim, qog'ozimni o'zim qidirishimga ruxsat berasizmi?"

Professor chalkashib, menga ruxsat berdi va men tezda hujjatimni chiqardim, undan paroldan tashqari shaxsimni

oshkor qilishi mumkin bo'lgan hamma narsani ehtiyotkorlik bilan o'chirib tashlagan edim. Professor mening ismimni payqamaganligi sababli, u javoblaringa yuqori ball berdi, garchi ularda darslik mazmuni bo'lmasa ham!

U mening hiyla-nayrangimni anglab yetishi bilanoq: "Jin ursin, bu qo'pol omad!" deb xitob qildi. Keyin umid bilan qo'shimcha qildi: "Sen yakuniy imtihonlardan yiqilishing aniq".

Boshqa fanlardan imtihonlarga kelsak, menga, ayniqsa amakivachcham va qadrdon do'stim Prabhasdan yordam oldim. Qolgan yakuniy imtihonlarda qiynalib, garchi azob chekdim va minimal o'tish ballini oldim.

Endi, to'rt yillik kollejdani so'ng, men bakalavr darajasi imtihonlarida qatnashish huquqiga ega bo'ldim, bu men kutmagan imtiyoz edi. Serampur kollejidagi yakuniy imtihonlar diplom olish uchun talab qilinadigan Kalkutta universitetiga kirish imtihonlariga qaraganda ancha oson edi. Darhaqiqat, o'qituvchim Sri Yuktisvarga har kuni tashrif buyurishim menga universitet zallarida paydo bo'lishga kam vaqt qoldirdi. Mening hozir bo'lishim sinfdoshlarim uchun yo'qligimdan ko'ra ko'proq hayratlanarli edi!

Deyarli har kuni ertalab soat 9:30 atrofida velosipedda ustozimning qabriga borish, Shri Yuktisvar uchun sovg'a olib borish edi: yotoqxona bog'idan bir nechta gullar. O'qituvchim meni iliq kutib olar va tushlikka taklif qilar edi, men esa uni mamnuniyat bilan qabul qilardim, universitet va kurs ishlarim haqidagi fikrlardan qochishga intilardim. Shri Yuktisvar bilan bir necha soat vaqt o'tkazgandan, uning noyob donoliklarini tinglagandan yoki qabri vazifalarini bajargandan so'ng, yarim tunda ikkilanib ketib, o'z xonamga qaytib ketardim. Ba'zan butun tunni ustozim bilan o'tkazardim, uning ma'rifiy suhbatlariga xursand bo'lib,

qorong'ulikdan tonggacha bo'lgan o'zgarishni kamdan-kam hollarda payqardim.

Bir kuni kechqurun soat o'n birlar atrofida, kameradan chiqmoqchi bo'lganimda, o'qituvchi mendan jiddiy so'radi:

"Bakalavr imtihonlari qachon boshlanadi?"

Men javob berdim: "Besh kundan keyin, janob"

U: "Umid qilamanki, siz bunga tayyorsiz", dedi.

Men qattiq xavotir va vahima his qildim, shuning uchun e'tiroz bildirdim:

— Janob, men kunlarimni universitet professorlari bilan emas, balki siz bilan o'tkazganimni juda yaxshi bilasiz, shuning uchun qanday qilib o'zimni qiyin yakuniy imtihonlarga borishning farsiga duchor qilishim mumkin?

Shri Yuktisvar menga o'tkir nigoh tashladi va sovuqqonlik bilan, ammo qat'iyat bilan dedi: "Siz imtihonlarda qatnashishingiz kerak, toki otangiz va boshqalarga sizni universitetdan ko'ra monastir hayotini afzal ko'rganingiz uchun tanqid qilishlariga imkon bermasligimiz uchun. Menga imtihonlarda qatnashishingizga va savollarga javob berish uchun qo'lingizdan kelganini qilishingizga va'da bering."

Yuzimdan tiyib turolmay qolgan ko'z yoshlarim yuzimdan oqib tushdi va o'qituvchining iltimosi mantiqsiz va uning tashvishi juda kech ekanligini his qildim. Xo'rsinib, yig'lab yubordim.

"Agar xohlasangiz, men boraman, lekin to'g'ri tayyorgarlik ko'rish uchun vaqt yetarli emas." Va o'zimga qo'shimcha qildim: "Savollarga javoban sahifalarni sizning ta'limotlaringiz bilan to'ldiraman!"

Ertasi kuni odatdagidek ma'badga kirganimda, atirgul guldastasini tantanali va g'amgin holda taqdim etdim va Shri Yuktisvar mening baxtsiz holatimga kulib dedi:

"Xudo sizni imtihonda yoki boshqa biror narsada hech qachon hafsalangizni pir qilganmi?"

Ilohiy yordam haqidagi yoqimli xotiralar xayolimdan o'tib ketgach, men ishtiyoq bilan javob berdim: "Yo'q, Xudo haqqi, janob".

O'qituvchi davom etdi: "Sizni universitet sharafiga intilishingizga dangasalik emas, balki ilohiy istak to'sqinlik qildi".

Bir oz sukutdan so'ng, u shunday dedi: "Kim Allohga tavakkal qilsa, U unga kifoya qiladi". "Avvalo Xudoning Shohligini va Uning irodasini izlanglar, shunda Alloh sizlarga ne'matlarini ko'paytiradi va sizga kerak bo'lgan hamma narsani beradi".

O'qituvchining huzurida yelkamdanda tashvish og'irligi ko'tarilganini his qildim. Ertalabki tushlikni tugatganimizda, o'qituvchi mehmonxonaga qaytishni taklif qildi va dedi:

"Do'stingiz Romesh hali ham yotoqxonada yashayaptimi?"

Men: "Ha, janob", dedim.

U: "U bilan bog'laning, shunda Xudo unga imtihonlarda sizga yordam berish uchun ilhom beradi", dedi.

Men javob berdim: "Bo'ladi, janob, lekin Romesh juda band. U bizning guruhimizdagi a'lochi talaba va boshqa talabalarga qaraganda ko'proq o'quv yuklamasiga ega".

O'qituvchi mening e'tirozimni e'tiborsiz qoldirib:
"Romesh sen uchun vaqt topadi. Endi Xudoning marhamati bilan ket", dedi.

Velosipedimga o'tirib, qaytib ketdim. Yotoqxona hovlisida uchratgan birinchi odamim direktor Romesh edi. Go'yo menga yordam berishga vaqti bo'lgandek, u iltimosimni bajonidil qabul qildi va dedi:

"Ishonchingiz komil bo'lsin, Mukanda, men sizning xizmatangizdaman"

U o'sha kuni tushdan keyin ko'p soatlar sarfladi va keyingi kunlarda menga turli mavzular bo'yicha dars berdi, keyin menga maslahat berib dedi:

"Menimcha, bu yil ingliz adabiyotida ko'plab savollar Childe Harold haqida bo'ladi va biz darhol atlas olishimiz kerak"

Men shoshilib amakimning uyiga bordim va Romesh Yevropa xaritasida Bayronning romantik sayohatchisi borgan joylarni belgilab qo'ygan atlasni qarz oldim.

Darsni tinglash uchun atrofimizga bir guruh hamkasblar to'planishdi va ulardan biri nihoyat shunday dedi:

"Romesh sizga noto'g'ri maslahat bermoqda, chunki savollarning atigi 50% odatda kitoblar haqida, qolgan yarmi esa mualliflarning hayoti haqida."

Lekin ertasi kuni ingliz adabiyoti imtihoniga o'tirib, birinchi marta savol varaqasiga qaraganimda, ko'zlarimga minnatdorchilik yoshlari to'kildi va varaqni ho'l qildi. Nazoratchi menga yaqinlashdi va hamdardlik bilan sababini so'radi, shuning uchun men tushuntirdim:

"Buyuk ustozim Romesh menga yordam bera olishini bashorat qilgan edi. Qarang, Romesh menga taklif qilgan

savollar imtihon varaqasida berilgan savollar bilan bir xil. Yaxshiyamki, bu yil hayoti men uchun yopiq sir bo'lgan ingliz yozuvchilari haqida kam savol bor!"

Qaytib kelganimda, yotoqxona shovqin-suronga to'la edi va Romeshning usullarini masxara qilgan o'sha yigitlar endi meni deyarli kar qilib tabriklashardi. Imtihonlar haftasida men Romesh bilan son-sanoqsiz soatlarni o'tkazdim, u professorlar kiritishi mumkin bo'lgan savollarni yozdi. Kun sayin Romeshning savollari imtihon varaqalarida deyarli bir xil so'zlardan foydalanib paydo bo'ldi.

Mo''jizaga o'xshash narsa sodir bo'layotgani va beparvo "ekstatik zohid"ning muvaffaqiyati endi haqiqiy imkoniyatga aylangani haqidagi gap universitet bo'ylab tarqaldi. Men haqiqatni yashirishga urinmadim va mahalliy professorlar Kalkutta universiteti tomonidan qo'yilgan savollarni o'zgartirishga o'jiz edilar.

Ingliz adabiyoti imtihonim haqida chuqur o'ylaganimda, bir kuni ertalab jiddiy xatoga yo'l qo'yganimni angladim. Savollardan biri ikki qismdan iborat edi: (a) yoki (b) va (c) yoki (d) Har bir qismdan bitta savolga javob berish o'rniga, men birinchi qismda ikkala savolga ham javob berdim, ikkinchi qismni esa butunlay e'tiborsiz qoldirdim. O'sha imtihonda olishim mumkin bo'lgan eng yuqori ball 33 bo'lgani uchun, bu minimal o'tish balli 36 dan uch ball kam edi, shuning uchun men omadsizligimdan afsuslanib, o'qituvchiga yugurdim:

"Hazratim, men kechirib bo'lmaydigan gunoh qildim va Romesh orqali menga berilgan ilohiy ne'matlarga loyiq emasman."

O'qituvchi menga javob berdi: "Xotirjam bo'l, Mukanda va xotirjam bo'l".

Shri Yuktisvarning ohangi xushchaqchaq va beparvo edi. Keyin u qo'lini osmonga ko'tarib dedi: "Quyosh va oyning fazoda yo'l almashishi, sizning universitet diplomingizni ololmasligingizdan ko'ra ko'proq ehtimolga ega".

Muvaffaqiyat matematik jihatdan imkonsizdek tuyulsa ham, monastirdan o'zimni xotirjamroq his qilib chiqdim. Bir necha bor osmonga xavotir bilan qaradim va Kun Xonimining odatdagi orbitasida mahkam o'rnashganini ko'rdim!

Yotoqxonaga kelganimda, hamkasbimning: "Menga darhol ingliz adabiyoti fanidan o'tish bahosi bu yil birinchi marta tushirilgani haqida xabar berishdi", deganini eshitdim.

Men hayajonlanib yigitning xonasiga yugurib kirdim va katta hayajon bilan haqiqatni bilishni talab qildim. U meni tekshirib ko'rdi va kulib javob berdi:

"Voy, uzun sochli, nega akademik masalalarga bunchalik to'satdan qiziqish paydo bo'ldi? Va nega oxirgi daqiqada bunchalik hayajon? Ammo o'tish balli allaqachon atigi 33 ballgacha tushirildi."

Saraning cheksiz energiyasi meni xonamga qaytardi, u yerda tiz cho'kib, Xudoga Uning mukammal hisobi va cheksiz inoyati uchun shukr qildim. Men Romeshda meni aniq yo'naltirayotgan ruhiy kuchni his qildim. Bengal tili imtihonim bilan bog'liq muhim tasodif yuz berdi. Bu fandan menga yordam bermagan Romesh bir kuni ertalab yotoqxonadan imtihan zaliga chiqmoqchi bo'lganimda qaytib kelishimni so'radi.

Hamkasblarimdan biri menga baqirdi: "Romesh sizni chaqiryapti, qaytib kelmang, aks holda kechikamiz".

Men hamkasbimning maslahatiga e'tibor bermay, shoshilib Romesh turgan joyga qaytib bordim, u menga:

"Odatda Bengal talabalari Bengal imtihonidan osonlikcha o'tishadi, lekin menga bu yil professorlar talabalarni belgilangan kitoblardan savollar bilan "so'yish" niyatida ekanliklari ayon bo'ldi." Keyin do'stim menga XIX asrning buyuk va mashhur gumanitar arbobi Bahrul Ulum Vidya Sagarning hayotidan ikkita voqeani qisqacha tushuntirdi.

Men Romeshga minnatdorchilik bildirdim va velosipedimda kollej hovlisiga yo'l oldim. Bengal tili imtihon varag'i aynan u tasvirlaganidek edi, ikkita qismdan iborat edi. Birinchi qismda shunday savol berilgan edi: "Bahrul Ulum Vidya Sagarga tegishli bo'lgan ikkita mehr-oqibatni yozib qo'ying". Ushbu yangi bilimlarni (Romeshdan) qog'ozga o'tkazib, men uni oxirgi daqiqada tinglagani uchun Xudoga shukur qildim. Agar men Bahrul Ulumning insoniyatga bo'lgan mehr-oqibatidan bexabar qolganimda (va men hozir ular qatoridaman, albatta!), Bengal tili imtihonidan o'tolmagan bo'lardim.

Qog'ozdagi ikkinchi savol shunday edi: "Sizni eng ko'p ilhomlantirgan insonning hayoti haqida bengal tilida insho yozing". Aziz o'quvchi, sizga mavzum uchun kimni tanlaganimni aytishim shart emas. Ustozimga maqtovlar bilan sahifalarni to'ldirayotganimda, o'z so'zlarimning haqiqatini anglab, jilmayib qo'ydim: "Men sahifalarni sizning ta'limotlaringiz bilan to'ldiraman!"

Men Romeshdan falsafa bo'yicha yordam so'rashga hojat sezmadim. Shri Yuktisvar qo'l ostidagi keng qamrovli ta'limimga ishongan holda, darslikdagi tushuntirishlarni ishonch bilan e'tiborsiz qoldirdim va falsafa men olgan eng yuqori baho edi. Boshqa fanlardan olgan umumiy ballarim o'tish uchun yetarli edi.

Bu yerda aziz do'stim Romesh imtihondan a'lo baholarga o'tganini ta'kidlashdan mamnunman.

Bitiruvimni ko'rib, otamning yuzi tabassum bilan porladi va u: "O'g'lim, sening muvaffaqiyatingni tasavvur ham qila olmagan edim", deb tan oldi. Darhaqiqat, o'qituvchim otamning aytilmagan tanqididan xabardor edi.

Ko'p yillar davomida ismimga bakalavr unvonini qo'shadigan kun kelishiga shubha qilardim. Men bu unvonni kamdan-kam hollarda sirli sabablarga ko'ra menga berilgan muqaddas sovg'a deb o'ylamasdan ishlatardim. Ba'zan universitet bitiruvchilarining olgan bilimlarining ozgina qismi bitiruvdan keyin ular bilan qolganini aytishlarini eshitaman. Ularning bu e'tirofi meni inkor etib bo'lmaydigan akademik kamchiliklarim uchun ham taskin beradi.

1914-yil iyun oyida, Kalkutta universitetidan diplom olganimda, o'qituvchim oldida uning hayotidan oqib chiqqan va qalbimni qamrab olgan ne'matlari uchun unga minnatdorchilik bildirish uchun bosh egdim. U meni hazil bilan ko'tarib, dedi:

"O'rningdan tur, Mukanda, Xudo seni kollej bitiruvchisi qilish quyosh va oyning yo'nalishini o'zgartirishdan osonroq ekanligini aniqladi!"

Kundalik : Avtobiografiya

O'qituvchi uchun maqollar, she'rlar va hikoyalar
Paramhansa Yogananda



Bu ilohiy kuch
Bu sizni qo'llab-quvvatlaydi va mustahkamlaydi
Xuddi u doim meni qo'llab-quvvatlagani va menga kuch
bergani kabi
Men bu faktlarni shaxsiy tajribamdan kelib chiqib
aytaman
Agar hayotimda bunday narsalarni boshdan
kechirmaganimda edi
Bu haqda gapira olganimda
Men Xudoga ishonish bilan yashayman
Xudo mening kuchim
Men Xudoning kuchidan boshqa hech qanday kuchga
ishonmayman
Va men o'sha muborak kuchga e'tibor qaratganimda

Siz men bilan uchrashasiz va men orqali ishlaysiz
Osmon bulbuli
ilohiy
Men sening bulbulingman, kosmik huzuring osmoniga
ko'tarilaman
Haqiqatingiz tomchilarini doimiy ravishda izlashda
Men sizga chuqur ishonch bilan ibodat qildim
Toki sukunatning qattiq bulutlaridan rahm-shafqatingiz
yomg'irini yuborasan
Va men juda chanqaganim uchun
Sizga bo'lgan ongimning har bir muqaddas nuqtasini
intiqlik bilan qabul qildim
Oh, ichimda va atrofimda sizning borligingizni his qilishni
!qanchalik orzu qilardim
Surunkali chanqog'im faqat sizning teginishingiz uni
sovutganda qondirildi
Mening beqaror qalbim va g'ayrat bilan yonayotganim
Umidsizlik va umidsizlik davri o'tib ketdi
Qiyinchiliklarning quruqligi tinchligingizning yomg'iri
bilan yo'qoldi
Va endi men jimgina osmonda suzib, qanoat va
.mamnuniyat qo'shiqlarini kuylayman
Men faqat sizning taskin suvlaringizni ichadigan
bulbulingizman
Borligingiz cho'qqilaridan uzluksiz tushish

* * *

"Bu hayotdagi ko'pchilik odamlar uchun kalit so'z "men
Ma'naviy temperament va moyillikka ega inson
boshqalarni o'zi haqida o'ylagandek o'ylaydi
Faqat o'zini o'ylaydiganlar o'zlariga boshqalarning
adovati va g'azabini keltirib chiqaradilar
Atrofdagilar Lekin boshqalarning his-tuyg'ulari va
manfaatlarini hisobga oladiganlar buni aniqlaydilar
Boshqalar ular haqida o'ylashadi va ularning his-
tuyg'ularini hisobga olishadi

Agar shaharda yuz kishi bo'lsa va ularning har biri undan
 olishni istasa
 Ikkinchisining har birining to'qson to'qqizta raqibi
 bo'ladi. Lekin agar har biri
 Agar kimdir boshqasiga yordam berishga harakat qilsa,
 unda har birining to'qson to'qqizta do'sti bo'ladi
 Men shunday yashadim va bor narsamni boshqalar bilan
 baham ko'rish orqali hech narsa yo'qotmadim
 Darhaqiqat, men bergan hamma narsa Xudoning
 marhamati bilan menga ikki baravar qaytdi va endi menda
 .hech qanday sog'inch yo'q
 Hech narsa uchun emas, chunki ichimda bor narsa
 tasavvur qila oladigan har qanday narsadan ulug'roq va
 qadrliroqdir
 Dunyo menga beradi Inson baxtga erishishga intiladi
 Baxtga erishgandan so'ng, unga olib keladigan
 sharoitlarga ehtiyoj yo'qoladi
 Bu dunyoda mening yagona kafolatim - bu odamlarning
 menga bo'lgan yaxshi his-tuyg'ulari. Haqiqiy boylik
 .yaqinlaringiz va do'stlaringiz qalbida yashashdadir
 Biz bu hayotda Xudo bilan bog'lanishga harakat
 qilishimiz kerak. Bizga inson hayoti, aql va iroda erkinligi
 berilgan va shuning uchun biz bu in'omlardan Xudoni topish
 .uchun foydalanishimiz kerak
 Biz fidoyi bo'lganimizda baxtli bo'lamiz va agar biz bu
 .yo'ldan borsak, boshqalar ham ta'sirlanadi
 Atrofimizdagi boshqalar biz kabi harakat qilishadi va
 bizga taqlid qilishga harakat qilishadi. Bunga chek qo'yish
 .kerak
 Xudbinlik barcha individual va ijtimoiy yovuzliklarning
 asosiy sababidir
 ?Muammolar qanday va nima uchun boshlanadi
 Har bir inson – ongli ravishda yoki ongsiz ravishda –
 o'zining yengilmas va o'lmas ekanligiga shaxsiy ishonchga
 erishishga intiladi. Barcha tashqi intilishlarida, xoh ilm-fan,

xoh tijorat, tibbiyot yoki hayotning boshqa biron bir sohasi orqali bo'lsin, ular tinchlik va xavfsizlikka, azob-uqubatlardan .xalos bo'lishga va abadiy baxtga erishishga intiladilar Bu yaxshi, aslida bu uning huquqi va Yaratguvchisi unga tilagan tabiiy merosidir, agar u o'zi uchun xohlaganidek, .boshqalar uchun ham xuddi shunday ne'matlarni xohlasa Bir tomondan, ko'pchilik odamlar cheksiz va cheksiz merosni cheklangan va cheklangan vositalar orqali olishga .harakat qilishadi

Agar inson dunyoni kashf etishdan tashqari, o'zidagi ma'naviy salohiyat va kuchlarni o'rganish uchun zarur bo'lgan sa'y-harakatlarni amalga oshirsa, insoniy yutuqlar !yanada yuksaltiriladi va yanada qadrli bo'ladi Shubhasizki, moddiy taraqqiyot hayratlanarli, ammo tashqi muvaffaqiyatning o'zi odamga u chin dildan .izlayotgan ichki qoniqish va xavfsizlikni bermaydi Ilm-fan oldingi avlodlarga tahdid solgan ko'plab epidemiyalarni yo'q qilishga yordam berdi va ochlik va qashshoqlikni bartaraf etishga qodir ilg'or ishlab chiqarish usullarini ishlab chiqishga yordam berdi. Biroq, bu dunyoda faqat moddiy yutuqlarga asoslangan sog'lom muvozanatni .saqlash qiyin

Inson ma'lum bir sohada taraqqiyotga erishadi, ammo uning yutuqlariga putur yetkazadigan kutilmagan .muammolar paydo bo'lishi uni hayratda qoldiradi Bu inson o'z muammolariga tashqi vositalar orqali yechim topishga urinmasligi kerak degani emas, balki muvozanatni saqlash va bir tomonga boshqa tomon hisobiga .og'ishmaslik nazarda tutiladi

Xudo insonga aql va iroda ato etgan va ulardan dunyodagi ahvolini yaxshilash uchun foydalanish kerak. Yaxshi sa'y-harakatlar qilinayotgan bir paytda, kuch va aqlning ichki manbai tan olinishi va u bilan uyg'unlashtirilishi kerak, chunki uyg'unlashtirmaslik insonning muammolari va .xatolarining sababidir

Siz shunchaki o'tirib, muvaffaqiyat sizning qo'lingizga
tushishini kuta olmaysiz. Yo'nalishingizni belgilab,
irodangizni faollashtirganingizdan so'ng, amaliy harakat
qilishingiz kerak, shunda muvaffaqiyat uchun kerak bo'lgan
hamma narsa asta-sekin sizga kelishini va hamma narsa
sizni to'g'ri yo'nalishga olib borishini ko'rasiz. Ilohiy iroda
bilan to'ldirilgan irodangiz ibodatlaringizga javob beradi,
chunki siz ushbu irodadan foydalansangiz, iltijolaringiz qabul
.qilinadigan eshikni ochasiz

Insoniyat ilm-fan, texnologiya, tibbiyot va boshqa
sohalarda tajriba orttirdi, bu unga qulaylik va qulayliklarni
taqdim etish imkonini berdi. Biroq, bu uning Yaratuvchisidan
voz kechishi mumkin degani emas. Aks holda, bu yutuqlar
o'z qadrini yo'qotadi va ijtimoiy, oilaviy, siyosiy va ekologik
muammolar paydo bo'lib, tarqala boshlaydi. Buning sababi
shundaki, insoniyat tashqi omillarga to'liq qaram bo'lib, ilmiy
usullar va vositalar orqali ochib bergan ulkan salohiyatini
boshqarish donoligini yo'qotadi. Natijada, hayot shu qadar
murakkablashadiki, unga dosh berish qiyinlashadi va hatto
.xavotir va noaniqlik manbaiga aylanadi

* * *

Inson o'zining barcha fikrlari, his-tuyg'ulari va
tushunchalari bilan yashashi, atrofdagi hamma narsaga
hushyor va e'tiborli bo'lishi kerak, xuddi eng go'zal
manzaralarning eng ajoyib suratlarini olish uchun eng qulay
.imkoniyatlardan foydalanadigan mohir fotograf kabi
Haqiqiy insoniy baxt insonning doimo o'rganishga va
to'g'ri va hurmatli tarzda harakat qilishga tayyorligidadir.
Inson o'zini qanchalik ko'p takomillashtirsa, atrofdagilarning
.taraqqiyoti va baxtiga shuncha ko'p hissa qo'shadi
Vaziyatini tahlil qilib, oldinga yoki orqaga ketayotganini
.hal qiladiganlar kam

Inson sifatida idrok, donolik va tushunchaga ega
bo'lganimiz uchun, bizning eng katta burchimiz bu
fazilatlardan to'g'ri foydalanishdir, toki biz oldinga yoki

orqaga ketayotganimizni bilaylik. Muvaffaqiyatsizlikka bir necha bor duch kelsak ham, umidsizlikka tushmasligimiz yoki umidimizni yo'qotmasligimiz kerak. Muvaffaqiyatsizlik jismoniy va ma'naviy o'sishimizga to'sqinlik emas, balki .katalizator bo'lib xizmat qilishi kerak

* * *

Muammolar va qiyinchiliklar insonning ma'lum bir vaqtda va joyda sodir etilgan o'tmishdagi harakatlaridan bexabarligidan kelib chiqadi. Ularning hozirgi azob-uqubatlari ularning ong tuprog'ida ildiz otgan, o'simlikka aylanib, o'sha fikrlar va harakatlar bilan bir xil meva bergan fikrlar va .amallardan kelib chiqadi

* * *

Yaxshi hayot uchun eng yaxshi tayyorgarlik Agar biz hayotdan chinakam zavqlanishni istasak, vaqt hozir — ertaga emas, keyingi yil emas, hatto oxiratda ham emas. Kelgusi yil yaxshiroq hayotga eng yaxshi tayyorgarlik bu yil samarali, uyg'un va mazmunli hayot kechirishdir. Kelajakdagi yanada katta yutuqlar va baxtga to'la hayotga bo'lgan ishonchimiz, agar uni hozirdanoq amalda qo'llamasak, befoyda. Bugun hayotimizning eng muhim va .mazmunli kuni bo'lishi kerak

* * *

Turmush qurmoqchi bo'lganlar o'z his-tuyg'ulari va impulslarini boshqarishni o'rganishlari kerak va maktablar bu ko'nikmani, shuningdek, xotirjamlik va diqqatni jamlashni rivojlantirishni o'rgatishlari kerak. Uyda ham, maktablarda ham ushbu muhim jihat e'tibordan chetda qolgani uchun ko'plab baxtsiz oilalar va buzilgan oilalar mavjud bo'lib, ular nazoratsiz impulslari va istaklariga ega bo'lgan ikki kishi qanday qilib tinchlik va osoyishtalikda birga yashashi ?mumkin

Nikohning boshida yangi turmush qurganlar his-tuyg'ular va hayajon to'liqinida bo'lishadi. Ammo bir muncha vaqt o'tgach, bu his-tuyg'ular muqarrar ravishda so'na

boshlaganda, juftlikning asl tabiati, tortishuvlar, kelishmovchiliklar, janjal va umidsizliklar paydo bo'la boshlaydi. Qalb chinakam sevgi va do'stlikka, eng avvalo, xotirjamlik va osoyishtalikka muhtoj. Tinchlik kuchli his-tuyg'ular bilan buzilganda, nikohning muhim ustuni .zaiflashadi

* * *

Tana organlari va hissiyotlari sog'lig'ini, hayotiyiligini va sezgirligini saqlab qolish uchun sog'lom asab tizimiga muhtoj. Asab tizimini yaxshi holatda saqlash uchun qo'rquv, g'azab, ochko'zlik va hasad kabi halokatli his-tuyg'ulardan .xalos bo'lish muhimdir

* * *

Baxtingiz - bu sizning muvaffaqiyatingiz, shuning uchun hech kim baxtingizni sizdan tortib olishiga yo'l qo'ymang Sizni bezovta qilishga urinayotganlardan o'zingizni himoya qiling. Yoshligimda, men haqimda yolg'on mish-mishlar tarqatadiganlardan juda g'azablanardim, lekin keyinchalik o'z vijdonim odamlarning meni ma'qullashidan .ko'ra muhimroq ekanligini angladim

Vijdon - bu insonning fikrlari va motivatsiyalarini aniq va aniq qayd etadigan intuitiv ongdir. Vijdon toza bo'lganda va inson to'g'ri ish qilayotganini bilsa, uni hech narsa qo'rqit olmaydi. Toza vijdon Xudoning marhamatidan dalolat beradi. Toza vijdonga ega bo'lganlar hayotlarida baxt topadilar va Xudoning marhamati va marhamatiga ega .bo'ladilar

* * *

Inson aytgan har bir so'z uning miyasi va ongida uzoq muddatli ta'sir qoldiradi. O'lim paytida insonning ruhi tanasini tark etganda, uning boshqa dunyoga kirishi yaxshi yoki yomon so'zlardan kelib chiqadigan karma (harakatlarining oqibatlari) tomonidan chiqarilgan hukmga .bog'liq bo'ladi

Olijanob ongdan chiqadigan yaxshi so'zlar qalb uchun
yaxshi natijalar beradi, yomon odatlar ta'sirida paydo
bo'ladigan yomon so'zlar esa qalb uchun yomon karma yoki
.yomon natijalarni to'playdi

So'z uchta tebranishdan iborat: sababiy yoki intellektual
tebranish, kinetik yoki sayyoraviy tebranish va jismoniy yoki
.ko'rinadigan tebranish

:Tinchlik" so'zi uchta alohida tebranishlarga ega"

Tinchlik" so'zi aytilganda fikr yoki irodaning ikkilanishi" 1

Tinchlik" so'zi talaffuz qilinganda iroda bilan" 2

boshqariladigan miya, ovoz paychalari va tildagi energiya
tebranishi

Ovoz paychalarining tebranishi va "tinchlik" so'zini 3

talaffuz qilishning jismoniy ta'siri

Shuning uchun, har bir so'z, yaxshi yoki yomon bo'lsin,

o'z tebranishlarini, ya'ni ta'sirini tanaga yoki miyaga, hayot
energiyasi va aqlga moyillik va istaklar shaklida qoldiradi.

Shu asosda, barcha nutqning tebranishlari ongda yaxshi yoki
.yomon tendentsiyalarni qoldiradi

Haqiqatni buzib ko'rsatish niyatlaridan xalos bo'lgan

kishi o'zida ulkan kuchni yaratadi, toki u yolg'on guvohlik
.bermasin va barcha so'zlari haqiqat bo'lsin

Ey Rabbim, menga shirin, foydali va tetiklantiruvchi

so'zlar bilan haqiqatga xizmat qilish uchun ovozimdan
foydalanishga kuch bergin. Hayotimning nayida o'lmas
kuylaringni chalg'in, toki men muqaddas kuylaringning
.tebranishlaridan baraka topsam

* * *

suzuvchi adyol

Bir kuni ikki do'st daryo bo'yida sayr qilib yurganlarida,

suzib yuruvchi adyolga o'xshagan narsani ko'rishdi. Ulardan

.biri o'zini daryoga tashlab, "advor"ga yetguncha suzib ketdi

Lekin u bankka kechikib qaytdi va do'sti uning "ko'rpa"

bilan ishlashda qiynalayotganini va bu uning kechikib

qaytishiga sabab bo'lganini payqadi, shuning uchun u unga
:baqirib dedi

?Nega uni tashlab, qaytib ketmaysiz
Do'sti javob berdi: Men ham shunday qilishga harakat
qilyapman, lekin adyol menga yopishib qoldi va meni qo'yib
.yubormayapti

Ajablanarlisi shundaki, u adyol deb o'ylagan narsasi
shunchaki suzuvchi ayiqdan boshqa narsa emasligini juda
.kech angladi

Men bu hikoyani mazmunli va inson hayotining ko'p
jabhalariga tegishli deb bilaman. Menimcha, uning xabari
ehtiyotkorlik va nojo'ya oqibatlarga olib kelishi mumkin
.bo'lgan harakatlarga shoshilmaslikka o'rgatishdir

Bu adyol shunchaki fikr daryosida suzib yuruvchi
tushuncha bo'lishi mumkin, u tugallangandan so'ng, nazorat
.qilish qiyin bo'lgan ulkan obsessiyaga aylanadi

Yoki bu zararli odat bo'lishi mumkin, u miyada ildiz
otgandan so'ng, uning poydevoriga urilib, ildizlarini
kengaytiradi, inson borligining ajralmas qismiga aylanadi,
.natijada u uning changalida asirga aylanadi

Yoki bu o'z vaqtida yoki maqsadga muvofiq bo'lmagan
va ham moddiy, ham ma'naviy jihatdan katta yo'qotishlarga
.olib keladigan boshqa turdagi vasvasa bo'lishi mumkin

Yoki bu mantiqiy va amaliy ko'rinadigan mafkura bo'lishi
mumkin, shuning uchun odam uni qabul qiladi va u o'z
borligiga singib ketganidan so'ng, uning haqiqati tashqi
.ko'rinishidan juda farq qilishini anglaydi

Yoki bu kutilmagan oqibatlarga olib keladigan trend yoki
siljish bo'lishi mumkin

Yoki zulmatga sakrash

Shuning uchun, shunday deyilgan: Qadam qo'yishdan
oldin oyog'ingizning holatini ko'rib chiqing

* * *

Sayohatning oxiri

!Va men seni asirga oldim, ey xazinalar xazinasi

* * *

qilyapman

* * *

.iste'dodlarini rivojlantiradigan ideallar qabul qilinishi kerak

Bunga shafqatsiz kuch va halokatli urushlar orqali emas,
balki ma'naviy o'rnak va sog'lom tamoyillar orqali erishish
mumkin. Siyosiy hokimiyat uni boshqaradigan va
.boshqaradigan ma'naviy tamoyillarsiz xavflidir
Men ma'naviy tamoyillar haqida gapirganda, men aniq
ta'limotlar, mazhablar yoki e'tiqodlarga aloqadorliklarni
emas, balki universal qonunlarni nazarda tutyapman:
barchaga tegishli bo'lgan va ularga yaxshilik, farovonlik va
.tinchlik keltiradigan solihlik va fazilat qonunlari

* * *

Nima uchun inson barcha sevgi va kuch manbai bo'lgan
Xudoda hamma narsani topa olsa, nega insoniy sevgining
mayda-chuydalarini, bir hovuch pulni yoki boshqa narsalarni
?qidirishga vaqt sarflaydi

Biz Xudoni kuchga bo'lgan ochko'zlikdan emas, balki
sevgiga bo'lgan ishtiyoqdan izlashimiz kerak. Shunda biz
buyuk xazinani topamiz. Agar biz Xudoni chuqur, samimiy
sevgi bilan sevsak, U bizga javob beradi va biz Uning
.sevgisini qalbimizda urayotganini his qilamiz

Inson Xudo haqida o'ylaganida hayot yanada shirinroq
bo'ladi. Inson faoliyat davomida ruhiy holat haqida qanchalik
ko'p o'ylasa va unga diqqatini jamlasa, tabassum qilish
qobiliyati shunchalik yuqori bo'ladi. Men hozir va har doim
shu olamda - baxtli ilohiy ongdaman. Hech narsa menga
ta'sir qilmaydi. Yolg'iz bo'lsam ham, boshqalar bilan bo'lsam
.ham, Xudoning quvonchi menda doimo mavjud

Men tabassumimni saqlab qolishga muvaffaq bo'ldim va
o'sha tabassumlar sizda ham mavjud, qalbning xuddi
shunday quvonchi va baxti sizda ham yashaydi Siz ularni
qo'lga kiritishingiz shart emas, faqat ularni qaytarib
olishingiz kerak Siz ularni vaqtincha his-tuyg'ular bilan o'zini
anglash orqali yo'qotdingiz va siz ularni qaytarib olishingiz
.mumkin

Ko'rish, eshitish, ta'm bilish, hidlash va teginish orqali
zavqlanish mumkin bo'lgan jismoniy narsalar sof quvonch

keltiradi, deb ishongan har bir kishi jiddiy adashadi. Sezgilar baxt bermaydi; aksincha, ular bizni undan mahrum qiladi. Agar siz baxtingiz uchun shartlar qo'ysangiz, masalan, "Men o'sha yuzni ko'rmagunimcha baxtli bo'la olmayman" desangiz, hech qachon sof, sof quvonchni his qilmaysiz, chunki hissiy zavqlar o'tkinchi

Kunlar va yillar jismoniy go'zallikka ta'sir qiladi. Moddiy dunyodagi hamma narsa o'zgarish qonuniga bo'ysunadi. Shunday qilib, agar inson dunyodagi har bir go'zal yuzni ko'rsa, har bir tovushni eshitsa va xohlagan narsasiga tegsa ham, u baribir haqiqiy baxtni topa olmaydi. Shunga qaramay, ular o'zlarini baxtli deb o'ylashga aldahlari mumkin

Ba'zan, biror narsaga erishish uchun juda ko'p harakat qilgandan so'ng, odam narsaning o'zida baxt topmaydi. Shunga qaramay, odam sarflangan harakatdan ma'lum darajada qoniqish hosil qiladi va shuning uchun o'zini baxtli deb hisoblaydi. Ammo bunday qoniqish vaqtinchalik va o'tkinchidir

Shuning uchun baxtni his-tuyg'ulardan izlash befoyda.

Ma'naviy quvonchni so'zlar va yuz ifodalari bilan topish va ifodalash kerak. Inson buni qilganda, hatto kichik tabassum ham atrofdagilarni o'zining muborak magnitlanishi bilan o'rab oladi va boshqalar o'zlarini baxtli his qilishadi. Lekin qalblarni faqat Xudo o'zgartira oladi. Biz o'zimizga yaxshilik qilish qobiliyatini bog'lamasligimiz kerak. Hayotdagi yagona haqiqiy yaxshilik qiluvchi - bu Xudo. Bu dunyo Unikidir. Agar siz Uning borligini his qilsangiz va U hamma narsani nazorat qilayotganini anglasangiz va agar siz Unga hamma narsani - yaxshi ishlarni va hatto yomon ishlarni ham ishonib topshirsangiz, barcha harakatlaringiz yaxshi ishlarga aylanishini bilib hayron qolasiz

**

Boshqa odam haqida yaxshi fikr yuritganimiz zahoti, xabardorligimiz kengayadi va dunyoqarashimiz kengayadi.

Qo'shnimiz haqida o'ylab, unga mehr-shafqat ko'rsatganimizda, bu fikr bilan birga borlig'imizning bir qismi ham ularga ta'sir qiladi va nafaqat fikrning o'zi, balki bu fikrni .amalga oshirishga tayyorlik ham kerak

Biz hech kimni sevgi doiramizdan chiqarib tashlamasligimiz kerak {va qo'shningiz o'zingizga o'xshaydi} {qo'shningiz, keyin qo'shningiz, keyin qo'shningiz}

Nikoh - bu altruizm saboqidir. Ikki kishi bir-biri bilan hayotni baham ko'radi, keyin bolalar paydo bo'ladi va otalar ular bilan hayotni baham ko'rishadi. Lekin faqat yaqin oila haqida o'ylash xudbinlikdir, chunki yaqinlarimiz bizni bir kun tark etishadi va bu insoniy munosabatlarning maqsadi boshqalar uchun qurbonlik haqida xabardorlikni oshirish va ular bilan moddiy boyliklar va do'stona his-tuyg'ularni baham .ko'rish ekanligini eslatadi

* * *

Uxlayotganingizda siz passiv ravishda fikrlar va his-tuyg'ularni tinchlantirasiz, lekin meditatsiya orqali fikrlar va his-tuyg'ularni ongli ravishda tinchlantirganingizda, birinchi navbatda xotirjamlik holatini boshdan kechirasiz va yuz mushaklarining o'zi qalb xotirjamligini aks ettiruvchi .tabassumni hosil qiladi

Lekin qalbingizning pokligini ko'rish uchun tinchlik .holatidan tashqariga qarashingiz kerak
Bu poklik, beg'ubor va sezgir stimullar yoki avtomatik reaksiyalar tomonidan buzilmagan
Natijada hislar bilan bog'liq fikrlar paydo bo'ladi va siz boshdan kechiradigan holat doimiy ravishda yangilanib .turadigan baxtga aylanadi

Payg'ambarlar va avliyolar qalblarida doimo bu quvonchga ega bo'lib, ular muborak xavfsizlik va xotirjamlikni his qilishadi, ular g'azab bo'ronlaridan qo'rqmaydilar va yengilmaydilar, tashvish va qo'rquv ularga tegmaydi. Aql yoki tushuncha skalpelidan foydalanib, ular o'zlarining yoki boshqalarning fikrlarini ongning operatsion

stolida tahlil qilishlari mumkin, shu bilan birga xotirjamlik va
.xotirjamlikni saqlab qolishadi
Ruhning baxt-saodatida tushkunlik butunlay yo'qoladi va
baxtli shogirdning borlig'ida ruhiy idrok paydo bo'ladi, bu
.uning yuksak "men"dagi mustahkamligini oshiradi

* * *

Haqiqiy tabassum - bu Xudo haqida mulohaza yuritish
va Uning borligini his qilishdan kelib chiqadigan ma'naviy
.baxt tabassumidir
Mening tabassumim ichimdagi chuqur quvonchdan kelib
chiqadi - hamma uchun ochiq bo'lgan quvonch. Bu gullab-
yashnayotgan atirgulning qalbidan taralayotgan xushbo'y
hidga o'xshaydi. Bu buyuk zavq boshqalarni baxtning
.muqaddas suvlariga cho'mishga undaydi
:O'rtacha odam tanish bo'lgan to'rtta holat mavjud
U istagi amalga oshganida o'zini baxtli his qiladi
Agar unga erishishga to'sqinlik qilinsa, u o'zini baxtsiz
his qiladi
Lekin u na baxtli, na tushkunlikka tushganda, o'zini
zerikkan his qiladi
Ushbu his-tuyg'ularni yoki zavq, og'riq va zerikishning
psixologik holatlarini yengib o'tish orqali inson xotirjamlikni
.his qiladi
Tinchlik - bu qayg'u, zavq va zerikishning yo'qligidan
kelib chiqadigan juda orzu qilingan holat. Bu holatlar qalbda
.doimo o'zgarib turadi
Og'riq va zavqning g'azablangan, shovqinli to'liqlinida,
jumladan, zerikish tubiga bir necha bor sho'ng'ishda
qatnashgandan so'ng
Tinchlik dengizining sokin ko'krigida suzib yurishdan
zavq bor
Lekin tinchlikdan ham buyukroq narsa ruhiy ekstaz, qalb
quvonchi va eng yuqori baxtdir. Bu hech qachon
so'nmaydigan, balki abadiy ruhga hamroh bo'ladigan
.yangilangan quvonchdir

Bu eng katta quvonchga faqat ilohiy mavjudlikni anglash
orqali erishish mumkin

* * *

Har bir insonda foydalanilmagan salohiyat bor. Ular
barcha zarur kuchlarga ega. Aqlning o'zi oliy kuchdir va u
eskirgan va cheklovchi odatlar va tushunchalardan xalos
.bo'lishi kerak

Sayyoralar va yulduzlarning inson hayotiga ta'siri
sayyoralar va inson tanalari orasidagi tortishish va itarish
.kuchlarining o'zaro ta'siri natijasida yuzaga keladi
Yomon fikrlar o'z egasini o'zlarini xohlagancha ifoda eta
oladigan yomon muhitga olib boradi. Ammo inson o'z fikrlari
va ongini iroda kuchi bilan o'zgartirishi va shu tariqa o'z
.muhitini o'zgartirishi mumkin

Agar inson uzoq vaqt davomida zararli muhitda qolsa,
bu muhit ularga ongsiz ravishda ta'sir qila boshlaydi. Vaqt
o'tishi bilan ular sog'lom va foydali muhitni tanlash erkinligini
butunlay yo'qotadilar va o'sha zararli muhitning salbiy
.ta'siriga duchor bo'ladilar

Kuchli irodaga ega bo'lgan odamga kelsak, u Xudo bilan
uyg'unlikda bo'ladi va sayyoralar va yulduzlarning unga
tabassum qilishini kutmaydi, aksincha, u o'z sayohatini
teshuvchi meteor kabi davom ettiradi, faqat quyoshlar
quyoshi va qonun va qalblarning Rabbi bo'lgan Xudoning
.yo'lboshchi yulduzi ta'sir qiladi

Ikki variantdan biri

Qadim zamonlarda muborak daryo bo'yida taqvodor bir
zohid yashar edi. U umrining ko'p yillarini chuqur tafakkur
bilan o'tkazdi, ammo afsuski, uning sa'y-harakatlari samara
bermadi va hayot sirlarini va baxt manbalarini izlash va
tadqiq qilish borasidagi sa'y-harakatlariga qaramay, mo'l-ko'l
.tinchlik hosilini yig'ib olishdan xursand bo'lmadi

Do'stimiz doimo go'zal manzaralar, mehribon qalblar,
qimmatbaho kitoblar va muborak xotira doiralari nuqtai
nazaridan samoviy muhit bilan o'ralgan bo'lsa-da, uning ongi

odamlarni talash va ularga zarar yetkazishning eng to'g'ri
.usullari haqida o'ylashda davom etdi

Bu fikrlash uning nazoratidan tashqarida edi va qadimgi
karmik sabablardan kelib chiqqanga o'xshardi. U bu yoqimsiz
fikrlarni qanchalik ko'p haydab chiqarishga harakat qilsa,
ular shunchalik ko'p uning ongiga kirib borar, tinchligini
.buzar va xotirjamligini o'g'irlardi

Nihoyat, u o'ziga shunday va'da berdi: "Men ibodat
qilishda va iltijo qilishda davom etaman va meditatsiya
paytida xotirjamligimga sanchadigan bu bezovta qiluvchi
."fikrlardan xalos bo'lmagunimcha to'xtamayman

Bir soat, keyin ikki soat o'tdi va uning xayoliga yomon
fikrlar bo'ron kabi kelib, tafakkurining tuzilishiga urilib, uni
.qattiq larzaga keltirdi

Nihoyat, uch soatlik mashaqqatli harakatlardan so'ng,
bezovta qiluvchi fikrlar uning xayolidan to'satdan yo'q bo'lib
ketdi va ularning o'rniga u go'zal bir vahiyda oldida et va
.qonda turgan Xudoning avliyosini ko'rdi

Nurli avliyo nafaqat tirik ko'rindi, balki nihoyatda
:muloyimlik bilan shunday dedi

O'g'lim, avvalgi mujassamlanishingda sen professional"
o'g'ri eding, boshqalarni tuzoqqa ilintirish va ularning mol-
mulkini o'g'irlashdan boshqa hech qanday tashvishing yo'q
edi. Lekin o'limingdan sal oldin vijdoning uyg'ondi va o'zingni
tuzatishga qaror qilding va o'zingga sharmandali xatti-
harakatlaringni o'zgartirib, yaxshilik yo'lidan borishingga
va'da berding. Shu sababli, sen bu hayotga yaxshi inson
bo'lishga kuchli ruhiy qat'iyat bilan tug'ilding, ammo shunga
qaramay, sen o'zing bilan avvalgi mujassamlanishingda
hayotingning markazida bo'lgan yomon fikrlarni ham olib
".kelding

O'g'lim, bu muborak zamonda, yaxshi do'stlar, xotira va"
tafakkur doiralari bilan o'ralgan holda yashayotganing
achinarli, ammo shunga qaramay, sen ruhiy xavotir va
".halokatli, notinch fikrlar do'zaxida yashayapsan

:Bir oz sukutdan so'ng, qo'riqchi nutqini davom ettirdi
Shuning uchun, umuminsoniy qonunga ko'ra va siz"
ushbu mujassamlanishda mavjud bo'lgan ma'naviy
imkoniyatlardan foydalanish uchun qo'lingizdan kelganini
qilmaganingiz uchun, agar hozir meditatsiya
harakatlaringizni ikki baravar oshirmasangiz, o'lim paytida
:siz ikkita narsadan birini tanlashingiz kerak bo'ladi
Yoki jannatda o'nta ahmoq bilan yashashni yoki"
do'zaxda bitta dono odam bilan yashashni, qaysi birini afzal
"?ko'rasiz

:Shogird ikkilanmasdan javob berdi
Ey Xudoning do'sti, men bitta donishmand bilan"
do'zaxda yashashni afzal ko'raman, chunki o'z tajribamdan
bilamanki, o'nta ahmoq jannatdan do'zax yasaydi, men esa
qalbimga ishonaman va agar men bitta donishmand bilan
birga bo'lsam, hatto yer osti dunyosining tubida ham u
menga do'zaxni jannatga aylantirishga yordam beradi, deb
".aniq bilaman

* * *

Ko'p odamlar kapalaklarga o'xshaydi, ular hech qanday
maqsadga erishmasdan yoki biron bir maqsadga
erishmasdan u yoqdan bu yoqqa uchib yurishadi. Agar ular
to'xtasalar, bu faqat qisqa bir lahzaga bo'ladi, shundan so'ng
ular o'yin-kulgi izlash va vaqt o'tkazish uchun boshqa o'yin-
kulgiga jalb qilinadi. Asalari esa qattiq mehnat qiladi va qiyin
paytlarga tayyorgarlik ko'radi, kapalak esa faqat o'z kuni
.uchun yashaydi

Qish kelganda, kapalak nobud bo'ladi, asalari esa bahor
va yozda yig'ib olgan hosilidan zavqlanadi. Xuddi shunday,
biz ichki xotirjamlikni va hayot qiyinchiliklariga dosh berish
.uchun kuchni rivojlantirishni o'rganishimiz kerak
psixologik holatlar

Inson abadiy quvonch to'lqinlarida ko'tarila olmaydi,
qayg'uning notinch suvlari ostida cho'kib keta olmaydi yoki
.zerikish tubiga cho'kib keta olmaydi

Qarama-qarshi ikkilanishlar bilan tavsiflangan bu dunyoda oddiy odam quvonch to'liqlarida ko'tarilib, befarqlik tubiga cho'kib ketadigan ko'tarilish va pasayishlarga duchor bo'ladi, qayg'u to'liqlari tomonidan uloqtiriladi va kamdan-kam hollarda boshqa ong holatini .boshdan kechiradi

Vaziyatning fikrlarni shu tarzda o'zgartirishiga yo'l qo'yish, o'z irodasini injiq va doimo o'zgarib turadigan taqdirga taslim bo'lishni anglatadi. Muvaffaqiyatli va mazmunli hayot kechirish uchun insonga aqliy muvozanat kerak va bunga faqat diqqatni jamlagan fikrlash va hissiy .qobiliyatlarini nazorat qilish orqali erishish mumkin

Hatto eng chuqur qayg'ular ham vaqt o'tishi bilan tuzalib ketadi, shuning uchun hayotimizning har bir kunida qayg'u haqida o'ylashning ma'nosi yo'q. Marhum yaqinimiz uchun doimo qayg'urish na ularga, na bizga yordam beradi .va bu hech narsani o'zgartirmaydi

O'zini pastlik kompleksini rivojlantirish yoki o'tmishdagi xatolar yoki muvaffaqiyatsizliklar uchun o'zini jazolash foydali emas; aksincha, bu hayotni baxtsiz qiladi va aqliy .qobiliyatlarni falaj qiladi

Biz zerikarli tartiblar chuquriga tushib qolishimizga yo'l qo'ymasligimiz kerak, chunki bu psixologik holat qulay emas, chunki u ongni bezovta qiladi va yashirin qobiliyatlarni .befarqlik o'chog'ida yoqadi

* * *

Xudo bizga hayotda kerak bo'lgan saboqlarni yuboradi, toki biz ulardan saboq olishimiz, tushuncha va tajriba orttirishimiz mumkin. Bu saboqlardan qochganlar, qancha vaqt ketishidan qat'i nazar, oxir-oqibat ularni o'rganishga .majbur bo'ladilar

Agar har bir sinovdan saboq olsak, u bizga do'st, agar imkoniyatni qo'ldan boy berib, nolish, xafa bo'lish va noto'g'ri mulohaza yuritish bilan noto'g'ri foydalansak, u zolim .despotdir

Hayotni to'g'ri tushunish va unga to'g'ri munosabatda
.bo'lganimizda, u go'zal va asoratlardan xoli bo'ladi

* * *

Agar men boshqalarning fikrlari va harakatlariga ta'sir
qilishiga yo'l qo'ymasam, hech kim meni boshqara olmaydi
.yoki irodamni tortib ololmaydi

Rabbim, men o'z qobiliyatlarimni o'rganish va ma'naviy
salohiyatimni kashf etish uchun cheksiz imkoniyatga ega
ekanligimni anglayman. Men moddiy bog'liqliklarni yuqori
intilishlar bilan almashtiraman va sodiq Ruh har doim men
.bilan ekanligini bilaman

Bugun men fikrlarimni nekbinlik bilan to'ldiraman,
o'zimni yoqimsiz tajribalardan ajrataman va tanamni,
ongimni va ruhimni muvozanatli va izchil rivojlantiradigan
.narsalarni mashq qilaman

Hayot va o'lim raqsi doimo mavjud, lekin men ma'naviy
kimligimni qayta tiklash orqali o'zimni abadiy ozod qilaman
va sinovlar va azob-uqubatlar bo'ronlariga duch kelganimda,
ma'naviy qayig'imda hayot dengizi orqali xavfsiz, ilohiy
.qirg'oqlarga suzib ketaman

Men ishlayotganimda va ijod qilayotganimda, Xudo men
orqali ishlayotganini, U koinotning Parvardigori ekanligini va
men chuqur meditatsiya orqali U bilan bog'lana olishimni
.eslayman

Sevimli Xudoyim, hayotimda qaysi g'oya eng kuchli
ekanligiga qarab, fikrlarim menga muvaffaqiyatsizlik yoki
muvaffaqiyat keltirishini tushunaman. Shuning uchun, Sen
yordam qo'lingni cho'zib, muvaffaqiyatimga yo'l ochib
berishingni eslashga harakat qilaman. Menga balo va
baxtsizliklar tushganda, men kuchimni to'plab, ularni yengish
.qarorimni mustahkamlayman

Men hamma bilan muomala qilishda va muloqotda
samimiylik va halollikni qo'llayman, mehrlilik fikrlar va ezgu
tilaklarni tarqataman. Shunda Xudo meni O'z kuchi va
.donoligi bilan qo'llab-quvvatlaydi

Ey Xudo, men avval kichik ishlarni bajarish uchun
irodam va aql-zakovatimni ishga solaman, keyin esa katta
.yutuqlarga erishaman

Barcha moddiy ambitsiyalar amalga oshsa ham, ular
faqat to'liq bo'lmagan baxt keltiradi
Xudoni topish orqali men qalbning abadiy bog'lari va
o'tloqlarida hech qachon to'xtamaydigan va oqmaydigan
.cheksiz baxt havzalarini kashf etaman

* * *

Xudo mening hayotimdagi eng qadrli narsadir; U
vijdonim taxtida o'tiradi va menga dono so'zlar bilan ilhom
.beradi

U meni tanlashim kerak bo'lgan yo'lga yo'naltiradi
Muvozanatli hayot

Bu barcha ilohiy va tabiiy qonunlarni hisobga oladi
U faollik va xotirjamlikni birlashtiradi

Bu baxt keltiradi va inson taqdirini ro'yobga chiqaradi
Zulmatda gavharlarga to'la uy ko'rinmaydi va shuning
uchun johillik kechasi hukmronlik qilar ekan, ilohiy
.mavjudlikni his qilib bo'lmaydi

Agar bizning Xudo haqidagi xabardorligimiz shunchalik
real bo'lmasaki, biz kundalik vazifalarimizni Usiz bajara
olmaymiz, demak, biz Xudo va hayot o'rtasida hech qanday
.bog'liqlikni sezmaganmiz

Bizda ambitsiya bo'lsa va uni boshqalarga xizmat qilish
g'oyasi bilan bezatsak, biz boshqalarga yordam berish orqali
o'zimizga yordam beramiz

Ey Xudoyim

Hayotiy quyosh nuri tarqalishi bilan
Men kambag'allar va ko'chirilganlarning qalbiga umid
nurlarini sochaman

Qat'iyat va o'ziga ishonch chiroqlarini yoqing
O'zlarini muvaffaqiyatsiz deb o'ylaydiganlarning qalbida

Hayot o'rganish va vazifalarni bajarish maktabi
ekanligini va shu bilan birga o'tkinchi orzu ekanligini
anglaganimizda

Shunda biz Xudo biz bilan ekanligini bilib olamiz
Hayot xizmatga asoslangan bo'lishi kerak, chunki bu
ezgu maqsadsiz Xudo insonga bergan aql u yaratilgan
.maqsadga erisha olmaydi

Xudoga bo'ysunish insonga barcha vazifalarini quvonch
va Xudoga minnatdorchilik hissi bilan bajarishga imkon
beradi, chunki biz faqat bo'ysunish orqali xotirjamlikni his
.qilamiz

Men barcha intellektual va axloqiy zaifliklarimni qat'iyat
olovida yoqaman, chunki agar men bu zaifliklardan xalos
.bo'lmasam, ilohiy olovni ko'ra olmayman
Ey Xudoyim

Bugun men aniq ishlarni bajarishga qaror qilaman, keyin
esa rejalashtirgan ishimni qilaman. Avval niyatimning
to'g'riligiga ishonch hosil qilaman, keyin esa sizning
kuchingizni his qilaman va sizning yordamingiz va
.marhamatingiz bilan niyat qilgan narsamga erishaman

* * *

Muhandislikda keyingi o'zini tasdiqlash
Men Xudoning qudrati cheksiz ekanligini aniq bilaman va
U menga O'z nurining uchqunini berganligi sababli, men
yo'limda turgan barcha to'siqlar va to'siqlarni yengib o'tishga
.qodirman

Men aql va go'zallikni ifoda etish vositasiman va shuning
uchun fikrlarim va g'ayratlarimni yaxshilik qilishga va
.insoniyatga xizmat qilishga bag'ishlayman

Bugun men fikrlarim va so'zlarimni kuzatib boraman
Shunday qilib, u faqat go'zal va olijanob narsalarni
o'ziga tortadi

Men faoliyatimning eng muhim qismiga yaxshilikni
qo'yaman

Men muvaffaqiyatga erishish uchun ijodiy fikrlashimdan
foydalanaman

Men qilayotgan har bir xayrli ishda va foydali ishda
Agar o'zimga yordam bersam, Xudo menga yordam
berishini anglash

Bugun men hayot bog'ini parvarish qilaman
Va unga donolik, sog'liq va baxt urug'larini eking
Harakatlarim muvaffaqiyatli bo'lganda, Xudoga shukur
qilaman

Va men yuragim xohlagan narsani olaman
Bugun men atrofimdagi bezovta qiluvchilarga yaxshi
kayfiyatim bilan yordam beraman va ezgu tilaklarim nuri
bilan keskinlik va kelishmovchilik zulmatini yo'q qilaman, jim
va uzluksiz qo'limdan kelganicha harakat qilaman va Xudo
menga bergan kuchlardan o'zim va boshqalar uchun foydali
.bo'ladigan tarzda foydalanaman

Menga kerak bo'lgan narsani olish uchun Buyuk
Yaxshilikning kuchiga to'liq ishonch bilan yo'lga chiqaman,
Xudo menga yordam qo'lini cho'zib, O'zining ne'matini ato
.etishiga aminman

Zulmat kuchlari ichki xotirjamligimga hujum qilish uchun
to'planishi bilan, men zulmat kuchlariga qarshi turish va
ularni butunlay tarqatib yuborish uchun o'zimda yorug'lik,
.haqiqat va o'zini tuta bilish kuchlarini uyg'otaman

* * *

Quyosh nurini kattalashtiruvchi oynadan kichik bir
nuqtaga qaratsangiz, u issiqlik hosil qiladi va bu issiqlik
yog'och, mato, qog'oz va boshqa materiallarni yoqib
yuborishi mumkin. Xuddi shunday, ongingizni aniq
jamlasangiz, uning jamlangan energiyasi har bir
muvaffaqiyatsizlik ortidagi yomonliklar va shubha ildizlarini
yoqib yuborishi va donolik nurini yorqin va yorqin qilib
.porlashi mumkin

Aql barcha yaxshiliklarning manbai va barcha muborak
kuchlarning manbai bo'lgan Xudo bilan uyg'unlashganda, u

ilohiy mavjudlikni angelaydi va muvaffaqiyatning barcha elementlariga ega bo'ladi. Bu elementlar Xudoning ulkan kuchi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, har qanday sohada muvaffaqiyatga erishish uchun yangi imkoniyatlar yaratishga .qodir

Magnit oziq-ovqat

Odamlar oziq-ovqat yoki ovqatlanish haqida gapirganda, odatda tanani qo'llab-quvvatlash uchun iste'mol qilinadigan jismoniy oziq-ovqatni nazarda tutadilar. Biroq, jismoniy oziq-ovqatdan kam bo'lmagan va ko'pincha undan ham muhimroq bo'lgan boshqa turdagi oziq-ovqat turlari ham .mavjud. Ular orasida intellektual yoki ma'naviy ozuqa bor Aqliy faoliyat yoki ong, donolik va ma'naviy idrokning

konsentratsiyasi

Jismoniy oziqlanish tana hujayralarini qo'llab-quvvatlaydi, intellektual oziqlanish esa ongni sog'lom g'oyalar bilan to'ldiradi va donolik oziqlanishi ruhni jonlantiradi va uning qobiliyatlarini rivojlantiradi. Intellektual oziqlanish odatda inson o'ylaydigan va boshqalardan aloqa .va o'zaro ta'sir orqali oladigan g'oyalardan iborat

Xotirjam va olijanob fe'l-atvorli odamlar fikrlarimizni

jozibali va sog'lom qilishga yordam beradi

Inson o'zining intellektual ozuqasini tinch yoki buzg'unchi muhitdan oladimi yoki yo'qligini aniqlash qiyin emas. Xavotir, qayg'u va chalkashliklarning barchasi noto'g'ri odamlar, do'stlar yoki qarindoshlar bilan muloqot qilishdan kelib chiqadi, bu esa xavotirli fikrlar va notinch kayfiyatga olib keladi. Tana jismoniy oziq-ovqatdan energiya va hayotiylikni oladi, magnitli oziq-ovqatlar esa tanaga ham, ongga ham qattiq va suyuq ovqatlarga qaraganda osonroq hazm bo'ladigan energiya zaryadlarini beradi, ularni tirik .energiyaga osongina aylantirib bo'lmaydi

* * *

Jaholatni donolikka aylantira olganingizda
Zaiflik va ojizlikdan sog'liq va hayotiylikka

Hayot yo'llarida ishonch bilan va jasorat bilan yuring -
hatto yolg'iz bo'lsangiz ham
Va tirik va hushyor vijdonga ega bo'lishning ichki
quvonchi

Va Xudoning adolatiga va haqiqatning yolg'on ustidan,
haqiqatning esa illyuziya ustidan g'alaba qozonishiga sobit
.ishonch

Va har kuni fikrlaringizni yuqoriroq va yanada
takomillashtirilgan darajalarga chiqarishga harakat
qilganingizda

Uning mehribon va minnatdor qalbi bor
Va boshqalarga nisbatan yaxshi niyatlar
Sizning intellektual ozuqangiz magnitdir
Va keyin u sizga go'zal va foydali bo'lgan barcha narsani
jalb qiladi

Narsalardan, odamlardan va sharoitlardan
U xavfsizlik va osoyishtalik qirg'oqlari tomon yo'lni
.davom ettirishga juda muhtoj

Va nihoyat, lekin ahamiyatsiz emas
Kerakli narsani olishga harakat qilganingizda
Xudo siz uchun oson qilgan narsaga qanoat qiling,
shunda siz ruhan boyroq va ko'proq qoniqasiz
Bu dunyoga berilib ketgan va uning o'ljasiga ochko'z
bo'lganlar

* * *

Inson barcha do'stlardan tashqari yagona do'st bo'lgan
Xudoni izlaganda, barcha insoniy munosabatlarda: oilaviy,
aka-ukalik, nikoh va ma'naviy munosabatlarda chinakam
.do'stlikni o'rnatish mumkin bo'ladi

Do'stlik nikoh munosabatlarida muhim element
hisoblanadi va intellektual va hissiy moslik, axloqiy
jozibadorlik hissi, chinakam sevgi va do'stlikka ustuvor
ahamiyat berilishi kerak. Haqiqiy sevgi va jismoniy
jozibadorlikni farqlay olmaydiganlar qayta-qayta hafsalasi pir
.bo'ladi

Nikoh yuksak ideallar va o'zaro hurmatga asoslanganda,
u bir-birining hayot yukini yengillashtiradigan va o'zaro
hamdardlik va do'stona tushunish bilan yashash
tashvishlarini yo'qotadigan ikki mehribon va hamkorlikka
asoslangan qalb o'rtasidagi baxtli va muvaffaqiyatli ittifoqqa
.aylanadi

* * *

Agar siz loy bo'lagini vaza shakliga keltirsangiz va u
qotib qolguncha pishirsangiz va keyin loyni patnisga
aylantirmoqchi bo'lsangiz, buni qila olmaysiz. Biroq, siz
vazani maydalashingiz va kukunni yangi loyga qo'shishingiz
va keyin undan patnisga shakl berish uchun foydalanishingiz
.mumkin

Xuddi shunday, agar miyamizda yomon odat singib
ketgan bo'lsa va biz uni o'zgartirmoqchi bo'lsak, avvalo, bu
odatni maydalash va uni xohlaganimizcha qayta
shakllantirilishi mumkin bo'lgan yumshoq, yaxshi
harakatlarga aylantirish uchun iroda kuchidan
.foydalanishimiz kerak bo'ladi

Kuchli iroda qat'iy ishonchni anglatadi. Inson o'ziga:
"Men bu odatga bog'liq emasman", deb aytgan zahoti va u
aytganlarini amalga oshirgan zahoti, bu odat go'yo hech
.qachon bo'lmagandek parchalanib, yo'q bo'lib ketadi

* * *

Men hech kimga o'z fikrimni yuklamayman, shuningdek,
hech kimning menga o'z fikrini yuklashiga yoki ichimda
qilmasligim kerakligini bilgan ishni qilishimga yo'l
.qo'ymayman

Men nima qilmoqchi ekanligim haqida yaxshilab
o'ylayman, qilayotgan ishlarimda donolikka amal qilaman,
harakatlarim uchun javobgarlikni o'z zimmamga olaman va
qilmishlarimning oqibatlari uchun boshqa hech kimni
ayblamayman. Bu o'zini tuta bilishni men ustozimdan
o'rganganman, uni doim qadrlaganman va hech qachon
.tashlab qo'ymayman

Oliy magnit kuch

Iso Masih shunday degan: "Avvalo Xudoning Shohligini
."izlanglar, shunda qolganlarining hammasi sizga beriladi
Xudo barcha kosmik kuchlarning ortidagi oliy magnit
kuchdir. U barcha sevgining ortidagi sevgidir. U barcha
san'at va ijodning ortidagi kosmik yaratuvchi va ilohiy
.rassomdir

Fikrlaringizni mavjud bo'lgan eng oliy magnit kuch
bo'lgan Xudoga qaratganingizda, o'zingizni muborak
magnitlanish bilan zaryadlaysiz va o'zingizga kerak bo'lgan
.hamma narsani jalb qila olasiz
Agar siz Xudo haqida chuqur mulohaza yuritsangiz, Uni
butun qalbingiz bilan sevsangiz va boshqa hech narsa
istamasdan Uning huzurida to'liq xotirjamlikni his qilsangiz,
unda Xudoning muborak magnetizmi sizga orzu qilgan
barcha narsalaringizni va undan ham ko'proq narsani olib
.keladi

"Osmondagi Xudoga"

Muvaffaqiyat, farovon hayot, davolab bo'lmaydigan
kasalliklardan davolanish va odatlarni nazorat qilish —
bularning barchasiga erishish mumkin. Agar siz barcha
jismoniy usullar va harakatlaringizni sarflab, ularni samarasiz
deb topsangiz, ichki eshigingizni oching, shunda ruhiy kuch
.barcha zaiflik, muvaffaqiyatsizlik va umidsizlikni yo'q qiladi
Agar siz chuqur, sokin meditatsiya va diqqatni jamlash
orqali Xudodan yordam so'rasangiz, cheksiz ma'naviy kuch
omborini kashf etasiz. Xudo xolis va Undan chin dildan
.yordam so'raganlarning barchasiga javob beradi
Men o'zimda Xudoni topganimda, Uni hamma joyda
topdim

Bolaligimdan beri Unga qattiq intizorlik bilan qarayman
va bir safar yosh bolaligimda Unga xat yozganman. Ha, men
:Xudoga xat yozdim va uni quyidagicha nomladim
Osmondagi Xudoga" va men uni pochta qutisiga solib"
qo'ydim

Kimgadir xat yozganimizda, biz javob kutamiz. Javob
olmaganimdan keyin ko'p ko'z yoshlar to'kdim. Lekin nihoyat
javob menga qog'ozga bosilgan so'zlar orqali emas, balki
.ajoyib yorqin tasavvurda yetib keldi
Agar urinish jiddiy bo'lsa va harakat doimiy bo'lsa, har
.bir kishi Xudodan javob olishi mumkin
Agar siz savollaringizni Xudoga yo'naltirsangiz, ularni
chuqur his-tuyg'ularga solib, tafakkur pochtasi orqali
.yuborsangiz, unda halol va shubhasiz javob olasiz

* * *

Asab tizimining tagida insonlarga ongli rivojlanishning
eng yuqori bosqichlariga erishish imkonini beruvchi noyob
ruhiy fiziologiya mavjud. Kitlar va fillardan tashqari ko'pgina
hayvonlarning miyasidan kattaroq bo'lgan inson miyasi
murakkabroq va fikrlash qobiliyati yuqoriroq. Bu inson
miyasini boshqa jonzotlarga qaraganda ancha rivojlangan
ongga ega bo'lgan odamlar uchun mos vositaga aylantiradi.
Miyaning murakkab va murakkab burilishlari odamlarga
chuqur va chuqur fikrlash bilan shug'ullanish imkonini
beradi. Shuning uchun, faqat odamlargina ilg'or idrok
darajalariga erishishga va natijada Yaratuvchisini bilishga
qodir. Dono inson - bu o'zining aqliy qobiliyatlarini
insoniyatga moddiy, intellektual va ma'naviy darajalarda
.xizmat qilish va foyda keltirish uchun ishlatadigan kishi

* * *

Siz uchun qo'shiq kuyladim
Buni ilgari hech bir inson aytmagan
Va men sizga o'zimning asl musiqamni bag'ishlayman
Yuragim ichimda chuqur o'ynaydigan
Va uning torlarida
Men bu birinchi madhiyani yaratdim
Va men buni sizga sof qurbonlik sifatida taqdim etaman
Sizga quruq, intellektual qo'shiqlar taklif qilmayman
Yoki boshqalar tomonidan bastalangan bezakli kuylar
Va men sizga faqat hech narsa bermayman

Qalbimning sodda, sodda ohanglari
Men sizning oldingizda madaniy atirgullarni
qo'ymayman

Shisha uylarda
Va his-tuyg'ular va ehtirolarga to'la
Buning o'rniga, men sizga endigina unib chiqqan
yovvoyi gullarni taklif qilaman
Sog'inish dalalarimda
Va hayotimning targ'ibotchisi

* * *

Sizni tinglashim uchun
Qo'riqchi farishta
Mening ichki qarashlarim radio bilan uyg'unlashdi
Yumshoq, mehrli teginishlar bilan
Men tez-tez meditatsiya paytida tinglardim
Sizga yaqin bo'lgan azizlaringizning eng yoqimli
:ohanglariga

Ajoyib ma'naviy simfoniyalar uchun
Va qalbim ijodlaridan parchalar uchun
Va sizga bo'lgan eski sog'inchimdan ohangdor kuy
Sabr va xotirjamlik bilan men eng chuqur his-
tuyg'ularimning ko'rsatkichini o'zgartirdim
Va uyqu ko'zlarimni og'irlashtirganda
Men deyarli uxlab qolishga majbur bo'ldim
Sizning asl madhiyangiz men orqali oqdi
Va endi men ekstatik aks-sadolarni tarqataman
Sizning quvonchingiz ohanglaridan
Va men sizning ibodat qiluvchilaringiz xoriga ovozimni
qo'shaman

Madhiyalar balandroq eshitaladi
Sog'inch va intizorlik kuchayib boradi

* * *

Kimki yomon xudbinlik yo'lini tutsa, boshqalar undan bor
narsasini tortib olishga harakat qilishadi, lekin agar u

boshqacha yo'l tutsa, boshqalar unga saxiylik va hamdardlik
.ko'rsatadilar

Biror kishi boshqalarga so'z, amal va fikr orqali nimalarni
taqdim etsa yoki yuborsa, o'sha turdagi va bir xil darajada
ularga qaytariladi. Ularning asl tabiati yuz ifodalari va
harakatlari orqali oshkor bo'ladi. Boshqalar ularning
psixologik tebranishlarini yoki to'liqlarini sezadilar va ularga
bo'lgan munosabati bu tebranishlarning tabiatiga mos keladi
.- salbiy yoki ijobiy

Biz hamma narsaga egalik qila olmaymiz. Bizga bu
dunyoda yashayotganimizda vaqtincha foydalanishimiz
uchun Xudo tomonidan berilgan narsalar bor va ertami-
kechmi biz baxtsiz hodisalar, o'g'irlik, eskirish yoki o'lim
.tufayli mol-mulkimizdan voz kechishga majbur bo'lamiz
Shunday qilib, biz biror narsani shunchaki egalik qilish
uchun ushlab turishga yoki saqlashga harakat qilganimizda,
.o'zimizni aldaymiz

Hatto shuncha yillar davomida yashab kelgan bu
tanalarimiz ham bir kun kelib tark etiladi. Shuning uchun,
aslida umuman egalik qilib bo'lmaydigan narsalarga egamiz
.deb o'zimizni majburlash xatodir

Bizga biror narsa berilganda, biz uni ma'lum bir vaqt
uchun faqat o'zimizniki ekanligini bilishimiz va uni boshqalar
.bilan baham ko'rishga tayyor bo'lishimiz kerak
Inson o'ziga kerak bo'lganidan ko'proq narsani xohlasa,
uni jiddiy muammolar kutmoqda. Shubhasiz, bizda oziq-
ovqat, boshpana, kiyim-kechak va moliyaviy ta'minot kabi
asosiy ehtiyojlar bo'lishi kerak, ammo bu narsalarga
intilishda biz keraksiz ehtiyojlarni, ya'ni cheksiz istaklarni va
zarur bo'lganidan ko'proq narsaga ega bo'lish istagini yo'q
.qilishimiz kerak

* * *

Biz dunyoda individual ravishda yashay olmaymiz,
yashash va hayotdan zavqlanish uchun boshqa insonlarga
.tayanishimiz kerak

Bu ham ma'naviy, ham moddiy jihatdan to'g'ri. Biz
tovarlar va xizmatlar almashinuvisiz munosib turmush
.darajasini saqlab tura olmaymiz
Biz tajriba va kashfiyotlarimiz bilan o'rtoqlashish orqali
intellektual va ma'naviy taraqqiyotimizni tezlashtirishimiz
mumkin

Sharq, G'arb, Shimoliy va Janubiy g'oyalarimizni
birlashtirganimizda, biz iste'dodlarimizni rivojlantirishimiz va
yagona inson oilasi sifatida qobiliyatlarimizni
.rivojlantirishimiz mumkin

* * *

Kecha tushlarim bog'ida
:Ko'p gullar gullaydi
Noyob xayoliy gullar
Issiq sayyoraviy nur porlayotgan u yerda
Yer yuzidagi umidlarning kurtaklari gullab-yashnamoqda
Yorqin barglarni yoyish
Tergov va qoniqishdan
O'sha orzular nurida
Unutilgan sevgilimning yuzlarining arvohlarini ko'raman
Va qadrli, ko'milgan tuyg'ular
Men anchadan beri uxlayapman
Ongsizning tuprog'i
Ularning barchasi yaltiroq liboslarda ko'tarilishadi
Tushlar farishtalarining chaqirig'iga javoban
U o'tmishdagi barcha sinovlarning tirilishini ko'rdi
Ey Xudo, Sen bizga ozodlik berding
Kundalik muammolarimizni unutish uchun
Orzular yurtiga tungi tashriflar orqali
Siz bilan uyg'onishimizga yordam bering
Va biz insoniy qayg'u va qayg'udan abadiy qutulamiz

* * *

!Ey ilohiy panoh
Men hayot dengizida suzib yuraman
Meni qiyinchiliklarning shiddatli bo'ronlari uloqtirmoqda

Siz zavq to'lqinlarida suzib yursangiz ham
Yoki vaqti-vaqti bilan og'riq tubiga cho'kib ketish
Men ikkilanishdan qochishni juda xohlayman
Sizning ajoyib, oliy qirg'oqlaringizga yetib borish orqali
Va har bir iltijolarim bilan
Men Senga yaqinlashaman, yagona panohim
Men harakat qilishdan to'xtamayman
Chunki bilaman, siz mening kelishimga intiqsiz
!U mening qaytishimni intqlik bilan kutmoqda
Men jannat qushiman: jannat qushi
Sizning muborak qo'llaringiz bilan yaratilgan
Siz meni jozibangiz bilan bezatdingiz
Va chiroyli ranglar
Nafislik va ma'naviy gullab-yashnashning oltin patlari

bilan

Men baland uchdim
Hayotning g'amgin, g'amgin muhitida
Jannatni izlashda
Yorqin patlarim dog'langan edi
Umidsizlikning qora dog'lari bilan
Kel, Xudoyim
Jannat qushingizni yuving
Donolik nurlari bilan
Va tinchlikning sof, shirin suvlari
Tinchligimning o'qi va baxtimning langari
Sizning qonunlaringiz va qoidalariningizga amal qilib, sizni
tanib olish uchun tinimsiz va astoydil harakat qilsam ham, ey
Xudo, barcha qonunlar va qoidalardan ustun ekanligingizni
.anglashim kerak
Ey Olam Onasi, Sen har bir inson onasining qalbida
yashaysan. Barcha onalarni o'z donoliging va mehring bilan
to'ldir, toki ular Sening cheksiz sevgingni yanada ko'proq
.namoyon etsinlar
Sevimli Xudoyim, bilamanki, Sening muqaddas huzuring
hamma joyda. Xuddi siqilmagan zaytun mevalarida sof moy

yashiringanidek, Sening ulug'vor huzuring ham koinotda
mavjud. Sening ilohiy huzuringning muborak moyini olish
uchun Sen haqingda o'ylash va Sen haqingda mulohaza
.yuritish vositasidan foydalanadiganlar baxtlidir
Yaxshi amallar va ijodiy ijobiy fikrlar orqali men o'z-o'zini
anglash urug'ini o'stiranman va uni tafakkur va sog'inish
suvlari bilan sug'oraman, toki ilohiy sevgi guli hayotim
.bog'ida gullab-yashnaguncha
Dunyo mening ongimni kuchli istaklarning kuchli
arqonlari bilan jilovlashga harakat qilmoqda, lekin men
ongim ozod bo'lishi va ilohiy marhamatlar sari yo'l olishi
uchun bu arqonlarni tushunish va idrok pichog'i bilan
.kesishga harakat qilaman
Fikr, nutq va harakat kuchi Sendan, Yaratguvchimdan
keladi. Bu kuchdan faqat yaxshi fikrlar, mehrli so'zlar va
foydali ishlar uchun foydalanishimga yordam ber.
Meditatsiya orqali Senga bo'lgan sevgim butun borlig'imni
to'ldirib, hayot yo'limdagi barcha to'siqlarni olib
tashlaguncha o'sadi. Va Sen bu orzular dunyosining
Yaratguvchisi bo'lganing uchun, mening birinchi burchim bu
.xayoliy dunyoga emas, Sengadir
Mojarolar va tartibsizliklar meni uzoqlashtirishga va
muborak huzuringizni anglashimga to'sqinlik qilishga harakat
qiladi, lekin Sen, ey Rabbim, mening tinchligimning markazi
.va baxtimning langari bo'lib qolasiz

* * *

Inson ichida chuqur mulohaza yuritish va jiddiy
tadqiqotlar orqali kashf etilishini va oshkor bo'lishini
.kutayotgan bilim va donolik xazinalari mavjud
Insonlar o'zlarining yashirin energiyalaridan ongsiz
ravishda yoki ongsiz ravishda, qilayotgan barcha ishlarida
foydalanadilar va natijaga erishadilar, ammo agar ular bu
energiyalarni qanday sarflashni va ularni ongli ravishda
.boshqarishni bilsalar, ko'plab buyuk ishlarga erishadilar

Qalb tabiiy donolik, tabiiy hayotiylik, yaxshilikka
muhabbat va ezgu niyat bilan to'lganida, xuddi asalari
gullarni qidirganidek, muvaffaqiyat, farovonlik, bilim va
hayotning boshqa barcha ne'matlari Xudoning marhamati
.bilan sizni qidiradi

* * *

Bu yer yuzida Xudo odamlar qalbiga birodarlik
tuyg'ularini singdirish va bir-birlarining qalbida boshqalarga
hurmat va minnatdorchilikni rivojlantirish orqali baxtli
hayotning umumbashariy san'atini yaratish va rivojlantirish
.ustida ishlaydi

Shuning uchun U – Unga shon-sharaflar bo'lsin – hech bir
millatning o'z-o'zidan mukammal bo'lishiga yo'l qo'ymadi,
aksincha, U har bir xalqning shaxslariga o'ziga xos qobiliyat
va iste'dodlarni ato etdi va ularni noyob daho bilan ajratib
turdi, toki ular jahon tsivilizatsiyasi taraqqiyotiga ulkan hissa
.qo'sha olishsin

Yer yuzida tinchlik xalqlar o'rtasida har birining eng
yaxshi fazilatlari va afzalliklarini konstruktiv ravishda
.almashish orqali gullab-yashnaydi va o'z mevasini beradi
Boshqa xalqlarning kamchiliklarini e'tiborsiz qoldirsak
ham, ularning fazilatlarini aniq ko'rishimiz va ularga taqlid
qilishimiz kerak. Shuni ta'kidlash kerakki, bu ideallar tarix
davomida payg'ambarlar, havoriylar va avliyolarda
mujassam bo'lgan, ular eng oliy muqaddas ta'limotlarning
.tirik namunalari bo'lgan va shunday bo'lib qolmoqda
O'zlik" ta'rifi"

Xudodan chiqadigan ong va energiyadan kelib
chiqadigan hislar bizga dunyoni ko'rsatadi va ruhni o'z
manbasidan va boshqa yaratilishlardan alohida mavjudot
.sifatida tasvirlaydi

Jismoniy qafas ruhni qamab qo'ygan, bu esa
umuminsoniy ruhning aksidir va uni unutish yengib chiqqan,
shuning uchun u endi o'zining ilohiy mohiyatini eslamaydi,
balki jismoniy qafasini o'zining asl o'zi deb biladi. Shuning

uchun u tananing barcha iflosliklari va cheklovlarini o'ziga
.oladi va unga bog'laydi
Bunday holda, ruh "ego" deb ataladi, ammo bu ego yoki
bu kichik, cheklangan "men" tanaga aloqasi vaqtinchalik
ekanligini va o'lmas, o'lmas mohiyatga ega ekanligini
anglaganida, uni ruh deb atash mumkin. Va uning o'zining
asl mohiyati haqidagi xabardorligi qanchalik ko'p o'rnatilsa
va ongi qanchalik ko'tarilib, kengaysa, u kosmik ong bilan
chambarchas bog'liqligini va butun insoniyat uning global
.oilasi ekanligini shunchalik ko'p his qiladi

* * *

Keling, yo'qolmaydigan sovg'alarni qo'yaylik
Bu parchalanishdan ta'sirlanmaydi
Yaxshi niyatlardan
altruistik xizmatlar
Shartsiz sevgi
Insoniyat daraxti ostida
Uzun shoxlari bilan
va ko'plab shoxlar
Irqlarni ifodalovchi
Inson millatlari
Ularning xilma-xilligi va farqlariga qaramay
Xudo qilgan yaxshi ishlaringizni qabul qilsin
Yaxshi niyatlar bilan boshqariladi
Ikkinchi uyg'onish
Sen bilan men o'zimni boshqa dunyoda ikkinchi
uyg'onishda his qilyapman Vaqti-vaqti bilan men bu yerni va
unda tanam borligini orzu qilaman, lekin men uzluksiz
baxtda uyg'oqman va bu yerdagi hayot haqidagi kunduzgi
tushim atirgul barglari kabi sochilgan xotiralar hidi bilan
.xushbo'ylanadi
Men o'zimni hayot manzarasida sirpanib, orzular bilan
bezatilgan va turli xil manzarali tajribalardan olingan ko'plab
sahnalar bilan bezatilgan holda, yer yuzidagi orzularimning

titroq xotiralarini osmonning abadiy uyg'onishiga olib
.borayotganimni ko'rmoqdaman

Men hayotim bog'idan dahshatli tushlar tikanlarini
sug'urib tashladim va unga ilhom atirgullarini ekdim, u yerda
mening kosmik sevgilim mening taklifimni qabul qiladi,
sog'inch mushki bilan xushbo'ylanadi va meni o'zi bilan birga
yangilangan quvonchlar va cheksiz ne'matlarga to'la
.samoviy uyga olib boradi

* * *

Xudoning sevgisi samoviy va muloyimdir va U, albatta,
Unga chuqur sog'inch va samimiy intilishlarini izhor etgan
.har bir kishiga javob beradi

Odamlar noto'g'ri tarzda Xudoning kuchi bilan emas,
balki oziq-ovqat bilan yashayotganiga ishonishadi. Ko'pchilik
Unga shamoldagi pat kabi o'tkinchi fikrlar bilan murojaat
qilishadi, U ibodatlariga javob bermayapti deb noto'g'ri
ishonishadi. Shunga qaramay, U Unga ishonganlarga, hatto
o'zlari ham sezmasdan yordam beradi. Shunga qaramay,
ko'pchilik Undan bexabar bo'lib, U ulardan uzoqda deb
o'ylashadi. Qat'iyat hech qachon susamasa, qat'iyat hech
qachon zaiflashmasa va samimiy iltijo jimgina va ishonch
bilan davom etsa va ilohiy yordam samimiylik va umid bilan
so'ralsa, hatto zaiflik, xavotir, nosog'lom odatlar yoki
chalkash fikrlar to'siqlariga duch kelsa ham, yordam keladi
.va u bilan birga yengillik ham keladi

Xudo qalb tubidan chiqadigan har bir samimiy iltijoga
chuqur va jimgina javob beradi

Insonning asl qiymati

Iroda va puxta rejalashtirish qilmoqchi bo'lgan ishingiz
uchun juda muhimdir. Agar siz qat'iyatli bo'lib, yonayotgan
o'q yoki mash'ala kabi yo'lingizda davom etsangiz,
.yo'lingizdagi barcha to'siqlar yonib, kulga aylanadi

Bajara olmayman deb o'ylagan vazifangizni tanlang va
keyin uni bajarish uchun qo'lingizdan kelganicha harakat
qiling. Muvaffaqiyatga erishganingizda, kattaroq va

muhimroq narsaga o'ting. Irodangizni shu tarzda mashq qilishni davom eting, shunda natijasini o'zingiz ko'rasiz. Agar qiyinchilik juda katta bo'lsa, uni yengish uchun kuch berishini .so'rab, Xudoga chin dildan va imon bilan ibodat qiling Agar muvaffaqiyatsizlikni bartaraf etishni istasangiz, iroda kuchidan foydalanishingiz kerak va qat'iyat kuchli bo'ron - yaxshilik bo'roni kabi kuchli bo'lishi kerak, uning yo'lida hech qanday to'siq yo'q va faqat yomonlikni yo'q .qiladi

Inson kimligi yoki ijtimoiy mavqei qanday bo'lishi muhim emas. Ularning asl qiymati ulardagi yaxshi irodaga va bu irodadan qanday qilib yaxshi ishlar qilish va muhtojlarga .yordam berish uchun foydalanishlariga bog'liq Iroda kuchi sizning ichingizda va agar siz undan to'g'ri .foydalansangiz, har qanday narsaga erisha olasiz Insonni istakdan istakka olib boradigan iroda, nihoyat, uni eng katta istakni - o'zini va Xudoni bilishni amalga oshirishda muvaffaqiyatga erishish uchun bor kuchini .sarflashga majbur qiladi

Iroda kuchi insonda odatiy, asta-sekin o'sadi, ammo uning o'sishini sog'lom fikrlash va to'g'ri harakat bilan .tezlashtirish mumkin

Temir iroda bilan g'oyani ushlab turish, o'zgarmas qat'iyat va zaiflik yoki tushkunlikni bilmaydigan qat'iyat .tufayli ertami-kechmi o'sha g'oyaga erishish demakdir Inson irodasi johillik bilan boshqariladi va yo'naltiriladi, ko'pincha xato va baxtsizlikka olib keladi. Ammo iroda donolik va solih amallar bilan boshqarilsa va ilohiy iroda bilan .uyg'unlashsa, u insoniyat manfaati va baxtiga xizmat qiladi Irodani ilohiy iroda bilan uyg'unlashtirish uchun uni tarbiyalash juda muhimdir. Iroda doimiy ravishda ma'lum bir maqsad atrofida aylanib yurganda, u dinamik va samarali irodaga aylanadi. Bu payg'ambarlar, buyuk shaxslar va bu .dunyoda ulkan yutuqlarga erishganlarning irodasi

Biror harakatni boshlashdan oldin, nima qilmoqchi ekanligingiz haqida yaxshilab o'ylang. O'zingiz va boshqalar uchun foydali narsalarga erishish uchun irodangizdan foydalanishingizga ishonch hosil qiling. Agar irodangizni noto'g'ri ishlatsangiz, natijalar sizga albatta zararli bo'ladi. Salbiy bo'lmang; Xudo sizga undan foydalanish va hayot jangida g'alaba qozonish irodasini bergan. Unutmangki, sizning irodangiz orqasida Xudoning irodasi yotadi. Iroda kuchi tanada fiziologik o'zgarishlarni keltirib chiqarishi mumkin. Agar sizda yetarli iroda kuchi bo'lsa, chuqur singib ketgan odatdan xalos bo'lish uchun vaqt kerak emas.

Ustoz Budda ma'naviy ma'rifat izlaganida, u banyan daraxti (hind anjiri) ostida o'tirib, quyidagi ma'noni anglatardi:

Mana men banyan daraxti ostida o'tiraman
Va men bu qasamni rostgo'ylik bilan takrorlayman
Agar men mavjudlik sirini tushunmasam
Va men tadqiqotlarimdan qimmatbaho xazinani olaman
Nima bo'lganda ham o'z lavozimimni tark etmayman
Suyaklarim va tanam erib ketsa ham
!Men abadiy o'tirib qolaman
Nihoyat, ma'rifatli Gautama Budda o'zining ilohiy iltimosini bajardi

U xohlagan narsasiga erishdi
Darhaqiqat, bunday vasiyatnoma - bu vasiyatnoma
Umumjahon irodasi bilan birlashgan
Sizning ichingizda tanangizni cheksiz qo'llab-quvvatlaydigan kosmik energiya oqimi yotadi. Biroq, tanada biror narsa sodir bo'lganda, siz bu energiyani unutasiz. Irodangizni noto'g'ri maqsadlar uchun ishlatish bu kosmik energiya bilan aloqangizni yo'qotishni anglatadi. Iroda kuchini o'rgatish bu ulkan hayot kuchi bilan bog'lanishni anglatadi.

Iroda kuchi tirik qolishi va hayotda xayrli ishlarda,
foydali va olijanob yutuqlarda faol bo'lishi kerak

* * *

Odatlar - bu zarur vazifalarni oson va oson bajarishga
yordam beradigan avtomatik psixologik vositalar va
.mexanizmlardir

Ko'pchilik zaiflik va muvaffaqiyatsizlik odatlarining ularni
qul qilishiga yo'l qo'yadi va agar inson boshqacha yashasa,
o'zini himoya qila oladi, agar u zararli odatlarga qarshi
kurashishga jiddiy yondashsa, xavfsizlik va g'alaba
.qirg'oqlariga yetib borguncha

Cheklanmagan istaklar nosog'lom odatlarni yolg'on
umidlar va o'tkinchi baxt va qoniqish va'dalari bilan
kuchaytirib va oqlab, ularni rag'batlantiradi. Zaiflik va
chalkashlik paytlarida, bu cheklanmagan odatlarni yengishni
istaganlar ularning asl mohiyatini tushunish va ular bilan
samarali kurashishni o'rganish uchun o'zlarining aql-
.idroklarini ishga solishlari kerak

Yomon odatlar dahshatli oqibatlariga va achchiq, zaharli
mevalarga olib keladi. Agar nazorat qilinmasa, bu zararli
odatlar kuchayib boradi, odamni kuchli changalida va yengib
bo'lmas ta'sirida ushlab turadi. Ammo ong bu odatlarning
befoyda va zararli ekanligini anglab yetgandan so'ng,
ularning ta'siri kamayadi va oxir-oqibat ular inson hayotidan
.yo'q bo'lib ketadi

* * *

Muqaddas Yozuvlar Xudo aql va aqlning idrokidan ustun
ekanligini tasdiqlaydi. Chunki ularning kuchiga qaramay,
ularning imkoniyatlari Uni tushunish yoki qamrab olish uchun
yetarli emas. Shuning uchun inson ongi Xudoning haqiqiy
tushunchasini shakllantirishga qodir emas, shuningdek,
.boshlanishi va oxiri bo'lmagan narsani tushuna olmaydi
Quyoshga kosmosda millionlab mil uzoqlikdan
qarasangiz, bu ulkan yulduz bizning Yerimizdan ancha
kichikroq ko'rinadi. Shunga qaramay, Yerning diametri

taxminan 7900 milni, Quyoshning diametri esa yuz baravar katta. Agar siz sayyoramiz Yerni to'g'ridan-to'g'ri Quyoshning oldiga qo'ysangiz, u nisbatan kichik ko'rinadi. Agar biz Quyoshning ulkan maydonining ulkan massasi butun moviy osmonni qamrab olguncha kengayishini tasavvur qilsak, biz ko'rib turgan osmon koinotni qamrab olgan cheksiz fazoning kichik bir zarrachasi, shunchaki bir zarrachasidir. Agar Quyosh cheksiz kengayishda davom etsa ham, u baribir .cheksizlikni qamrab ololmaydi

Kichiklik va cheksizlik haqidagi kosmik illyuziya ongning koinotning kengligini anglashini cheklaydi va to'xtatadi. Bu mutlaq bo'shliq qaerdan paydo bo'ldi va uning chegaralari ?qayerda

O'lchovlar yoki o'lchovlarga bo'ysunmaydigan, chegarasi yoki kelib chiqishi bo'lmagan Zot - bu hamma joyda mavjud bo'lgan va kosmosning eng chekka joylarida mavjud bo'lgan Xudodir. U uzoq, olis yulduzlardadir va U egallagan har bir .makondan, kichikmi yoki kattami, ongli ravishda xabardor Xudo aql emas, chunki U aqlning yaratuvchisi va uning kuchlaridan ustundir; aks holda biz Uni aql orqali anglashimiz mumkin edi. Biroq, biz Uni aniq va aniq ilohiy ong, ilohiy saodat yoki ilohiy mavjudlik deb atashimiz mumkin; lekin aql .emas

Garchi ong butun mavjudlikni anglay olmasa-da, u baribir Xudoning borligini his qila oladi. Uning borligini his .qilish va uni o'lchash ikki xil tajribadir

To'lqin o'z atrofini o'lchay olmaydi, lekin ular orasida aloqa nuqtasi mavjud. Xuddi shunday, bu nuqta yuqori ongdir. Bu ong Xudoni his qilishi, ya'ni Uning borligini his qilishi mumkin. Oddiy aql doirasini yuqori ong bilan chambarchas bog'languncha kengaytirganimizda, biz ilohiy .borlikni his qilishimiz mumkin

Biz cheksiz mutlaqdan cheklangan va chekliga tushdik.

Yoga - bu ongni tashqi narsalardan uzoqlashtirish va uni haqiqatning ichki manbaiga qaratishdir. Faqat shu yo'l bilan

biz Xudoning universal ongni O'z yaratganlarining va ularda yashaydigan olamlarning chekli tasvirlariga siqish uchun .qo'llagan usulini kashf eta olamiz

Inson tanasi Xudo yaratgan eng murakkab va murakkab narsadir. Sperma va tuxumning birlashishi natijasida hosil bo'lgan bitta ibtidoiy hujayra bo'linadi va bu bo'linish jarayonining ko'payishi orqali uning atrofida milliardlab hujayralar qurilib, bizning ma'naviy ongimizni o'z ichiga .olgan jismoniy tuzilmani yaratadi

Hatto bir gramm go'shtda ham qancha energiya saqlanishini bilolmaysiz. Agar bu energiya ajralib chiqsa, son-sanoqsiz elektronlar cheksiz fazoga tarqalar edi. Tana ichida joylashgan ong kuchi va maydoni inson tushunchasidan ustundir. Bizning ko'rinadigan tuzilishimiz go'sht, qondan va suyakdan iborat bo'lsa-da, uning zich hujayralari ortida elektron va hayotiy oqimlar yotadi. Va bu nozik, murakkab .energiyalar ortida fikrlar va idroklar yotadi

Fikr cheksiz va cheksizdir. Zamonlar boshidanoq tasavvurdan tashqaridagi g'oyalar havoda aylanib yurgan.

Son-sanoqsiz fikrlarni sanab bo'lmaydi, lekin agar siz hayotingiz davomida ongingizdan o'tgan va ifodalangan fikrlar va his-tuyg'ular sonini hisobga olsangiz, mavjud .bo'lgan millionlab g'oyalar haqida tasavvurga ega bo'lasiz

Iloji bo'lsa, bir yil ichida yoki hatto bir kunda xayolingizga kelgan barcha fikrlarni eslashga harakat qiling va keyin butun insoniyat tarix davomida, to hozirgi kungacha to'plagan juda ko'p fikrlarni ko'rib chiqing. Xudo ularning .barchasini biladi

Aql hatto eng nozik tabiiy hodisalarni ham tushuna olmaydi. Lampochkalardan oqib o'tadigan elektr tokida aylanayotgan elektronlarning sonini tasavvur qiling! Ularning trillionlab qismi birgalikda raqsga tushib, biz ko'rib turgan yorug'likni yaratadi. Bu zarralar, hatto mikroskopga ham ko'rinmas, koinotdagi bir nuqtadan ikkinchisiga bir necha .soniya ichida uchib o'tadi. Ilmiy tajribalar buni tasdiqlaydi

Agar siz Yer sayyoramizga joylashtirilgan proton va
elektronlar sonini sanashga harakat qilsangiz, ong
hisoblashni qisqa vaqt davom ettiradi va keyin to'xtaydi.

Tadqiqotchining ongiga cheksiz ko'rinadigan narsalar
Lekin shunday bir nuqta keladiki, g'oyalarni tushunish

juda nozik bo'lib qoladi. Aql yetib bo'lmaydigan darajadan

Xudo O'zining asosiy nurini yog'diradi: cheklangan
yaratilishni quradigan va qo'llab-quvvatlaydigan aqlli kosmik
.tebranish

do'stlik

?Do'stlik qalb iplaridan to'qilgan muborak libosmi

Yoki bu ikki ongning bitta ulkan, keng ongga

?birlashishimi

Ona va qiz, bitta manbadan oqib chiqayotgan ikki sevgi

bulog'i

Sevgi oqimini kuchaytirish va chanqog'ini qondirish

?uchunmi

Yoki bu do'stona tushunish bog'ida o'sayotgan ikki shox

?orasidagi yolg'iz atirgulmi

?Yoki bu ikki tanada bitta fikrmi

?Do'stlikni ikkita otga o'xshatish mumkinmi

Ranglari turlicha bo'lishiga qaramay, ular hayot

aravasini birlashtiradilar

?Yagona tasavvurga ega bo'lgan yuksak maqsad sari

?Do'stlik tengsizlikka yoki tenglikka asoslanganmi

Uning devorlari qarama-qarshi va farqlovchi toshlardan

?qurilganmi

?U yaxshilik va yomonlik bilan ko'r-ko'rona rozi bo'ladimi

Va beparvolik va ahmoqlik yo'llarida g'ayrat va quvonch

bilan yurish

Umidsizlik tubsizligi va illyuziyalarni yo'q qilish

?tomonmi

!Do'stlik - bu olijanob, serhosil va muqaddas o'simlik

Ikki kishi abadiy sadoqat qasamyod qilganda

Ular fikrlari turlicha bo'lishiga qaramay, hayot yo'llaridan
yurishadi
Ular kelishmovchilik va kelishuvga erishganda, bu mehr
va hurmat bilan bo'ladi
Ular bir-birlarini qo'llab-quvvatlaydilar va bir-birlariga
yaxshilik tilaydilar, xuddi o'zlari uchun xohlagandek
U o'zining muvaffaqiyatidan xursand bo'lgani kabi
do'stining muvaffaqiyatidan ham xursand bo'ladi
Sevgilisi sevgilisi hisobidan zavq yoki tasalli izlamagan
joyda
Keyin o'sha altruizm bog'ida
Do'stlik gullab-yashnaydi va sevgi va sadoqat hidiga
to'ladi
Chunki do'stlik ikki qalbdan tug'ilgan gibrid o'simlikdir
Uning xushbo'y hidi ikki xil atirguldan taraladi
Va cheksiz sevgi shabadalarida davom etdi
Qiyinchiliklardan qo'rqmaydigan va benuqson bo'lmagan
kishi
Do'stlik tushunarsiz sevgi qalbidan tug'iladi
Va sof his-tuyg'ular boyligi oqib chiqadi
U uyg'unlik va kelishmovchilik tuprog'ida o'sadi
Lekin u uxlab qoladi va vaqtini haddan tashqari tanishlik
.va o'zaro hurmatsizlik bilan o'tkazadi
U xudbin istaklarning zich uyumlari ostida bo'g'ilib,
so'nggi nafasini oladi
Lekin uning mehrli qalbini faqat umidlar va talablar
.yengib chiqishi mumkin
Aldash va aldash
Ha, bu zararkunandalar do'stlik o'simligi ustida
.ishlamoqda va uning pushti yuragini kemirmoqda
Ey do'stlik, ey gullab-yashnayotgan, shudringli osmon
o'simligi, sizning ideal muhitingiz - bu barcha maqsad va
istaklardan xoli bo'lgan sevgiga boy tuproq, bu yerda do'stlar
bir-birlarini qurishga, qo'llab-quvvatlashga va yo'l bo'ylab bir-
.birlari uchun yo'l ochishga intiladilar

Ey do'stlik, chanqog'ingni hech narsa qondira olmaydi
His-tuyg'ularni e'tiborsiz qoldirish va ularga ega
bo'lganlarni hurmat qilish
Hech narsa barglaringizni tiniq, kaskadli shirinlik spreyi
.kabi namlamaydi
Samimiy, mehribon qalblar osmonidan
Oh, haqiqiy do'stlik
Atirgul barglaringiz qayerga sochilsa ham
Bu joy muqaddasdir
Bu muborak ma'badga aylanadi
Uni Xudoga va hayotning muqaddasligiga ishongan har
bir kishi ziyorat qiladi

* * *

Men azob-uqubat zulmatini yo'qotadigan tabassumlarni
yoritib beraman va to'plangan asrlarning qalin zulmati ortida
.yashiringan tabassumlarim nurida jonimni ko'raman
O'zimni topganimda, qalbimning tabassum mash'alasini
ko'tarib, barcha qalblarga oqib kiranman
Avval yuragim tabassum qiladi, keyin ko'zlarim va
yuzim. Borlig'imning har bir zarrasi tabassum nuri bilan
.porlaydi
Men g'amgin qalblarning tubiga kirib boraman va barcha
.qayg'ularni yutib yuboradigan kuchli olovni yoqaman
Men tabassumlarning qarshilik ko'rsatib bo'lmaydigan
alangasiman. Men o'zimni ilohiy quvonch shabadasi bilan
tetiklashtiraman va ong zulmatida yonaman. Men bilan
uchrashganlarning barchasi mening muqaddas zavqimning
.bir parchasini oladilar
Men tabassumlarimning shifobaxsh mash'alalarini har
bir qalbgaga olib boraman, hatto qiyin bo'lsa ham, birinchi
bo'lib tabassum qilaman va baxtsiz va yig'layotganlarni
.tabassum qilishga ilhomlantiraman
Barcha qalblarning quvonchida, Sening saodating aks-
sadosini eshitaman, ey Xudo. Barcha sodiqlarning do'stligida
Sening sevgingni topaman. Men birodarlarim va opa-

singillarimning muvaffaqiyati va farovonligidan quvonaman
va qalbim quvonadi, xuddi men o'zimning xotirjamligim va
farovonligimdan quvonganim va xursand bo'lganim kabi.
Boshqalarga donolik va tushunchani ilhomlantirar ekanman,
o'z donoligim va bilimim xazinalarini ko'paytiramani.

.Barchaning baxtida men o'z baxtimni topaman
Hech narsa tabassumlarimni o'chira olmaydi.
Muvaffaqiyatsizlik, kasallik va o'lim meni qo'rqit olmaydi yoki
.kayfiyatimni pasaytira olmaydi

Darhaqiqat, falokatlar va ofatlar menga zarar yetkaza
olmaydi, chunki mening qalbimda o'zgarmas va yengib
.bo'lmaydigan Xudoning abadiy, yangilangan quvonchi bor
Ey muqaddas, jimgina ilohiy tabassum, yuzimni tojga
aylantir va qalbim orqali tabassum qil
Men quvonch milliarderi bo'lishga harakat qilaman,
chunki mening haqiqiy boyligim sizning muborak huzuringiz
xazinasida, Rabbim va shu tariqa men bir vaqtning o'zida
ma'naviy muvaffaqiyat va moddiy farovonlikka bo'lgan
.ehtiyojimni qondiramani

* * *

Yuragimdan tinchlik oqadi
U mayin shabada kabi mendan o'tib ketadi
Tinchlik meni xushbo'y atir kabi o'rab oladi
Tinchlik yorug'lik to'lqinlari kabi men orqali oqadi
Tinchlik xavotir va xavotir qalbini davolaydi va qo'rquv
.va uyqusizlik tikanlarini kuydiradi
Tinchlik keng miqyosda kengayadi - olovli massa kabi -
va butun borlig'imni to'ldiradi
Tinchlik okeanga o'xshaydi, u makon va atmosferani
to'ldiradi
Tinchlik qip-qizil qonga o'xshaydi; u mening fikrlarim
tomirlariga jon bag'ishlaydi
Tinchlik, xuddi keng tarqalgan alacakaranlik kabi,
cheksizligimning tanasini o'rab oladi

Tinchlik alangasi tanamning teshiklaridan va butun
koinotdan taraladi
Tinchlik hidi atirgul bog'lariga singib ketadi
Tinchlik sharobi doimo har bir qalbning bosimidan
tomchilab turadi
Tinchlik - bu toshlar va oylar, avliyolar va
.payg'ambarlarning hayotidir
Tinchlik - bu qalbning buloq suvi
Sukunat idishidan chiqadigan suyuqlik
Men atomlarimning son-sanoqsiz teshiklarini elakdan
o'tkazaman

* * *

Yorqin huzuring bilan tafakkur zulmatini
yoritmagunimcha, iliq qalb bilan ibodat qilaman, ey Rabbim.
Bugun men qalbimning qo'shig'ini chuqur, chin dildan diqqat
bilan havoga uzataman, umid qilamanki, Sen mening
.xotirjamligimni qabul qiluvchi orqali javob berasan
Ey doimo mavjud bo'lgan, doimo yangilanib turuvchi
!ne'mat
Befarqlik va unutuluvchanlik yuklaridan ongimni ozod qil
Sizning huzuringizning abadiy nektaridan bahramand
bo'lishimga ijozat bering
Ichki va tashqi xotirjamligim kengayib borar ekan,
sizning xotirjamligingiz menga keladi
Men har doim sizning efirdagi qadamlaringizning aks-
sadosini tinglashga harakat qilaman
Agar seni eng chuqur tafakkurning eng chuqur quvonchi
sifatida qabul qilsam edi
Shunda men hamma narsani bilaman
Menga farovonlik, sog'liq va donolik beriladi
Sizni topishga yordam bering
Jonim suvlarining tubida, senga chanqoqman
sevgi
Sevgi - bu gullaydigan zambaklarning xushbo'y hidi
Va jim atirgullar xori

Tabiat go'zalligini ulug'lash
Sevgi - bu qalbning hayot uchun kuylaydigan qo'shig'i
Va sayyoralarning muvozanatli ritmik raqsi
Chuqur kosmosga abadiy sayohatida
Quyosh nurini ichish gullarning chanqog'idir
Va u gullab-yashnaydi va hayot iksiri bilan oziqlanadi
Bu yerning sog'inchidir
Chanqagan ildizlarni suti bilan oziqlantirish uchun
Va hayotning barcha turlarini hayotning mohiyati bilan
tarbiyalash
Bu quyoshning qudratli irodasi
Barcha tirik mavjudotlarni tirik va faol saqlash uchun
Bu hayotning harakatlantiruvchi kuchi
Voyaga yetmaganlarni himoya qilish va ularga
g'amxo'rlik qilish uchun
Ota mehrini uyg'otadigan narsa begunohlik tabassumidir
chaqaloq ustida
Va sevuvchilar qalbida avtomatik itoatkorlik
Xizmat ko'rsatish va ta'ziya bildirish uchun bepul
Bu do'stlikning zarbasi
Singan qalblarni davolaydigan va yaralarni davolaydigan
zot
Bu ta'rifga zid bo'lgan qalbgacha chaqiriqdir
U insoniyatga muhabbat bilan to'la shoir
Uning azobidan azob chekayotgan kishi
Bu bir oila a'zolari o'rtasidagi yaqinlik doirasi
Doimiy ravishda kengroq maydonlarga qarab kengayib
va kengayib bormoqda
Va kengroq maydonlar
Bu hayotning shiviridir
Ochiq ong ufqlarida
Va qalblar osmoni olijanob tuyg'ular yulduzlari bilan
to'ldirilgan
Sevgi - bu qalbning baxtidir
Sevuvchi qalblar intiladigan narsa

Va u unga murojaat qilishni va u bilan muloqot qilishni
juda xohlaydi

Arxivdan: Muvaffaqiyat va muvaffaqiyatli odamlar
haqida iqtiboslar

Bola muvaffaqiyatni ko'plab o'yinchoqlar va
qo'g'irchoqlarga, hatto minish uchun kichik mashinaga ega
bo'lish deb bilishi mumkin. Kambag'al bola muvaffaqiyatni
xohlagan narsasini sotib olish uchun pulga ega bo'lish deb
bilishi mumkin, boy bola esa o'yinchoqlaridan norozi bo'lib,
qanoatlanmasligi mumkin. Bunday bola, egalik qiladigan
narsalarining ko'pligidan hayratda qolib, uni rozi qilish qiyin
.bo'lib qolishi mumkin

Yoshimiz ulg'aygan sari biz bolalikdagi istaklarimiz
ustidan kulamiz. Hatto kattalar bugun intilayotgan ko'p
narsalar ertaga yoki undan keyin o'z jozibasini yo'qotadi,
.ularning o'rnini yangi istaklar egallaydi
Insonga nima zarur va nima keraksiz ekanligi o'rtasidagi
.farqni tushunish tavsiya etiladi

Muvaffaqiyat inson uchun hayot uchun zarur bo'lgan
narsalarga ega bo'lish uchun juda muhimdir: oziq-ovqat,
boshpana, sog'liq va kiyim-kechak. Agar ularda bu
narsalarning ozgina qismi bo'lmasa ham, ular achinarli
.ahvolda

Inson minimal darajadagi qulaylik va baxtga erisha olishi
kerak. Inson ma'naviy yoki moddiy tabiatga ega bo'lishidan
qat'i nazar, jismoniy salomatlik va farovonlikni saqlash uchun
qondirilishi kerak bo'lgan ma'lum asosiy ehtiyojlar borligiga
hech qanday e'tiroz yo'q. Sog'lom va sog'lom bo'lmasdan
(hech bo'lmaganda psixologik jihatdan) muvaffaqiyatga
.erishib bo'lmaydi

Lekin chinakam muvaffaqiyat nima? Agar inson hayotda
xohlagan hamma narsasiga erisha olsa ham, u baribir o'zini
bo'sh his qiladi, chunki u ruhdur va moddiy narsalar unga
.baxt keltira olmaydi, bu birinchi navbatda psixologik holat

Biz o'zimizni baxtsiz qilish qudratiga ega bo'lganimiz kabi, o'zimizni baxtli qilish qudratiga egamiz. Muvaffaqiyat va baxtning siri sizning ichingizda. Siz o'zingizning kamtarona uyingizda ulug'vor saroyidagi shohdan ko'ra baxtliroq bo'lishingiz mumkin. O'zidan tashqarida muvaffaqiyat va farovonlikni topadiganlar na chinakam muvaffaqiyatli, na baxtli. Bu millionerlar baxtsiz degani emas; aksincha, agar siz hayotdan baxtni chiqarib olsangiz, kambag'al bo'lsangiz ham, boy bo'lsangiz ham, har qanday .o'lchovda muvaffaqiyatga erishasiz degan ma'noni anglatadi. Faqat pushaymonlik va pushaymonlikni qoldiradigan o'tkinchi zavq haqiqiy baxt emas. Haqiqiy muvaffaqiyatda unga erishish xotirasi, hatto dastlabki muvaffaqiyat quvonchi so'nganidan keyin ham tirik qoladi. Inson hayotida qilgan va davom ettirayotgan barcha yaxshi narsalar uning xotirasida abadiy quvonch sifatida yashaydi. Bu inson hayotda erishgan .haqiqiy muvaffaqiyatdir.

Muvaffaqiyat oddiy narsa emas; uni insonning boyligi yoki mol-mulki bilan o'lchab bo'lmaydi. Muvaffaqiyatning ma'nosi bundan ancha chuqurroq. Haqiqiy muvaffaqiyat insonning har qanday sharoitda baxtli bo'lish qobiliyati bilan .o'lchanishi mumkin.

Vijdoningiz toza va xotirjam bo'lganda, hech kimga nisbatan tarfkashlik qilmasangiz yoki hech kimga adolatsiz bo'lmasangiz, irodangiz qat'iy va moslashuvchan bo'lsa, nozik tuyg'u va to'g'ri idrokka ega bo'lsangiz va kerakli narsani sharaflil va qonuniy yo'llar bilan qo'lga kirita olsangiz, .unda siz muvaffaqiyatli odamlar qatorida bo'lasiz. Bola ko'pincha bir nechta mayda narsalardan qoniqadi, lekin ulg'ayganida u ko'p narsalarga, masalan, villalar va mashinalarga ega bo'lishni xohlaydi, garchi u bu narsalarning egalari har doim ham baxtli bo'lmasligini bilsa .ham

Qanoat oddiy hayotda va yuksak fikrlarda yotadi. Ongini ideallar olamida — ezgu g'oyalar olamida saqlaydiganlar,

fikrlarini faqat moddiy narsalar bilan cheklaydiganlarga qaraganda ko'proq baxtga erishadilar. Moddiy narsalar bilan band bo'lganlar, boshqa hech narsa bilan band bo'lmaganlar, (isrofgarchilik va maqtanish uchun) hashamat .to'plashga berilib ketganlar chinakam pok emaslar Inson uchun vaqtni samarasiz ishlarga sarflashdan ko'ra foydali kitoblar va maqolalarni o'qish ancha foydalidir. O'qishdan ham buyukroq narsa Xudo haqida mulohaza yuritish, Uning buyukligi haqida mulohaza yuritish va .hayotning cheksiz va cheksiz sirlarini tushunishga intilishdir Hayotning maqsadi inson o'zini bilishi, kosmik muhitning yuragida pulsatsiyalanishini, tomirlarida oqayotganini va borlig'ini tinchlik, sevgi, quvonch va xotirjamlik bilan !to'ldirishini his qilishidir va bu eng katta g'alabadir

Go'zallik

Ko'zi ojiz odamlar hamma joyda go'zallikni qadrlashadi; Boshqalar esa ko'zlari yo'qdek harakat qilishadi; ular hech narsani ko'rmaydilar va sezmaydilar, chunki ular hatto go'zal .joylarda ham hech narsani sezmaydilar Eng go'zal yer ranglari sayyoraviy yoki efir dunyosining .ajoyib ranglari bilan solishtirganda xunuk va zich ko'rinadi Jismoniy darajada, odamlar vizual idrokni yaxshilashning turli usullarini kashf etdilar. Yalang'och ko'z cheklangan rang taassurotlarini oladi; ammo, ba'zi och jigarrang jinslar ultrabinafsha nurlar ostida kamalak ranglarini namoyon qiladi. Bu yorug'lik to'silganda, jinslar asl to'q rangiga .qaytadi

Jismoniy dunyodagi ko'plab ranglar, masalan, osmonning ko'k rangi, yorug'likning turli xil zarrachalarga aks etishi natijasida hosil bo'lgan optik illyuziyalardir. Ko'z koinotdagi hamma narsani tashkil etuvchi cheklangan tebranishlarni idrok eta olganligi sababli, odamlar o'zlarini o'rab turgan barcha narsalarda yashiringan nozik, efir spektrlarini ko'ra olmaydi. Agar siz ularni ko'rsangiz, ularning .ulug'vorligi va go'zalligiga qoyil qolasiz

Shunday qilib, na ko'z, na quloq idrok etilishi mumkin
bo'lgan barcha narsani idrok eta olmaydi. Odamlar efirning
xushbo'y hidlarini nafas olishga yoki efirning cheksizligida
to'lqinlanayotgan son-sanoqsiz nozik shakllar, tasvirlar va
.nozik taassurotlarga guvoh bo'lishga qodir emaslar
Odamlar ko'pincha hatto hissiy idrok sohasiga kiradigan
.narsalarni ham idrok eta olmaydilar
Meksikaga tashrif buyurib, Zuquemilco ko'lining
"suzuvchi bog'lari"ni ko'rganimda, ularning go'zalligi
qalbimni to'ldirdi va men ilohiy rassomning ulug'vorligi va
.buyukligini his qildim
Yana bir kishi o'sha tabiiy go'zalliklarga berilib
ketganday tuyuldi, lekin ichki tuyg'u menga u men
ko'rayotgan narsani ko'rmayotganini anglatardi. Men undan
o'sha yoqimli manzaralar haqidagi taassurotlari haqida
so'radim va u shunday javob berdi: "Men ko'proq yerni
o'stirish uchun suvni to'kib tashlashning samarali usuli
. "haqida o'ylayotgan edim
U ko'lga o'z nuqtai nazaridan qaragan edi. Shunday
qilib, biz hammamiz narsalarga o'z g'oyalarimiz va
.tarafkashliklarimizga ko'ra qaraymiz
Har bir ruh turli xil tebranishlar yoki sezgilar, fikrlar va
his-tuyg'ular tebranishlari bilan o'ralgan bo'lib, bularning
barchasi insonning shaxsiyati yoki ongini shakllantirishga
.yordam beradigan omillardir
Har bir insonning tuzilishi, tebranishi har xil. Inson
bolaligidan beri qilgan barcha ishlari hali ham miyada
moyillik va moyilliklarning siqilgan kapsulalari sifatida
saqlanadi. Va biz bu ko'rinmas kapsulalarni ko'ra
olmasligimiz sababli, odamlarning har biri o'z xohish-
.irodasiga ko'ra harakatlaridan hayratda qolamiz
Ba'zi odamlar hech qanday sababsiz quvonchga
osongina berilib ketishadi yoki kayfiyatlari hatto o'zlari
tomonidan ham tushuntirishga qiynaladigan darajada
yomonlashadi. Boshqalar esa doimo tanqid qilish, mish-

mishlar tarqatish va boshqalarni fosh qilish bilan band bo'lishadi, o'zlarining ichki dunyosi esa e'tibor va tozalashga .juda muhtoj

Bu psixologik tendentsiyalar qalbni ko'mib tashlaydi va insonning o'zining yuksak "men"ining afzalliklarini namoyon .etishiga to'sqinlik qiladi

Insonlar naqadar murakkab va o'zini o'zi cheklaydigan!

Har bir inson bir-biri bilan chambarchas bog'liq voqealar va .xilma-xil sahnalarga ega bo'lgan ko'p bobli hikoyadir

* * *

Muvaffaqiyatsizlik haqidagi fikrlarni muvaffaqiyat va nekbinlik haqidagi ijobiy fikrlar bilan yo'q qilish kerak. Qo'rquvlarni bo'rttirib ko'rsatmaslik orqali ularni kamaytirish kerak. Qayg'ularni baxt nuri bilan yo'q qilish kerak. Qo'pollikni mehr va e'tibor bilan yengish kerak. Bema'nilikni mehr va xushmuomalalik bilan yo'q qilish kerak. Kasal fikrlarni sog'lom fikrlar va to'g'ri his-tuyg'ular bilan sog'liq taxtidan olib tashlash kerak. Bezovtalik va xavotirni imon va ong kuchlarini faollashtirish orqali yo'q qilish kerak. Muborak huzurga teginish va ilohiy himoyani his qilish uchun qalbdan .xotirjamlik shohligi o'rnatilishi kerak

Saxiy ruh bering

Ey Xudo, menga his-tuyg'ular zavqlari yuzaki va qisqa .muddatli ekanligini anglab yetay

Ruhning quvonchi haqiqiy va doimo yangilanib

turadigan bo'lsa-da

Xudo shu yerda. U shunchaki biz aytadigan so'z emas, balki hayotning mohiyati va mavjudlik siri. Biz Uning cheksiz imkoniyatlarini to'liq bilmasligimiz mumkin, ammo biz Uning .borligini his qila olamiz va Uning borligini his qila olamiz

Xudo - bu hamma narsa aks ettirilgan va barcha ma'rifiy

fikrlar paydo bo'ladigan kosmik sukunatdir. Shuning uchun men Uning baxtli borligini his qilish uchun sukunatni mashq .qilishga harakat qilaman

Bugun men xotirjamlik maskanini ilohiy sog'inch gullari
bilan bezataman va sevgi va quvonch Xudosiga iltijo
.qilaman

Men Xudodan O'zini menga ruhiy ko'zlarim orqali ochib
berishini so'rayman, toki Uning nuri koinotning barcha
.burchaklariga tarqalishini ko'rsam

Bilamanki, Xudo mening sog'inchimning har bir
pichirlashini eshitadi. U umuminsoniy sevgidir va ilohiy sevgi
orqali men Uni topa olaman, chunki sevgi orqali izlovchi
Xudoga yaqinlashadi va muqaddas saodat buloqlaridan
.ichadi

Rabbim, tanamni Sening kosmik energiyang bilan
zaryadlashimga, ongimni diqqat va nekbinlik bilan
davolashimga va meditatsiyadan tug'ilgan ruhiy idroklar
.bilan ruhimni davolashimga yordam ber

Hayotda ham, o'limda ham, qayg'u va musibatlarda
ham, Senga bo'lgan imonim, ey Rabbim, kuchli va
.mustahkam, mustahkam va sobitdir

Sog'inishim va iltijolarimning har bir nafasi qalbimda
eshik va derazalarni ochadi, ular orqali men Xudoning
.saodatiga o'taman

Quyosh eng gavjum yo'llarda porlaganidek, men ham
.ilohiy sevgi nurlarini sezaman

Kundalik ishlarimning barcha band joylarida, ey Rabbim,
menga baraka ber, toki men ruhimni tong bilan uyg'otib, uni
.muborak ostonangizga olib kelay

Ey Rabbim, menga bor narsamni boshqalar bilan baham
ko'rish uchun saxovatli ruh ato et va ongimning sokin ko'lida
Sening huzuring nuri bilan porlayotgan qalbimning oyining
.aksini ko'rishga yordam ber

Bugun men donolik va ilohiy quvonch durdonalarini
topmagunimcha, Xudo haqida tafakkur va mulohaza
.dengiziga chuqur sho'ng'iyman

Yo Rabbim, men seni hamma narsadan ko'proq
sevaman, chunki sensiz men biron bir insonni yoki boshqa
hech narsani seva olmayman

Tog'lar tubida va sokin osmonda, qalbim tubida va
sukunat g'orida men Xudoning borligini his qilaman va Uning
doimiy quvonchini his qilaman hamda abadiy
to'xtamaydigan va qurib qolmaydigan Uning sof buloqlaridan
.ichaman

Men Senga sajda qilaman, Rabbim
Ey sevgisi teng bo'lgan sen
Har qanday mehribon va mehribon qalb taxtida

* * *

Pul, albatta, yaxshi didning ko'rsatkichi emas. Ko'pgina
badavlat odamlar keraksiz narsalarni sotib olishadi, keyin
ular uylarida yoqimsiz va foydasiz uyumlarga to'planib
qolishadi. Uyni jozibador qilish uchun ko'p pul kerak emas;
did asosiy element hisoblanadi. Biroq, uyni obodonlashtirish
g'oyasi ba'zi odamlarni o'ziga jalb qiladi, bu ularni moddiy
narsalarga berilib ketishga va o'ziga bo'lgan ishonchini
.cheklashga olib keladi

To'lovlarning ko'payib borishi va bosim o'tkazishi bilan
og'ir ahvolda bo'lgan har bir kishi sodda hayot va moliyaviy
bosimlardan xalos bo'lishni orzu qiladi. Ammo bu erkinlik
dangasalik va harakatsizlikka berilish yoki hamma narsani
.asossiz yoki mantiqsiz tark etish orqali kelib chiqmaydi
Bir safar bir kishi katta yo'qotishga duch keldi va
:shunday dedi

Voy, holimga voy! Men boyligimni yo'qotdim va xotinim"
meni tashlab ketdi, shuning uchun men hamma narsani
".tashlab, zohid bo'lishga qaror qildim
Bu odam, do'stlarim, hamma narsani ortda qoldirmadi,
!balki hamma narsani ortda qoldirdi

Psixologik farovonlik va qoniqish hissi baxtga
erishishning ikkita muhim elementidir. Barcha istaklarni
o'rganib chiqib, saralab bo'lgach, shunday deyish mumkin:

"Zarur moddiy ehtiyojlarni qondirishda hech qanday
."qiyinchilik yo'q va ularga ega bo'la olmaslik asossizdir

* * *

Ilohiy mavjudlik yulduzlarda, ezgu yerda, yurak
urishlarida va his-tuyg'ular pulsida mavjud. Muborak maqsad
sari yo'lda davom etayotgan va Xudo va Uning mo''jizalari
haqida o'ylaydigan har bir kishi Uni koinotning oltin libosida -
cheksiz abadiyatga yoyilgan nur libosida ko'radi va Uning
yorqin mavjudligini har bir olijanob va ulug'vor fikrda va har
.bir yurak urishida his qiladi
Ko'pchilik Xudo haqida gapirdi, ko'pchilik Uni qidirdi va
ko'pchilik U haqida o'qidi, lekin Uning huzuriga tegib
ketganlar kam. Uning ne'matini tatib ko'rganlar Uni
.biladiganlardir

"Jaholatga asoslangan biznes urug'larini "qovurish
Insonlar o'z taqdirларini o'z xohish-irodasi bilan
shakllantiradilar, taqdirларini niyatlari va harakatlari orqali
belgilaydilar. Agar shunday qilishni tanlasangiz, azob-
uqubatlardan xalos bo'lishingiz mumkin. Mohiyati sevgi
bo'lgan Xudo, sevgilisining noto'g'ri harakatlar va nuqsonli
fikrlash natijasida azob chekishini istamaydi. U insoniyatga
aql-idrok kuchi va tanlov erkinligini ato etgan. Biroq, noto'g'ri
qarorlar va aqlsiz tanlovlar tufayli odamlar o'zlariga va
.boshqalarga azob-uqubat va azob keltiradilar
Siz erkin bo'lishingiz va hech kimning qarorlaringizni
aytib berishiga yoki sizni boshqarishiga yo'l qo'ymasligingiz
kerak. Atrofingiz, urf-odatlaringiz yoki zararli an'analaringiz
sizni cheklashiga va hayot tarzingizni boshqarishiga yo'l
qo'ymang. Donolik bilan harakat qiling, vijdoningizga quloq
soling va biron bir ishni boshlashdan oldin
harakatlaringizning oqibatlarini o'ylab ko'ring. Noto'g'ri xatti-
harakatlaringiz orqali boshqalarga zarar yetkazmang va
.Xudodan yordam va yo'l-yo'riq so'rang
Inson g'azab, rashk va hasad qurboni ekan, u ozod
emas. Ular o'z his-tuyg'ulari va harakatlarining xo'jayiniga

aylanishi va o'zlarini halokatli instinktlar, jilovlanmagan
.ehtiroslar va noto'g'ri istaklardan ozod qilishi kerak
Agar o'zingizga nisbatan to'liq halol bo'lsangiz, donolik
fikrlashingizni qo'llab-quvvatlaydi, to'g'rilik qaroringizni
.boshqaradi va tushuncha ongingizni yoritadi
Jaholat bilan boshqarilgan o'tmishdagi harakatlarning
urug'lari mulohaza va donolik olovida "qovurilishi" kerak, toki
ular qayta unib chiqa olmasligi va o'smasligi uchun. Bu
yolg'onning shafqatsiz hujumlarini qaytarish va barbod
.qilishning yo'li

Kosmik illyuziya – yoki shayton – insonni yolg'on va'dalar
va shahvoniy lazzatlar sarobiga intilishga undaydigan jozibali
vasvasalar bilan aldaydi va uning qobiliyatlarini boshqaradi,
chunki u unga haqiqatga zid bo'lgan dunyoviy baxtni va'da
qiladi va shu tariqa uning qalb bog'larida mo'l-ko'l mavjud
bo'lgan haqiqiy baxt mevalarini tatib ko'rishiga yo'l
.qo'ymaslik uchun astoydil harakat qiladi

Donolar haqiqat va illyuziya o'rtasidagi farqni bilishadi
va farqlashda mohirdirlar. Ular tafakkurga chuqurroq kirib
borgan sari, iroda erkinligining muhimligini va to'g'ri ish
qilish va zararli oqibatlar va noxush oqibatlarga olib
keladigan harakatlardan qochish uchun tanlov erkinligidan
.foydalanish zarurligini chuqur anglaydilar

Kundalik mulohazalar

Bugun men ichimdagi qalbning muqaddas joyini
bulg'aydigan johillik qiyofasini yo'q qilaman va Xudoning eng
muqaddas nuri doimo mening borlig'imga porlab turishini va
ongim va qalbimdagi illyuziya zulmatini yo'q qilishini va meni
.yaratgan Zot meni hech qachon tark etmasligini eslayman
Hayotning har bir to'lqini ostida ilohiy mavjudlikning
mo'l-ko'l okeani va yurakning har bir urishi ortida cheksiz
.kosmik tuyg'u dengizi yashiringan

Har kecha men o'zimni tana emasligimga ishontiraman

Aksincha, tanada yashaydigan ruh

Va mening ruhiy borligim abadiy o'lmasdir

Uyg'onganimda, buni yana bir bor tasdiqlashni eslayman

Uyqu tuzilishida men tiklanaman va kuchimni
yangilayman, ammo bu yetarli emas, menga har kuni ongim
ufqlarini o'rganish va qalbim sirlarini kashf etish uchun
.chekinadigan sukunat va tafakkur maskani kerak

Men Xudo meni bir lahza ham tark etmasligini aniq
bilaman va moddiy ahvolim qanday bo'lishidan qat'i nazar,
men Xudoda boy bo'lib qolaman, chunki Uning inoyatining
.mo'l-ko'lligi men orqali doimo oqib turadi

Sevgi - bu Xudoning barcha tirik va jonsiz mavjudotlarga
.Uning yagonaligi uyiga qaytish uchun jimgina chaqirig'idir
Sevgi taraqqiyot va yangilanish bog'larida tug'iladi va
shuning uchun men doimo o'zimni yangilash va ruhimni
yutuqlar yo'lida oldinga siljish uchun rag'batlantirish ustida
.ishlayman

Bugun men ikkita haddan tashqari narsadan: behuda va
salbiylikdan qochaman va Xudo men orqali harakat qilishini
va agar men Uning huzuriga tegsam, barcha yomonliklardan
.omon qolishimni eslayman

Men hayotning maqsadi baxt ekanligini tushunaman,
boshqalarni chetga surib qo'yadigan xudbin baxt emas, balki
ularni o'z ichiga olgan va ularni baxtli qilish orqali kuchayib
.boradigan baxt

Oy ortida eng buyuk to'lin oy, quyosh ortida Xudoning
kuchi va hayotiyliigi, inson ongi ortida esa umuminsoniy aql
bor. Shuning uchun men o'zimni kichik "men" bilan
."cheklamayman: "ego

Ey Rabbim, agar biz Seni butun qalbimiz bilan izlasak,
Sen biz uchun eshiklarni ochasan va Senga yaqinlashishimiz
va Seni tanib-bilishimiz uchun kerak bo'lgan hamma narsani
.bizga yuborasan

Men ongimni ochiq va qabul qiluvchi holda saqlayman,
shunda men Xudoni barcha oliyjanob va ulug'vor narsalarda
ko'raman va Uning muborak huzuri bilan hayotiy aloqada
.ekanligimni anglayman

Ko'zlarimni tafakkur quvonchiga ochganimda, zulmat
yo'qoladi va imon nuri meni Xudo kutayotgan yorug'lik
.saltanatiga olib boradi

Men johillik barcha jismoniy, ruhiy va ma'naviy
kasalliklarning manbai ekanligini eslayman. Shuning uchun
men Xudoning nurini ko'rish orqali johillik zulmatini yo'q
.qilaman

Bugun men donolik do'stlari bilan ularning kitoblari va
ta'limotlari orqali bog'lanaman, jiddiy, tafakkurli o'qish
.eshiklaridan kiranman

Ajoyib va hayratlanarli fikr olamlariga men barcha ilhom
va buyuk g'oyalar manbai bo'lgan Xudo haqida
.ilhomlantiruvchi kitoblar va materiallarni o'qiyman
Xudo har birimizga boshqa hech kimda bo'lmagan
g'ayrioddiy narsani yaratish uchun noyob kuch ato etgan. Bu
ijodiy tashabbus kuchidir va shuning uchun men bu kuchni
.rivojlantirish uchun qo'limdan kelganini qilaman

Ey mening sevimli Xudoyim, men o'zimda ilohiylik
uchquni borligini bilaman va shuning uchun men o'z
faoliyatimni tinimsiz bajaraman va hayotim karvoni o'z
sayohatini davom ettiradi, chunki Sening cheksiz ijodiy
kuching menga yordam berishini, mening orzularimni
.yuksaltirishini va irodamni yuksaltirishini bilaman

Bugun men harakat qilishdan oldin yaxshilab o'ylab
ko'raman. Odat turli harakatlarning natijasidir va
harakatlarni ularning psixikaga ta'siri bilan baholash
mumkin, shuning uchun men o'zimni yomon odatlardan
.xalos qilish uchun qo'limdan kelganini qilaman

Rabbim, menga irodamni mustahkamlashga yordam ber
va odatlar meni qul qilishiga yo'l qo'yma. Ichki va tashqi
intizom orqali o'zimni ma'naviy jihatdan rivojlantirishim
.uchun menga yo'l ko'rsat

Xudosiz xavfsizlik yo'q, Usiz baxt yo'q, Usiz sevgi yo'q,
Usiz tinchlik yo'q, Xudosiz hayot yo'q
Sizga salomlarim

Men qo'shiqlardan kuylarni oldim
Va nozik tuyg'ular she'rlar va misralardan paydo bo'ldi
Eliksir nektardan olingan
Va u gullar va atirgullarning xushbo'y hidini to'pladi
Men barcha fikrlardan fikrlarni oldim
Va men sevgimdan ruhni olib keldim
Va samoviy jismlarning simfoniyasi qabul qilindi
Va men butun hayotdan kuch oldim
Men barcha iltijolarimdan Sening rahm-shafqatingni
ajratib oldim
Va men sizning sevgingizni yuragimda singdirdim
Va men sukunatning mohiyatini angladim
Va men sadoqat qozonimdan sog'inch va intizorlikni
oldim

Va men ularning hammasini sizga olib keldim
?Nega yashiringan joyingizdan chiqmaysiz
Va siz mening kamtarona qurbonliklarimni o'zimdan
?qabul qildingizmi

Usta Paramhansa Yogananda
Qora uzumning hikoyasi

O'qituvchi Paramhansa tomonidan hikoya qilinganidek
Ba'zan katta dalillar kichik istaklardan kelib chiqadi
Bir safar, Bostonda do'stim bilan bo'lganimda, katta
qora uzumni ko'rib qoldim va uni sotib olmoqchi bo'ldim,
lekin u [yetmish yildan ko'proq vaqt oldin] 3 dollarga
tushardi va kimdirning: "U isrofgar emasmi?!" deganini
.eshitdim

Men uzum sotib olmaslikka qaror qildim va ichki tasdiqni
olgach, o'zimga: "Xudo biladiki, men o'sha uzumlarni
.xohlayman va U menga yana uzum beradi", dedim
Taxminan olti oy o'tgach, bir kuni kechqurun men meva
do'koniga borib, ilgari ko'rganlarimga o'xshash uzum sotib
oldim, Xudo menga uzum berguncha kutaman degan
o'zimga bergan va'damni unutib qo'ygan edim. Darhol
,"ichimdan ilohiy ovozni eshitdim: "Uzumlarni qaytaringlar

Men orqamga o'girilib, do'konchiga: "Uzum o'rniga asal qovun bering", dedim. U odam chalkashib ketganday tuyuldi, .lekin u men so'raganimni qildi va men qovun bilan ketdim Uyga kelganimda, yorlig'i yopishtirilmagan ikki bosh qora uzum solingan qutini ko'rib hayron bo'ldim, bu esa ularni menga kim berganini bilishga qiziqishimni uyg'otdi. Bir oy davomida men kimligini aniqlashga harakat qildim va bir kuni yana Xudoning ovozi eshitdim, u menga aytilishini aytdi. Bir kuni kechqurun, men ma'ruza o'qiyotganimda, auditoriyadagi talabalardan biri mening e'tiborimni tortdi va men unga: "Xudo menga uzumni sen berganingni aytdi", .dedim

U rad javobini berdi, lekin keyinroq u menga nima bo'lganini tan oldi, chunki u meditatsiya qilayotganda katta yorug'lik va qora uzum ushlagan qo'lni ko'rdi va uning xayolidagi eng kuchli fikr Yogananda uchun uzum sotib olish .edi

U bir dasta, keyin yana bir dasta sotib olganini aytdi, garchi u hali ham vahiy shunchaki gallyutsinatsiya bo'lganiga ishongan bo'lsa ham. Keyin u [haqiqatni bilish uchun] ibodat qildi va unga vahiy haqiqat ekanligi va bu uzumni sotib olib, menga berishini Xudo xohlagani ayon .bo'ldi

To'ldirish qiyin bo'lgan bo'shliq
Inson o'zida haqiqatlarni ochib beradigan kuchlarni faollashtirish vaqti keldi, chunki baxt shu vahiy bilan bog'liq. Ushbu shaxsiy ufqlarga erishishni istaganlar maqsadli harakatlar qilishlari va Xudo ularga joylashtirgan haqiqatlarga ta'sir qilish va ularning borlig'ida mo'l-ko'l bo'lgan muborak kuchlardan foyda olish uchun ongni ijodiy .g'oyalar bilan oziqlantirishlari kerak
Kimki barcha qoniqish va quvonch manbai bo'lgan ilohiy buloqdan ruhiy baxt nektarini tatib ko'rmasdan jismoniy hislarni qondirishni istasa, u zararli investitsiya qiladi va .uning intellektual hosili kam bo'ladi

Xudoni bilishni istaganlarning xohish-istaklari Xudo
tomonidan amalga oshadi, chunki U saxovatli va
mehribondir. Biroq, ko'pchilik odamlar dunyoviy istaklarning
ortidan yugurib, o'zlarini abadiy bo'lmagan moddiy baxt
bilan yupatadilar va bunga erisha olmaganliklari yoki erisha
!olmaganliklari uchun azob chekishadi
Hatto moliyaviy jihatdan muvaffaqiyatli bo'lganlar ham
oxir-oqibat hayotlarida to'ldirish qiyin bo'lgan bo'shliqni his
qilishadi, hayotlarini Xudo bilan bog'laganlar esa boy, kuchli
.va mamnuniyat va farovonlikdan bahramand bo'lishadi
Donolik amrlarini e'tiborsiz qoldirish va vijdon ovozini
e'tiborsiz qoldirish egri, sirpanchiq, xavfli va baxtsiz yo'llarga
olib keladi, solihlik yo'lidan borish esa kishanlardan xalos
bo'lishga va noto'g'ri instinktlar va chalg'ituvchi odatlar
buyurgan narsani emas, balki to'g'ri ish qilish kuchini qo'lga
.kiritishga olib keladi
Baxt izlayotganlar hayotdagi muammolarni hal qilib,
ularga yechim topgan dono odamlarning tajribasidan foyda
.olishlari mumkin
Darhaqiqat, ilohiy maqsadlarga moslashgan kishi
mamnuniyat va xotirjamlik dengizida suzadi va u chinakam
.baxtlidir
Kim Xudo haqida o'ylasa, Xudo u haqida o'ylaydi, uning
hayotini ne'matlar bilan to'ldiradi va unga saodat nektarining
.ta'mini ato etadi
Keling, Xudoga ibodat qilaylik, U bizning qalbimizga
kirishi uchun
Bu qalbimizda ruhiy istaklarni uyg'otadi
Darhaqiqat, ilohiy birlik boshqa barcha zavqlardan ustun
.bo'lgan zavqdir
Kosmik qalbgaga tegishga qodir bo'lgan kishi baxtlidir
Shogird hayotini birlashtirish istagi bilan engib o'tganda
Oliy xabardorlik bilan
U moddiy cheklovlardan qochishning muhimligini his
qiladi

Shaffof va shifobaxsh tebranishlar bilan bog'lanish
Va uning istagi yanada shoshilinch bo'lib qolganda
Xudo uning qalbida yo'l ochadi
U samoviy hid bilan nafas oladi
Va u orqali u ilohiy nurni ko'radi
Arzon vasvasalar jozibadorligini yo'qotadi
Uning qalbi nafis shirinlik idroklari bilan oziqlanadi
Va u his-tuyg'ularini gnosisning eng shirin mevalari
manbaiga yo'naltirganda
Va eng ulug'vor mavjudlikning yorqin idroki
U bu dunyoda unga bog'lanmagan holda yashaydi
Uning quvonchi qimmatbaho toshlar xazinasini topgan
.odamnikidan ham oshib ketadi
?Xo'sh, kim uning aloqasi haqida bilishga qaror qildi
O'sha tirik buloq
Bu hayotning maqsadi bilan to'liq uyg'unlikda
Uning har bir sa'y-harakati Xudoning son-sanoqsiz
barakalari va yordami bilan kutib olinadi
Hech qachon sirlar sirini o'ylashdan va izlashdan
to'xtamaydigan kishi
U hech qachon orzu qilingan maqsadni ko'zdan
qochirmaydi
Xudo uning harakatlarini mukofotlasin
U uni harakatlari uchun mukofotlaydi
.Va unga aniq g'alaba beriladi
Magnetizm: Uning rivojlanishi, to'siqlari va foydalari
Inson o'zi tanlagan magnitlanishni rivojlantirishi
mumkin, xoh Xudoning oliy kuchini jalb qilish, xoh aqliy
kuchlarga ega bo'lish, xoh kundalik hayot ehtiyojlarini jalb
.qilish
Xudo insoniyatga tana bergan va biz unga g'amxo'rlik
qilishimiz kerak. Jismoniy magnetizmini faqat moddiy boylik
va aqliy kuch uchun rivojlantiradigan va undan
foydalanadiganlar oxir-oqibat aldanadilar. Biroq, ma'naviy
magnetizmini rivojlantiradiganlar bu muborak kuchning

ularning ehtiyojlarini qondirishini va barcha moddiy
.istaklarini qondirishini topadilar
Samarali ishlaydigan universal qonun mavjud va men
uni hayotimda boshdan kechirdim va uning ishlayotganini
.tasdiqladim

Inson aqliy buyruqlarga javob beradigan kuchli va
sog'lom tanaga ega bo'lishi juda muhimdir. Ishga sustkash,
g'ayratsiz, ambitsiyasiz va kuchsiz ketayotgan odamni
tasavvur qiling, keyin esa poyga yo'lida yugurishga tayyor
.otni tasavvur qiling. Tana shunday bo'lishi kerak
Ba'zan biz sog'lig'i yaxshi va yoshlik energiyasiga ega
bo'lgan ba'zi kekxa odamlarni ko'ramiz. Ularning tanalari
yosh va jozibali ko'rinadi va yoshiga qaramay, ular jozibali
.shaxslarga ega

Egilgan va egilgan holda o'tirish energiyani so'ndiradi.

Odamlarning o'rindiqlarida qanday o'tirishlariga e'tibor
bering; ba'zilari egilgan va uyqusiragan ko'rinadi, hatto
ularni ko'rishingiz bilan charchaganingizni his qilasiz.
Boshqalari tik o'tirishadi va siz ularning jonli mavjudligini
.bilasiz; ularga qarashingiz bilan siz ular bilan bog'lanasiz
O'zini egilib o'tirishga yo'l qo'yadigan va beparvolik bilan
noto'g'ri holat tufayli umurtqa pog'onasining egriligi va
bukilishiga hissa qo'shadiganlar. Bunday o'tirish psixologik
holatga ham ta'sir qiladi va salbiy fikrlashni rivojlantiradi.
To'g'ri va to'g'ri holatda o'tirganlar ijobiyroq va optimistikroq
.bo'ladilar

Maxsus holatlar tufayli tik o'tira olmaydiganlar buni
o'zlarining nekbinligi, ijobiy qarashlari va kuchli ruhiy
.mavjudligi bilan qoplashlari mumkin

Har doim nima qilayotgan bo'lsangiz ham, u qanchalik
kichik yoki ahamiyatsiz ko'rinmasin, ongingizni doimo unga
qarating, shu bilan birga ongingizni moslashuvchan tuting,
shunda kerak bo'lganda boshqa qiziqishga o'tishingiz
mumkin. Lekin eng muhimi, hamma narsani to'liq diqqat

bilan bajaring, chunki bu sizning xarizmangizni sezilarli
.darajada oshiradi

Har qanday sohadagi eng muvaffaqiyatli ishbilarmonlar
magnit quvvatdan qanday foydalanishni bilishadi. O'zini tuta
bilish magnit ta'sir ko'rsatadi, xuddi his-tuyg'ular va
impulslar ta'sirida bo'lmagan muvozanatli ongga ega bo'lish
kabi. Hissiy impulslar kuchga - aqliy faoliyatga aylanishi
kerak va bu magnit kuch namoyon bo'lishi uchun donolik
.hissiyotlarni boshqarishi kerak

Aql-idrok hissiyot bilan birlashganda magnetizmni
yaratadi Magnetizmga ega odam ishonch bilan gapiradi Ular
oqilona gapirishadi, lekin so'zlarini his-tuyg'ular bilan
to'ldiradilar Biz aytadigan va qiladigan har bir narsada halol
bo'lishimiz kerak, lekin halollik boshqalarni xafa qilish yoki
.uyaltirish degani emas

Sabzavotlar va mevalar, ayniqsa mevalar, magnit
xususiyatlarga ega bo'lib, ular ovqat hazm qilishga xalaqit
bermaydi yoki to'sqinlik qilmaydi. Aksincha, oqsillar va
kraxmallarni haddan tashqari iste'mol qilish organizmda
toksinlarning to'planishiga yordam beradi. Har qanday kasal
organ tanada nomutanosiblikni keltirib chiqaradi. Ayniqsa,
oshqozon sog'lom bo'lishi va to'g'ri ishlashi kerak; masalan,
oshqozondagi gaz noqulaylik tug'diradi va shu bilan uning
.magnit xususiyatlariga salbiy ta'sir qiladi

Ko'p miqdorda oziq-ovqat iste'mol qilish nojo'ya
oqibatlarga olib keladi, ro'za tutish esa odamning xarizmasini
kuchaytirishi mumkin, ba'zida ovqatni o'tkazib yuborish ham
mumkin. Biroq, bu sog'lig'iga zarar yetkazadigan darajada
och qolish degani emas. Kuniga uch marta go'sht iste'mol
qiladiganlarning ko'rish qobiliyati zaif va xarizmasi pasayadi.

Shunga qaramay, faqat to'g'ri ovqatlanishning o'zi yetarli
emas; sog'lom fikrlash, olijanob xulq-atvor va hayotda to'g'ri
.xulq-atvor ham muhimdir

Kelajakda siz bilan magnitlanishning boshqalarga ta'siri
.va uning boshqa sirlari haqida gaplashishga umid qilaman

Va men seni sevgim bog'ida gullab-yashnayotganingni
ko'rmoqdaman

Seni fikrlarim tubida his qilyapman
Men sizning borligingizni eng chuqur his-tuyg'ularimda
his qilyapman

Va men seni sevgim bog'ida gullab-yashnayotganingni
ko'rmoqdaman

Meni huzuringning xushbo'y hidi bilan to'ldiring
Muborak hidingizdan bahramand bo'lishim mumkin
Osmon va yulduzlardan nariga keling

Va fikrlar va his-tuyg'ular
Menga eng muqaddas yuzingizni ko'rsating
Ruhimda sizning borligingizni anglashimga ijozat bering
Va atrofimdagilar
Hamma joyda

Men seni asrlar va davrlar davomida qidirdim
Orzular va ambitsiyalar yo'lida
Va endi men sizning ichimda yashayotganingizni
angladim

Va bu mening eng muqaddas tuyg'ularimni
ilhomlantiradi

Endi mendan yashirma
Tuyg'ular gullari ortida
Fikrlar va qalbning pulsi
Donoligingning javohirlari bilan qalbimni bezang
Va menga ne'matingning shabadalarini ato et
Seni qoplagan zulmatni mendan olib tashla
Ko'rish qobiliyatim va aql-idrokim haqida
Ey yulduzlar va moviy osmondan narida bo'lgan Zot
Va atmosfera qatlamlaridan va barcha mavjudotlar va
mavjudotlardan tashqarida

Sevgi pichirlashlarimni qabul qiling
Borlig'imni Sening sevgingga, nuringga va tinchligingga
cho'mdirgin

Bu yorug'lik va abadiyat xazinalari

Bu dunyo bilan xayrlashadigan kun keladi, lekin bu yerda ekanman, eng katta quvonchim menga ishonganlarga Xudoning mo''jizalari haqida gapirishdan iborat va mening xohishim ularning menga ta'riflab bo'lmaydigan tasalli, erkinlik va xavfsizlik bergan ilohiy nurga bo'lgan intilishini .kuchaytirishdan iborat

Koinot tarixi, barcha mayda detallari bilan, abadiyat gumbazlarida saqlanib qolgan. Bu boshqa o'lchov. Bu cheklangan dunyoda biz uzunlik, kenglik, qalinlik va balandlikni idrok etamiz, ammo bu o'lchovlar mavjud bo'lmagan yana bir daraja bor. Hamma narsa o'sha efir tekisligida shaffof - hamma narsa ong va xabardorlikdir.

Ta'm hissi ham, hid hissi ham bir sezgidir. Bizning his-tuyg'ularimiz, fikrlarimiz va tanamizning barchasi ongdir.

Xuddi tushlarda ko'rish, eshitish, hidlash, ta'm bilish va teginish kabi, biz ham bu hislarning barchasini yuqori olamlarda sof, shaffof ong yoki his qilish bilan boshdan kechirishimiz mumkin. Aynan shu paytda men gapirganimda ko'rib turgan narsam. Men bu tanada emasman; aksincha, men mavjud bo'lgan barcha narsaning bir qismiman. Va men ko'rgan narsalar men uchun siz men uchun haqiqiy .bo'lganingiz kabi haqiqiydir

Xudoni hamma joyda ko'rish va tush bilan haqiqat o'rtasidagi farqni bilish uchun uyg'onish kerak. Men ko'pincha o'zim turgan joyda cheksizlikni ko'raman va bu joyni cheksizlikda ko'raman. Hamma narsa o'sha abadiy .manbadan hayotni qarz oladi

Bolaligimda men kechayu kunduz o'tirib ibodat qilardim, lekin javob yo'q edi. Bir tomonda men insoniyatni, ikkinchi tomonda esa men bilan gaplashmaydigan abadiyatni ko'rdim. Men yolg'izman va hamma meni tashlab ketgan deb o'ylagan bo'lsam ham, Xudo meni tashlab ketmadi, chunki U har doim yashirincham bilan birga edi - fikrlarim va his-tuyg'ularim ortida. Va ichimdagi yorug'likni ko'ra

boshlaganimda, ruhim sirli ravishda muborak ilohiy hidga
.to'ldi

Men daraxtlarning ildizlarini va ular orasidan oqib
o'tayotgan sharbatni ko'ra olardim va o'zimni Xudoga yaqin
his qilardim, U meni yupatar va qalbimni taskinlardi. Men
kechayu kunduz Unga qayta-qayta ibodat qilardim va iltijo
qilardim. Va narsalar men uchun o'z jozibasi va ma'nosini
yo'qotganda, men dunyodan va undagi barcha narsalardan,
jumladan, baxtdan voz kechdim, bu shunchaki moddiy
bo'lishi mumkinligidan qo'rqardim. Keyin men hozir men
bilan birga bo'lgan Xudoni topdim, U doim
Dunyo meni tashlab ketishi mumkin, lekin Xudo meni bir
lahza ham tashlab qo'ymaydi Xudo hamma narsadir Bu zal
va uning atrofidagi olam ongim ekranida harakatlanuvchi
tasvirlar kabi suzib yuradi Men qarayman va faqat sof ruh,
shaffof yorug'lik va muloyim ongni ko'raman Mening
tanamning, sizning tanangizning va dunyodagi barcha
narsalarning tasviri o'sha yagona ilohiy nurdan kelib chiqadi
Va men o'sha nurni ko'rganimda, boshqa hech narsani
ko'rmayapman

Ekranga qaraganingizda, harakatlanuvchi tasvirlarni
ko'rasiz, lekin orqaga qarasangiz (an'anaviy kinoteatrlarda),
ekranga faqat yorug'lik nuri tushayotganini ko'rasiz. Bu
.ishonib bo'lmaydigandek tuyuladi, lekin bu haqiqat
Men ilgari bu narsalar haqida gapirardim, lekin endi
befarq yoki befarq bo'lganlar bilan gaplashmayman. Lekin
Xudo bu safar sizlar bilan gaplashishga ruxsat berdi, toki
sizlar Xudodan boshqa hech narsa uchun yashashga
.arziydigan narsa yo'qligini bilinglar
Hamma narsa o'tkinchi, Qolgan va o'tib ketmaydigan
.narsa uchun ibodat qiling

Mana sevgi gullaridan iborat guldasta
Boshqalarga bo'lgan sevgimizga erishish mumkin
Saxovatli qo'lingiz tufayli
Sevgi tuyg'usining kuchi haqida

Unda bizni sizga taqdim etishga ilhomlantiring
!Bizning cheksiz sevgimiz va yonayotgan sog'inchimiz
Siz bizga otalar va onalar berdingiz
Aka-uka va opa-singillar
amakivachchalar
sherik

Bolalar va do'stlar
Balki sizni qanday sevishni o'rganarmiz
Turli xil ifodalar va nozik tabiiy farqlar bilan
Barcha turdagi insoniy munosabatlar uchun
„Ey abadiy mehrli zot
!Ey Eng Oliy Qo'shni
Menga guldasta o'rashni o'rgating
Inson sevgisining barcha gullaridan
Va men uni muborak ma'badingizga qurbonlik sifatida
qo'yaman

Lekin agar men bunga qodir bo'lmasam
Sizga butun paketni taqdim etishdan
Sadoqatlarning ko'pligi va bir-birining ustiga chiqishi
tufayli

Men bitta gul tanlayman
Eng yangi va eng chiroyli gullardan biri
Va men uni sizning muborak ostonangizga qo'yaman
!Umid qilamanki, buni mendan qabul qilasiz
Hayotning azoblari va to'satdan zarbalari
Ey umumjahon qonunining Parvardigori
Yaralarim va chandiqlarimni ko'tarishga yordam ber
Qiyinchiliklar va qiyinchiliklardan tug'ilgan
Intizom ordenlari va medallari
Menga ilohiy adolatingiz qo'li bilan berilgan
Tarafkashlikni bilmaydigan kishi
Kundalik kurashlarim xayol va yolg'onga qarshi vosita
bo'lib xizmat qilsin
Va meni soxta dunyoviy baxtga bo'lgan yolg'on
umidlardan xalos qilish uchun

Qani endi boshqalarning qo'polligi tufayli to'kkan ko'z
yoshlarim bo'lsa edi
Xayolimdagi yashirin dog'lar va nuqsonlarni yuvib
tashlang

Va buzilish pichoqining har bir o'tkir zarbasini oching
Ichimdagi yangi donolik va tushuncha chuqurligi
Qani endi bu zich moddiy mavjudotning zulmati meni
qo'rqitsa edi

Shunday qilib, men sizning pokligingiz ufqlarini va
shifobaxsh nuringizni izlashga shoshilishim uchun
Hayotning azoblari va to'satdan zarbalar meni majbur
qiladi

Shunday qilib, men sizdan yordam so'rab, faryod
qilishim mumkin
Va hayotim tuprog'iga singib ketgan og'riqli vaziyatlarni
ochish uchun
Sizning taskiningizning doimiy oqayotgan, mo'l-ko'l
buloqlari haqida
Qani endi qo'pollikning xunukligi boshqalarda bo'lganida
edi

Bu meni o'zimni muloyimlik va mehr bilan bezashga
majbur qiladi
Va hamrohlarimning xafa qiluvchi so'zlari menga faqat
shirin so'zlardan foydalanishni eslatsin
Yovuz onglar menga tosh otsa ham
Shunday ekan, yaxshi niyatli do'stona raketalar bilan
javob berishga ijozat bering
Xushbo'y gullarini sochayotgan yasemin daraxti kabi
Boltani tanasiga tushiradigan qo'lda
,Shunday qilib, bag'rikenglik atirgul barglarini sochay
Menga sovuqqonlik va adovat bilan munosabatda
bo'lgan har bir kishiga
Bu dunyoda tinchlik va osoyishtalikda qanday yashash
kerak

Bu dunyo hayoti ko'rinadigandek emas. Unga ishonmang, chunki u o'zgaruvchan, aldamchi va umidsizliklar va barbod umidlarga to'la. Bu yerda mukammallikni topib bo'lmaydi. Men sizga hayotning real bo'lmagan tasvirini berishni istamayman. Bu dunyo jannat emas. Bu ilohiy laboratoriya bo'lib, unda Xudo qalblarni yomon istaklarni yaxshilik bilan yengib, Uni, ya'ni Xudoni eng katta istaklariga aylantirishlarini sinab ko'radi, toki ular Uning shohligiga .qaytishlari mumkin

Hayot har xil fojia va komediyalar, falokatlar va farslarga to'la. Bu son-sanoqsiz shakllarning ulkan, doimo o'zgarib turadigan va ko'p qirrali tomoshasi. Ikki narsa bir-biriga mutlaqo o'xshash emas. Har bir insonning hayoti noyobdir. Har birining o'ziga xos xususiyatlari, o'ziga xos tafakkuri va .turli istaklari bor

Agar biz har kuni bir xil sinovlarga duch kelsak, hayotdan zerikib, charchagan bo'lar edik. Hatto Jannat ham, agar u doim bir xil bo'lsa, biz uni xohlamas edik. Biz xilma-xillik va xilma-xillikni yaxshi ko'ramiz. Agar Jannat bir xil bo'lganida, Xudoning avliyolari va muqaddas odamlari o'zlarini ko'ngil ochish uchun Yerga qaytishni so'rab ibodat qilishgan bo'lardi! Jannat doimo eng yoqimli tarzda yangilanadi, Yer esa ko'pincha doimiy ravishda yangilanadi, .lekin zerikarli va yoqimsiz tarzda

Biroq, hayot charchagan va mashaqqatli bo'lishiga qaramay, ko'pchilik odamlar bunga ko'nikib qolishadi, yashashning boshqa yo'li yo'qligiga ishonishadi. Bu hayotni ma'naviy hayot bilan solishtira olmaydiganlar, bu dunyoning ichida yashiringan og'riq va charchoqning ko'lamini anglay .olmaydilar

Aslida, hayot haqiqiy emas. Eski filmlar qayta-qayta namoyish etilgani kabi, xuddi shu eski voqealar ham turli .shakllarda takrorlanadi

Hayot cheksiz davom etayotganiga qaramay, o'tmishdagi filmlarda taqdim etilgan bir xil mavzular birin-

ketin qayta ko'rib chiqiladi. Darhaqiqat, tarix o'zini takrorlaydi va odamlar vaqt muzeylaridagi shunchaki .artefaktlardir

Hayotdagi kutilmagan hodisalarni to'liq qabul qilish, ularni xolis va xolis qabul qilish. Hayot qiyinchiliklariga jasorat va o'ziga ishonch bilan qarshi turish uchun quvonch va qayg'u, yutuq va mag'lubiyat, g'alaba va .muvaffaqiyatsizliklarda muvozanatni saqlash kerak

Barcha voqealarga qaramay, ichki xotirjamlikni saqlash aldamchi istaklarni yengishning eng yaxshi yo'li. Bu men zamon o'zgarishlaridan ta'sirlanmagan, oxirigacha sobit va o'zgarmas bo'lgan buyuk shaxslardan o'rgangan narsam. Hatto payg'ambarlar ham ta'qib qilinganlarida muqaddas onglarini yo'qotmaganlar va hech kimga ulardan Xudoning .sevgisini o'g'irlashga yo'l qo'ymaganlar

Ma'naviy quvonchning o'zi muborak himoya va eng buyuk qal'adir. Sinovlar va azob-uqubatlar orasida Xudo .sizga bergan ne'matlarni eslang

Sizning qalbingiz Xudoning muqaddas ma'badi. Jaholat zulmatiga bu pok joyni bulg'ashga yo'l qo'yilmasligi kerak.

Ruh ongida, sharaflı, obro'li, xavfsiz va xotirjam bo'lish naqadar ajoyib! Hech narsadan qo'rqmang va hech kimdan .nafratlanmang

Sevgingizni hammaga bering. Xudoning sevgisini his eting va Uning barcha odamlarda borligini ko'ring va eng kuchli istagingiz Uning qalbingizda doimiy borligi bo'lsin. Bu dunyoda tinchlik va osoyishtalikda yashashning yo'li. Lekin qalb vohasida shiddatli istak shamollari g'azablanib, daraxtlarni shiddat bilan silkitar ekan, bu ichki mamnuniyatni .tatib ko'rish qiyin

Istaklar insonning atrof-muhiti tomonidan shakllanadi.

Ular bizning hissiy idroklarimizdan tug'iladi va bu idroklarning cheklovlari bilan cheklangan. Qishloq yarmarkasiga borish hayajonlanish istagini qondiradi, ammo jahon darajasidagi ko'rgazmaga tashrif buyurib, barcha turli

xil ko'rgazmalarni ko'rgandan so'ng, kichik yarmarka o'zining
jozibasi va jozibasini yo'qotadi. Shunday qilib, biz avval Xudo
bilan muloqot quvonchini boshdan kechirishimiz kerak,
shunda biz bu quvonchni dunyoviy zavqlarga solishtirishimiz
mumkin. Keyin istaklar yuqori tabiatga ega bo'ladi. Istak
cheksizdir; biri amalga oshishi bilan boshqasi uning o'rnini
egallaydi. Lekin Xudoni topsangiz, barcha istaklaringiz
amalga oshadi. Xo'sh, nega avval o'sha eng buyuk istakning
amalga oshishini izlamasligingiz va Xudoning saxovatli
qo'lidan eng yaxshi va eng uzoq muddatli mukofotni
?olmasligingiz kerak

Xudo izlovchining Uni bilish haqidagi ibodatiga javob
berganida, uning boshqa barcha istaklari darhol va abadiy
.amalga oshadi

Donolik oltini va kuch po'lati

Bu dunyo mukammallikdan yiroq. Bu sinovlar va azob-
uqubatlar maktabi va bu sinovlar orqali biz hayot saboqlarini
o'rganamiz. Sinovlarning maqsadi bizni ezish emas, balki
kuchli tomonlarimizni rivojlantirishdir. Ular evolyutsiya va
taraqqiyotning tabiiy qonunining natijasidir; biz uchun eng
past darajadan eng yuqori darajaga ko'tarilish va oldinga
.siljish juda muhimdir

Xudo bizni sindirish uchun emas, balki qat'iyatimizni
mustahkamlash uchun har tomonlama sinovdan o'tkazadi.
Agar biz butun ishonchimizni tanaga bog'lasak, johillik bizni
yo'q qiladi. Haqiqatni izlashda qat'iyatli bo'lganlar abadiy
.hayotga erishadilar

Azob chekishning maqsadi nima? Toki biz boshqa hech
qachon azob chekmasligimiz uchun Bu dunyo bizning
ruhlarimiz donolik oltini va kuch va matonat po'lati paydo
.bo'lguncha eritiladigan alangali o'choqdir

Hayot ko'pincha qo'pol o'yinga o'xshaydi va buning
yagona sababi shundaki, u shunchaki abadiyatsiz kosmik
.orzudir

Shuning uchun dunyo tengsizlik va tengsizliklarga to'la.

.Ba'zi odamlar kambag'al, ba'zilari esa boy

Ulardan ba'zilari sog'lom, ba'zilari kasal va boshqalar

Inson o'tmishda ko'p narsalarni boshdan kechirgan va

kelajakda ham bundan ham ko'proq narsani boshdan

.kechiradi, ammo bu fakt uni qo'rqitmasligi kerak

Hayot kosmik o'yindir va Xudo bizga yaxshi bajarishimiz

kerak bo'lgan rollarni tayinlagan, agar biz mamnuniyat bilan

harakat qilsak va aniq fikrlasak, Yaratguvchimiz bilan

uyg'unlikda bo'lamiz va qo'rqishga hojat yo'q. Bu donolik

.bizga beradigan buyuk tasalli

Ba'zan bu olam tush deb aytish oson, ammo qattiq

voqeliklarga duch kelganda, bu hayot tush deb o'ylash

qiyinlashadi. Bu olam Xudoning ongi va irodasidan kelib

chiqqanligini anglash uchun fikrlash kuchimizni

.rivojlantirishimiz juda muhimdir

Ong va materiya o'rtasidagi munosabatlar juda

shaffofdir va hayot sinovlaridan muvaffaqiyatli o'tish uchun

biz o'zimizni ham jismoniy, ham intellektual jihatdan

yoshartirishimiz kerak. Biz aqliy bardoshlilikni

rivojlantirishimiz va qabul qilish qobiliyatimizni

kengaytirishimiz kerak. Hayot sinovlariga bardosh bera

olmaydiganlar qiyinchiliklar bo'ronlari va falokat bo'ronlari

.avj olganda ojiz bo'lishadi

Baxt, kuch va sog'liqning kaliti bizning ichimizda. Lekin

ko'pincha shunday bo'ladi: ko'p yillar davomida sog'lig'i

yaxshi bo'lgan va keyin olti oy kasal bo'lib qolgan odam hech

qachon tuzalmasligiga ishonishi mumkin. Tana ongni bunga

ishontira olmasligi kerak. Aql tanani ishontirishi kerak. Aql

tananing holatiga ta'sir qilmasligi kerak va biz tana ruhning

yashash joyi ekanligini va ruhga bu ta'sir qilmasligi

.kerakligini tushunishimiz kerak

Xudo bizga fikrlarimiz va tanamizni boshqarish, og'riq va

qayg'udan xalos bo'lish qudratini bergan. Aql barcha

muammolarning manbai va baxt manbaidir. Aslida, insoniyat

barcha tajribalaridan kuchliroq va biz buni hozir anglamasak
.ham, keyinroq anglay olamiz

Hech qachon "Men tugatdim va tugatdim" demang,
chunki bu ongni zaharlaydigan salbiy fikr. Ba'zi odamlar
ozgina yursalar charchashadi yoki ba'zi ovqatlarni
yeyolmasalar, og'riq va hokazolarni his qilishadi deb
.o'ylashadi

Biz ongimiz kasallik yoki cheklovlar haqida o'ylashiga
yo'l qo'ymasligimiz kerak, shunda tanamiz yaxshi tomonga
o'zgarishini ko'ramiz. Esingizda bo'lsin, ong tananing
harakatlantiruvchi kuchidir. Agar ong zaif bo'lsa, tana ham
zaif bo'ladi. Biz dunyo yaxshi va Xudo doim biz bilan bo'lgani
uchun umidsizlikka tushmasligimiz yoki qayg'urmasligimiz
.kerak

Shirinliklar va iroda kuchini mashq qilish haqidagi
hikoyam

Sizga hali yoshligimda boshimdan kechirgan bir voqea
haqida gapirib beraman

Avvalo, bolaning irodasi fiziologik yoki jismoniy deb
ataladi; bola yig'laganda, bu ularning biror narsani
xohlashlarining belgisidir. Ular jismoniy holat tufayli
yig'laydilar, shuning uchun irodaning birinchi shakli
.jismoniydir

Keyin, bola ulg'ayganida va onasining irodasiga
bo'ysunganda, bolaning "avtomatik irodasi" borligi aytiladi,
chunki bu bosqichda bolaning irodasi onaning irodasi bilan
.boshqariladi

Esimda, avtomatik iroda bosqichida bo'lganimda, onam
mendan so'ragan hamma narsani qilardim va o'sha paytdagi
laqabim "farishta" edi. Lekin bir kuni enagam meni aravada
do'konga olib bordi va u yerda to'q sariq rangli konfet
bo'laklarini ko'rdim va ular mening e'tiborimni tortdi va
.g'alati tarzda meni o'ziga tortdi

Men enagamdan menga sotib olishini so'radim, lekin u
rad etdi, shuning uchun men bir og'iz ham gapirmadim va
.biz uyga qaytdik

Kechki ovqatimni yeb bo'ldim, keyin yana shirinlik
haqida o'yladim, shuning uchun onamga to'q sariq rangli
shirinliklar xohlayotganimni aytdim, u esa: "Yo'q, yotog'ingga
.bor", dedi

Biroz vaqt o'tgach, men iltimosimni takrorladim va:
"Oyijon, menga apelsinli konfet bo'laklari kerak", dedim.

Onam qat'iy va qat'iy ohangda: "Siz ularni yemaysiz va
.uxlashingiz kerak", deb javob berdi

Keyin ovozimning eng yuqori qismida baqirdim: "Menga
apelsin konfetim kerak!" va iltimosimda qat'iy turdim va
onam do'konchini uyg'otib, menga konfet bo'laklarini olib
.kelguncha qat'iy turdim

Va men nihoyatda baxtli edim. Nima uchun? Chunki men
irodamdan foydalandim va muvaffaqiyatga erishdim! Ha,
men o'zimni ajoyib his qildim, chunki men birinchi marta o'z
irodamdan foydalandim. Lekin ertasi kuni laqabim
"farishta"dan "sharmanda"ga o'zgardi, chunki men
erkinligimdan foydalandim va bir marta o'z yo'limni
.tanladim

Qachonki men zararsiz narsani xohlasam, oilam rozi
bo'lardi, lekin men har doim aqlga quloq solardim va xato
qilganimda, o'zimni tuzatishga doim tayyor edim. Lekin men
haq bo'lganimda, hatto oilaning qolgan a'zolari rozi bo'lmasa
.ham, men o'rnimdan turmasdim

Onalar farzandlarining irodasini tarbiyalashlari va
shunchaki bolaligi uchun ularning xohish-istaklarini rad etib,
uni yo'q qilmasliklari kerak. Agar bolalar o'z irodasini sog'lom
va munosib tarzda amalga oshirishni istasalar, ularni
yaramas deb atash kerak emas. Ularning erkinligi
cheklanmasligi kerak va ular ota-onalaridan kichik istaklari
bo'yicha mehrli va tushunarli takliflarni olishlari kerak. Agar
ota-onalar farzandlarini urish orqali vaqtni tejash mumkin

deb o'ylashsa, ular faqat vaqtni behuda sarflashadi. Ular bola bilan masalalarni muhokama qilishlari va keyin boshqa hech narsa qilmasliklari kerak. Bolalar bir nechta kichik, qattiq shapaloqlarni boshdan kechirishlari kerak; bu ularga tezroq .o'rganishga yordam beradi

Ota-onalar ko'pincha farzandlariga o'z xohish-irodalarini yuklashadi. Bolaning irodasini tarbiyalash va ularga sevgi, .tushunish va sabr-toqat bilan munosabatda bo'lish kerak Bolaning avtomatik irodasi ortidan yoshlikning "ko'r irodasi" keladi. Bu iroda xuddi havoga o'q otadigan qurolga o'xshaydi, faqat zerikarli portlashlarni chiqaradi. Yoshlar o'z .irodalarining dinamitini behuda sarflaydilar

Keyin "portlovchi iroda" keladi, chunki bola o'smirlik yoshiga yetganda, ular o'z irodasini impulsiv istaklar va beparvo xatti-harakatlar orqali qo'yib yuboradilar. Ular ko'pincha saboqni faqat og'riqli zarbalar va zarbalarni .boshdan kechirgandan keyingina o'rganadilar

Aytishlaricha, asalari lotusning xushbo'y hidiga shunchalik mahliyo bo'ladiki, u gulning markazida uzoq vaqt qolib, nektar so'rib oladi. Shu bilan birga, lotus barglari unga .yopishadi va u o'limini lotus ichida kutib oladi

Keyin shimoliy hududlarning kiyiklari bor, ular nay kuylaridan mast bo'lishadi. Ovchi nay chalganda, kiyik uning .oldiga keladi va uning halokatli taqdiriga duch keladi Shuningdek, boshqa fillarni jalb qilish va ovlash uchun .ishlatiladigan ba'zi uy fillari (urg'ochi fillar) ham mavjud Shu nuqtai nazardan, buyuk faylasuf shunday degan

:edi

Asalari xushbo'y hidga maftun bo'ladi

Va kiyik hushtak chaladi

Asirlikdagi fil yiqiladi

Uyg'otuvchi teginish tufayli

Lekin shu sezgilarga ega bo'lgan inson haqida nima

:deyish mumkin? Faylasufning unga bergan maslahati

Hisslaringizga qul bo'lmang va hech kim yoki hech"

".narsa sizni boshqarishiga yo'l qo'ymang

:Menga kelsak, men aytaman

Esingizda bo'lsin, barcha sezgi organlaringiz sizning

xizmatlaringizga berilgan va ular sizning buyruqlaringizga

.quloq solishi va ongli irodangizga bo'ysunishi kerak

G'azab va fil xotirasi

Ichki xotirjamlikni izlayotganlar g'azab qanday paydo

bo'lishini va u ko'pincha qanday qilib dahshatli oqibatlarga

olib kelishini tushunishlari kerak. G'azab keltirib chiqaradigan

ichki nomutanosiblik tufayli ko'p odamlar o'z xohishlariga

.qarshi jinoyatchilar va qotillarga aylanishgan

Orzularga to'sqinlik qilish ongni ko'r qiladi Orzular

tumanligi inson ongini egallab olganda, u hushidan ketadi va

.olijanob insonga mos kelmaydigan tarzda o'zini tutadi

Aqlni yo'qotish barcha sog'lom harakatlar va yaxshi

niyatlarning asosiy harakatlantiruvchi kuchi bo'lgan tug'ma

.idroknini chalkashtirib yuboradi

Inson hayotining aqliy vositasining rul g'ildiragi

buzilganda, u muqarrar ravishda baxtsiz hodisaga duch

keladi va o'zini azob-uqubat va azob-uqubat xandaqiga

.tushib qolishi mumkin

Masalan: Er xursand bo'lib mashina haydab ketmoqda

va parkga ketayotganda, xotini undan park o'rniga ota-

onasining uyiga borish uchun yo'nalishni o'zgartirishni

.so'raydi va bu yerda uning baxti g'azabga aylanadi

Men bu misolni tanladim, chunki bu keng tarqalgan

hodisa. Oddiy hollarda, natijada er xotinining iltimosini rad

etadi yoki xafa va norozilik bilan rozi bo'ladi va odatda

shunday bo'ladi. Ikkala holatda ham g'azab ustunlik qiladi,

.muhit taranglashadi va tinchlik buziladi

Ba'zi hollarda, g'azab zo'ravonlik bilan kurashadiganlar

uchun fojiga aylanishi mumkin. G'azab xotiraga ta'sir qilishi

mumkin yoki haydovchi ehtiyotkorlik va e'tibor bilan

haydashni unutishi yoki svetoforlarga rioya qilmasligi,

natijada to'qnashuv yoki, Xudo saqlasin, o'limga olib kelishi
.mumkin

Xulosa qilib aytganda, g'azab iroda rulini hayot
aravasida qulflaydi va uning moddiy va ma'naviy
.maqsadlariga erishishiga to'sqinlik qiladi
fil xotirasi

Xotira" deb ataladigan qobiliyat Xudoning insoniyatga"
bergan sovg'asidir va bu naqadar buyuk ne'mat! Xotira
hayvonlarga ham berilgan; u bo'lmaganda, ular o'z bolalarini
taniy olmas edilar. Ba'zi hayvonlarning xotirasi ajoyib, buni fil
.haqidagi quyidagi hikoya ko'rsatadi

Sharqda ko'plab o'rgatilgan fillar singari ulkan bir fil
yog'och tashiyotganida, bir bola unga yaqinlashib, tanasiga
.igna sanchib qochib ketdi

O'sha voqeadan bir yil o'tdi va o'sha fil o'sha bolaga
duch keldi. Bu filga qasos olish uchun nisbatan qulay fursatni
berdi. U shunchaki tanasini bolani o'rab oldi va uni zo'rlik
bilan yo'lning narigi tomoniga uloqtirdi. Shunday qilib,
.hayvonlarning xotiralari bor

* * *

Men ko'p tushlar ko'rdim va endi uyg'oqman. Ruhim
qurbongohida Seni, Xudoyimni doimo eslab turish olovini
yoqaman. Uyqudan qaytgan ko'zlar bilan Sening go'zal
yuzingga tikilib, uning muqaddas nurini ko'rishdan
.zavqlanaman

Va sizning inoyatingiz bilan men sog'liq, kasallik, hayot
.va o'limning har xil tushlar ekanligini angladim

Men xayollar pardasida yorqin ranglarga bo'yalgan
orzular romanini tugatdim

Va endi men seni mavjud bo'lgan yagona haqiqat
sifatida ko'rmoqdaman

Xudo menga o'sha vahiyda ko'rsatdi

Butun tabiat haqiqiy emas Tabiatdan tashqaridagi narsa
asl mohiyatdir

Bir kuni men ma'bad hududida sayr qilib, atrofidagi
quyosh nurini tomosha qilayotgan edim. Plyajga olib
boradigan zinapoyadan tushayotganimda to'xtab,
zinapoyalarning hali ham yonib turgan elektr chiroqlariga
qaradim, lekin ularni ajrata olmadim, chunki Xudoning nuri
menga tushib, meni qamrab oldi, shuning uchun men uni
.boshqa kamroq yorqin chiroqlardan ajrata olmadim

{Alloh osmonlar va yerning nuridir}

Va yorug'lik zulmatda porlaydi, ammo zulmat uni}

{anglay olmadi

Men hech qachon quyoshni ko'ra olmagan edim, keyin
esa quyosh nuri va elektr chiroqlari umuman haqiqiy
emasligini, haqiqiy yorug'lik esa Xudoning nuri ekanligini
.bildim

O'sha buyuk vahiyda Xudo menga olamlarni olamlar
ustiga ko'rsatdi — Uning ilohiy nurining cheksiz namoyonlari
— va men ko'rgan narsalarim shunchaki Uning kosmik
ongining ifodasi ekanligini angladim. Agar biz o'zimizni U
bilan birlashtirsak, qayerga borsak ham Uning nurida
yuramiz va qayerga o'girilsak ham Uning huzurini his
.qilamiz

Biz kosmik ruhni bilganimizda va mohiyatan ruhlar
ekanligimizni anglaganimizda, yer, chang, tog'lar, dengiz va
osmon erib ketadi va faqat Xudodan boshqa hech narsa
.qolmaydi

Va tog'larni ko'rib, ularni qimirlamagan deb o'ylaysiz,
.holbuki ular bulutlarning o'tishi kabi o'tib ketadi

Hamma narsaning ilohiy o'zlikka qo'shilishi - bu so'z
bilan ifodalab bo'lmaydigan holat, sevgi, quvonch va
bilimdan to'liq qoniqish bilan tatib ko'riladigan buyuk
.saodatdir (mo'minning Rabbiga uchrashish quvonchi)

Bunday ruhiy ekstazga amaliy hayot va Xudo haqida
tafakkur qilish o'rtasida to'g'ri muvozanatni yaratish orqali
.erishish mumkin

Psixologik omborni tozalash

O'z-o'zini tahlil qilish yo'l davomida juda muhimdir. Inson nafratga moyil, asabiy yoki tez jahli chiqishi mumkin. Agar shunday bo'lsa, ongida saqlangan bu xususiyatlar .o'tmishdagi harakatlarning natijasidir

Psixologik omborni tartibsiz, eskirgan mebellardan tozalash uchun biz ijobiy, konstruktiv harakatlar bilan boshlashimiz va boshqalarga nisbatan mehr-muhabbat tuyg'usini rivojlantirishimiz kerak. Odamlarni qanchalik ko'p sevsak, ular bizni shunchalik ko'p sevadilar va biz ularning sevgisini his qilamiz. Lekin agar biz ularni, hatto o'zimizni ham tanqid qilsak, ular bu tanqidni sezishadi va uni bizga !yanada kuchliroq tarzda qaytarishadi

Aytaylik, eski dushmaningiz o'lgan, ammo siz hali ham unga nisbatan nafrat va nafratni saqlayapsiz. Siz bu achchiqlanish natijasida azob chekasiz va uning zararli ta'siri tanangiz va ongingizda namoyon bo'ladi. Uni Xudo uchun kechirganingiz ma'qul, chunki bu bilan siz o'zingizni xotirjamligingizni buzadigan va xotirjamligingizni buzadigan qasos olish istaklaridan xalos qilasiz. Nafrat ustiga nafrat to'plash yoki adovatga nafrat bilan javob berish nafaqat dushmaningizning sizga nisbatan adovatini kuchaytiradi, balki natijada o'z tanangiz va his-tuyg'ularingizni ham zaharlaydi. [Shunday qilib, chiroyli kechirim bilan kechiring] Men hech kimni kechirganimda va unga nisbatan gina)

(saqlamaganimda

Men o'zimni dushmanlik tashvishidan xalos qildim

Vaqti-vaqti bilan inson hayotning maqsadi haqida mulohaza yuritish uchun hamma narsani tashlab, o'zi bilan yolg'iz qolishi kerak. Ko'p odamlar an'analar va modalar oqimida adashib qolishadi. Aslida, ular hech qachon o'z hayotlarini emas, balki dunyo hayotini yashamaganlar. Ular ?nimaga erishdilar va qayerga borishdi

Shuning uchun, inson vaqti-vaqti bilan o'zini kundalik tashvishlar va "vazifalar"dan chetga surib, ongidagi tartibsizlikni tinchlantirishi va uning mohiyatini tushunishga

va erishmoqchi bo'lgan maqsadini aniqlashga harakat qilishi
.oqilonadir

Esingizda bo'lsin, siz olishingiz mumkin bo'lgan eng
katta guvohlik bu vijdoningizning guvohligidir: qalbingizning
aniq va benuqson ovozi. Vijdoningiz sizga aslida
.kimligingizni, bezaksiz yoki niqobsiz aytadi

Iso Masihning kuchini tasavvur qiling, u: "Ota, ularni
kechir, chunki ular bilmagan ishlarini qanday qilishni
.bilishmaydi", degan edi

Ma'rifatli vijdoningiz ovozini tinglash yo'lingizga yorug'lik
va hayotingizga baraka olib keladi. Qalbingizda biror istakni
ro'yobga chiqarishga kuchli turtki paydo bo'lganda, aql-
idrokingizni ishga soling va o'zingizdan so'rang: "Men
ro'yobga chiqarishga intilayotgan yaxshi yoki yomon
"?istakmi

Inson istaklarini ko'plab omillar kuchaytiradi. Kimdir
yangi modeldagi mashinani ko'rganda, unga o'xshashiga ega
bo'lishni xohlaydi. Yangi uslubdagi uyni ko'rganda, unga
o'xshashiga ega bo'lishni xohlaydi. Yangi moda yo'nalishi
ommalashib bormoqda va odamlar shu uslubni sotib olishni
!va kiyishni xohlashadi

Orzular qayerdan paydo bo'ladi? Men bu haqda ko'p
soatlab o'yladim. Barcha istaklaringizni tasniflay olasizmi?

Men barcha istaklarimni saralashga muvaffaq bo'ldim va
faqat yaxshilarini saqlab qoldim. Ilohiy birlikka erishganimda,
barcha yaxshi istaklarim birdaniga amalga oshganini
ko'rdim. Bugun inson bir narsani xohlaydi, ertaga esa uning
.qalbi boshqa narsani orzu qiladi

Qodir Xudodan chiqqan aqlni bu dunyo ne'matlari
qoniqtira olmaydi. Xudo qalbning eng aziz va eng
qimmatbaho xazinasidir va faqat U qalbning istaklarini
qondirishga va qalbning istaklarini ro'yobga chiqarishga
.qodir

Yaxshilikka to'la kosmik omborga kirish

Xudo barcha intellektual qobiliyatlarning manbai va manbai, tinchlik yaratuvchisi va barcha farovonlik va mo'l-ko'lchilik omboridir. Doimiy ravishda yaxshilik bilan to'lib-toshgan ilohiy ne'mat bilan uyg'unlashish uchun biz qalbimizdan muhtojlik va ehtiyoj haqidagi fikrlarni bir marta .va butunlay yo'q qilishimiz kerak

Butun dunyo aqli to'liq va mukammaldir, hech narsadan kam emas. Har xil ne'matlarga to'la bu kosmik omborga kirish uchun inson o'zida mo'l-ko'lchilikni anglash va har doim nekbin bo'lish kerak, hatto keyingi lira, funt, dinor yoki !dollarning manbasini bilmasa ham

Ilohiy saxovatni tetiklantiruvchi, mo'l-ko'l yomg'ir deb tasavvur qiling, uni siz ushlagan har qanday idishda qabul qilishingiz mumkin! Agar sizda bir piyola bo'lsa, uni to'ldirasiz; agar idish kattaroq bo'lsa, uni ham to'ldirasiz. Bu samoviy ne'matni olish uchun qanday idishdan foydalanmoqdasiz? Sizning idishingiz nuqsonli bo'lishi mumkin - ehtimol psixologik va intellektual teshiklarga to'la bo'lishi mumkin. Bunday holda, siz uni qo'rquv, nafrat, shubha va hasaddan xalos bo'lish, tinchlik, xotirjamlik, samimiylik va sof sevgi suvlari bilan yuvish va tozalash orqali tuzatishingiz kerak, bu esa Saxovatli Zotning mo'l-ko'l .inoyatini olishga tayyorgarlik ko'rishdir

Ilohiy mo'l-ko'lchilik xizmat va berish qonunlariga muvofiq ishlaydi. Avval bering, keyin oling. Odamlarga eng yaxshi narsangizni bering, shunda siz ham eng yaxshisini olasiz. Har bir birinchi urinishda muvaffaqiyat kutmang. Ba'zi urinishlar muvaffaqiyatsiz bo'lishi mumkin, ammo ba'zilari .ham muvaffaqiyatli bo'ladi

Muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik bir-biri bilan chambarchas bog'liq. Biri ikkinchisiz mavjud bo'la olmaydi va eng dolzarb muammolar yoki vazifalar maqsadli faoliyat bilan hal qilinishi va erishilishi kerak bo'lgan narsaga erishish .uchun barcha sa'y-harakatlarni amalga oshirish kerak

Yakuniy bosqichga yetguningizcha o'zingizni g'ayrat va
g'ayrat bilan mashq qiling. Ikkilanishga yoki chekinishga
.hojat yo'q

Agar yo'lni topa olmasangiz, bu urinishni to'xtatishingiz
kerak degani emas. Agar maqsadga erisholmasangiz, u
yerga qanday borishni so'rang, lekin urinishni to'xtatmang.

Ko'p odamlar qiyinchiliklarga duch kelishi bilanoq
muvaffaqiyatsizlikni tan olishadi. Muvaffaqiyatsiz bo'lganlar
o'zlari kabi muvaffaqiyatsizlikka uchragan boshqalar bilan
emas, balki muvaffaqiyatli odamlar bilan maslahatlashishlari
kerak. Muvaffaqiyatga erishishga qat'iy qaror qilaylik va bu
.tamoyil bizning hayot falsafamiz bo'lsin

Quvonch madhiyasi

Mening vaqtim kelganda

O'lim quloqlarimni kar qiladi

Men ilohiy sevgilimning ovozini tinglayman

Va oxirgi qo'ng'iroq qiluvchi nafasimni uzganda

Men Uning ilohiy huzurining hididan nafas olaman

Va o'lim tilimni jim qilganda

Men uning sevgisining nektarini tatib ko'raman

Va o'lim ko'zlarimni ko'r qilganda

Men Uning mavjud nurini ko'raman

Hamma joyda toj kiygan

Va o'lim qonimni va teginishni muzlatganda

Men kosmik sevgilimning bag'rida ilqlik izlayman

Va ko'zlarim pollarni ko'rishni to'xtatganda

Mening ko'rish nurim kirib boradi

U hamma narsani teskari qiladi va uning yashirin sirlarini

ochib beradi

Va quloqlarim endi eshita olmay qolganda

Men o'tmish va hozirgi barcha narsalarning

pichirlashlarini tinglayman

Va kelgusi kunlarda sodir bo'ladigan narsalar

Va burnim yerning hididan zavqlana olmaganda

Men ruh sirlarini har tomonga izlayman

Til ta'mni seza olmaganida
Men tatib ko'rgan barcha yaxshi va barakali narsalarni
eslayman

Va bu tanamni his qilishim yo'qolganda
Mening kosmik tanam sezadi
Bu yerdagi va u yerdagi hamma narsaga maxfiy, sehrli
teginish
Dengiz yuzasida raqsga tushayotgan to'lqinlarni his
qilaman

Va cheksiz fazoga shoshilayotgan kosmik pufakchalar
bilan

Tana hujayralari yo'q bo'lib ketadi
Uning vaqtinchalik cheklovlari hal qilinadi
Lekin u abadiylik alangasida tirik holda tiriladi
Siz quvonchni ko'rasiz va quvonchni eshitasiz
Siz quvonchni tatib ko'rasiz va baxt hididan nafas olasiz
Va siz abadiy, yangilangan quvonchni his qilasiz
Va u ilohiy saodat ohanglariga raqsga tushadi
Og'riq va o'lim uchun hislar arvohlarning raqsidan voz
kechsin

Va abadiy ekstaz tuyg'ulariga aylanish uchun
Yorug'lik, baxt va quvonch shohligida
:Hayot yo'li quyidagicha
Psixologik o'sishga to'sqinlik qiladigan narsalarga o'zini
sevish, mag'rurlik, ochko'zlik, g'azab, nafrat, hasad va
insonni chuqurroq johillik holatiga olib boradigan yoki
itaradigan boshqa qorong'u xususiyatlar kiradi. Shoshilinch
ravishda ozodlikka olib boradigan yo'ldan borish kerak,
chunki inson istaklari doimo yangilanib turadigan va cheksiz
tuyuladigan odatlar bilan boshqariladi. Bu odatlar ruhni
qamab qo'yadi va uni asirga oladi, bu esa uning egasi uchun
.ozodlik va ozodlik yo'lidan yurishni imkonsiz qiladi
Hayot yo'li quyidagicha: bir tomonda jaholatning
qorong'u vodiysi, ikkinchi tomonda esa donolikning yorqin

nuri yotadi. Donolikka amal qilganimizda, ozodlik yo'lida
.xavfsiz qadam tashlaymiz va kerakli narsalarga erishamiz

Butun koinot ilohiy irodaning yaratilishidir va biz
o'zimizni shu muborak iroda bilan uyg'unlashtirganimizda,
.bizga kerak bo'lgan narsa bizga osongina keladi

Men endi o'zim uchun hech narsa istamayman, chunki

bilamanki, men o'ylagan narsa albatta amalga oshadi

Ilohiy donolik va ilohiy sevgiga ega bo'lish qalbning
barcha istaklarini ro'yobga chiqaradi va bu naqadar ajoyib va
ajoyib holatki, uni so'z bilan tasvirlab bo'lmaydi. O'zingiz va
taqdiringizning xo'jayini, tinchlik va osoyishtalik shohi

ekanligingizni anglaganingizda, hech narsadan qo'rqmaysiz.
Aksincha, butun dunyo Xudoning irodasi va yordami bilan siz
.xohlagan narsaga erishish uchun harakat qiladi

Xudo insoniyatni O'z suratida yaratganligi sababli, Uni
topganlar U ularning har bir iltimosini bajarishini va xohlagan
narsalarini berishini ko'rishadi. Ammo insoniyat boshqalarga
hukmronlik qilish yoki o'z kuchini namoyish etish istagini
.saqlagan ekan, u Xudoda erkinlik topa olmaydi

Xudoni bilish kamtarlik, sevgi va ma'naviy quvonchdan

.boshlanadi. Haqiqiy kuch Xudoni bilish bilan birga keladi

Agar kichik to'lqin orqasidagi ulkan okean uni qo'llab-
quvvatlayotganini bilsa, u: "Men okean bilan birman", deyishi
mumkin edi. Biz Xudoning okeani ongimizdan tashqarida
ekanligini va bizga yaqin ekanligini aniq anglashimiz kerak,
.shuning uchun qo'rquv yoki xavotirga hojat yo'q

Ilohiy tabiat tinchlik, kamtarlik, sevgi, ongning
kengayishi va hamma narsani qamrab oluvchi bilimdir. Xudo
bilan uyg'unlikda bo'lgan har bir kishi o'ziga yoki

boshqalarga o'zida bor kuchlarni isbotlashi shart emas,
chunki uning qalbi qudratli Zot uni qo'llab-quvvatlashini va
Xudo uni qayerda va qachon bo'lishidan qat'i nazar kuzatib
.turishini va himoya qilishini biladi

Xudoni bilganlar ruhiy tabiatida uyg'oq, moddiy tabiatida esa uxlab yotganlardir. Ular Uning inoyatidan har .qanday narsaga erishishlari mumkinligini bilishadi Shunday qilib, biz o'zimizga nisbatan halol bo'lishimiz va o'z-o'zini boshqarishga intilishimiz, dunyoning tuzoqlari va uning aldamchi vasvasalaridan qochishga harakat qilishimiz va vaqtimizni ijobiy va foydali fikrlashga, bu dunyo tuprog'iga yaxshilik urug'larini ekishga sarflashimiz kerak, .toki uni topganimizdan ko'ra yaxshiroq qoldiramiz Biz uchun eshiklar ochiladi va yo'llar asfaltlanadi Hayot fidoyi xizmat atrofida aylanishi kerak, chunki bu idealsiz Xudo insoniyatga bergan ong o'zining to'liq salohiyatiga erisha olmaydi. Boshqalarga xizmat qilib, o'z egoimizni unutganimizda, biz buyuk "men" - ilohiy ruhni .boshdan kechiramiz Mehnat insonning ixtirochiligi va ijodkorligi uchun zarur va kuchli turtki hisoblanadi. Biroq, agar mehnatning yagona maqsadi boylik to'plash bo'lsa, u o'z qiymatini yo'qotadi va .ma'nosiz bo'lib qoladi Mehnat - bu xizmat, va sotishga arziydigan mahsulot sifatli va boshqalar uchun chinakam foydali bo'lishi kerak. Biz boshqalarga xizmat qilganimizda, o'zimizga ham xuddi shunday yordam beramiz, chunki ular biz ularning .kengaytmasi bo'lganimiz kabi bizning kengaytmamizdir Voyaga yetgan inson ehtiyotkorlik bilan harakat qilmaydi. Biz xizmat ko'rsatganimizda, hatto nomoddiy .tarzda bo'lsa ham, biz ham xizmatni olamiz Shuning uchun, boshqalarga moliyaviy, psixologik yoki axloqiy yordam berish orqali xizmat qilish, buning evaziga .psixologik qoniqish hosil qilishni anglatadi Biz boshqa insonlarga taqdim etadigan har bir xizmat bizni universal ongga bir qadam yaqinlashtiradi. Biror kishi boshqalarga chinakam g'amxo'rlik ko'rsatganda, uning ongi o'z ongi bilan birlashadi, shu bilan birga shartsiz sevgi ong .chegaralarini kosmik ong ostonasiga kengaytiradi

Agar biz birodarlarimizning baxti haqida o'ylasak,
baxtimizdan ulushimiz ko'p bo'ladi va agar biz boshqalarga
sevgimizni bersak, ular uning kuchini his qilishadi va yaxshi
.tomonga o'zgaradilar

Ko'r-ko'rona bog'liqlik va asossiz nafrat ikkalasi ham
xabardorlikning ilg'or bosqichlariga erishish yo'lidagi zararli
to'siqlardir. Biz barchani sevishni o'rganishimiz kerak, chunki
.biz hammamiz Xudoning farzandlarimiz
Biz qilayotgan barcha ishlar ixtiyoriy ravishda bajarilishi
kerak va biz o'z harakatlarimizda shuhratparast bo'lishimiz
kerak. Agar inson charchoq va zerikishsiz, ishlarni sevgi va
mamnuniyat bilan bajarish uchun chin dildan istak va
ko'tarinki kayfiyatga ega bo'lsa, kosmik energiya uning
.tanasiga, ongiga va irodasiga doimiy ravishda oqib keladi
Zaiflik va charchoq g'oyasining ongiga singib ketishiga
yo'l qo'ymaydigan kishi, asablarini zaryadlash va tanasining
hujayralari va to'qimalarini tetiklashtirish uchun yumshoq
energiya zaryadlari va hayotiy faoliyat oqimlari uchun joy
.ochadi

Inson biror narsa qilish istagini yo'qotganda, u
boshidanoq charchaganini his qiladi, lekin xohish bo'lganda,
uning borligi energiya va hayotiylikka to'ladi. O'z vazifalarini
g'ayrat va mamnuniyat bilan bajaradiganlar cheksiz ilohiy
kuch ularni qo'llab-quvvatlashini va qo'llab-quvvatlashini
.ko'rishadi

Ba'zi odamlar ishga shunchalik berilib ketishadiki,
o'zlarini tahlil qilishga yoki hayotdan zavqlanishga vaqtlari
yo'q. Biz bir vaqtning o'zida ongimizni ijobiy narsalar bilan
band qilib ishlaganimizda, bizni qo'llab-quvvatlaydigan va
.bizga ko'proq energiya beradigan yashirin kuchni his qilamiz
Agar qalb vazifalarni bajarishda samimiy va halol bo'lsa,
.biz uchun eshiklar ochiladi va oldimizda yo'llar ochiladi
Biz hayot fabrikasida ishimizni quvonch va mamnuniyat
bilan bajarishimiz uchun Qodir Allohdan bizga baraka
.berishini so'raymiz

Va Uning donoligi bizning fikrlash tarzimizga ilhom

bersin

Va Uning qudrati to'liqlari bizning kundalik faoliyatimiz

daryolarida raqsga tushadi

!So'yilgan xo'roz kabi aniq ko'ra olmayapman

Har qanday vaziyatda yoki vaziyatda to'g'ri tanlov

qilishni bilish uchun biz o'z hukmimizni aql-idrok kuchi bilan
.boshqarishimiz kerak

Barchamizga bu oltinchi sezgi berilgan, ammo ko'pchilik

odamlar undan foydalanmaydi. Buning o'rniga ular beshta

quyi va unchalik ishonchli bo'lmagan sezgi organlaridan

olingan ma'lumotlarga tayanadilar, chunki bu beshta sezgi

bizga har doim ham to'g'ri qarorlar qabul qilish uchun

.ishonishimiz mumkin bo'lgan aniq ma'lumotlarni bermaydi

Cheklangan ko'lami va kuchidan tashqari, sezgilar – va

ular bilan birga egoga bog'langan ong – narsalarni haqiqatga

emas, balki o'zi yoqtirgan va yoqtirmagan narsalarga qarab

.talqin qiladi va oxir-oqibat inson manfaatlariga xizmat qiladi

Inson o'z qarorlarini sezgi organlari tomonidan taqdim

etilgan ma'lumotlarga va sezgi organlari bilan bog'liq bo'lgan

ongi tomonidan aytilgan xulosalarga asoslagani uchun, u

ko'pincha o'zini hasad qilib bo'lmaydigan vaziyatlarga tushib
.qolgandek his qiladi

Umid qilamanki, butun dunyo har kuni bir muddat

ichkariga o'girilish, yo'l-yo'riq izlash va Xudodan yordam

so'rash muhimligini anglab yetadigan kun keladi. Inson buni

qilganda, u yanada muvozanatli, xotirjam va idrokli bo'ladi,

chunki uning tushunchasi ochiladi, bu ularga narsalarni aniq

ko'rish va to'g'ri qarorlar qabul qilish imkonini beradi. Ular

shuningdek, ularni impulsiv va o'ylamasdan harakat qilishga

undaydigan cheklovchi odatlar, tartibsiz istaklar, og'riqli his-

.tuyg'ular va shaxsiy bog'liqliklardan xalos bo'ladilar

Aql-idrok, xuddi idrok singari, kerak bo'lganda nima

qilish kerakligini bilishga yordam beradigan qalbning bir

xususiyatidir. Bunday ma'naviy fazilatlarni sog'lom fikrlash

va Xudo haqida mulohaza yuritish orqali rivojlantirish
.mumkin

Istaklar va his-tuyg'ular insonning hukmini buzganda,
idrok ham psixologik, ham ma'naviy jihatdan ko'r bo'lib
qoladi. His-tuyg'ular odamlarni mag'lub etganda, ular
chalkashlik va hayratga tushadilar, so'yilgan xo'roz kabi aniq
!ko'ra olmaydilar va qoqilib ketadilar

Tuyg'ular odamni o'z fikrlari va boshqalarga bo'lgan
nuqtai nazarida tarafkash qiladi va aniq fikrlash va vaziyatga
.oqilona va oqilona yondashish qobiliyatini falaj qiladi
Shaxsiy fikrlarimizdan faktlarni ajratishni

o'rganganimizda, bizning hukmimiz endi sub'ektiv
istaklarimizga unchalik kuchli ta'sir qilmaydi. Agar hamma
buni o'rganganida edi, dunyo hozirgidan ko'ra ko'proq
.tushunarli va tinchroq joy bo'lar edi

Aql-idrok odatda qalbdan kelib chiqadi. Qalb o'zini
noqulay his qilganda, bu odamni biror narsa noto'g'ri deb
o'ylashga va muayyan odamlar va vaziyatlar bilan muomala
qilishda ehtiyot bo'lishga undaydi. Agar biror narsadan
xavotirda bo'lsangiz yoki qaysi yo'lni tanlashni bilmoqchi
.bo'lsangiz, qalbingizga e'tibor qarating

Qachonki tashvishlar sizni qamrab olsa va muammolar
sizni o'rab olsa, fikrlaringizni yuragingizga qarating va undan
kelib chiqadigan his-tuyg'ularni his qilishga harakat qiling.
Xotirjam bo'ling, shunda to'satdan sizni chuqur bir tuyg'u
qamrab oladi va Xudo sizga ichki ko'rishingiz orqali o'sha
.paytda qanday qadam qo'yishingiz kerakligini ko'rsatadi
Miya hujayralarining g'ayritabi'iy tabiatini o'zgartirish

Oddiy ruhiy tabiblar yoki ruhoniylar gunohlarni
kechirishga yoki maslahat so'rab kelgan gunohkorlarni ozod
qilishga qodir emaslar, chunki ular qila oladigan yagona
narsa - ularga ruhiy retseptlar berish, boshqa hech narsa
emas. Lekin Xudoni biladiganlar juda rivojlangan ruhiy
bosqichlarga yetib kelishgan, shuning uchun ular
gunohkorlarga shunchaki ruhiy maslahat berish bilan

kifoyalanmaydilar, balki - Xudoning marhamati va yordami
bilan - ularni gunohkor ishlarining oqibatlaridan ozod
.qiladigan ruhiy kuch bilan to'ldirishlari mumkin

Barcha yaxshi va yomon amallar miya hujayralarida
yashiringan bo'lib, fikrda yaxshi yoki yomon odatlar yoki
moyilliklar sifatida namoyon bo'ladi

Miya hujayralari shu odatlar kuchi bilan zaryadlanganligi
sababli nosog'lom odatlardan aziyat chekadigan odam,
barcha nojo'ya odatlari tinchlik va osoyishtalikning yaxshi
odatlariga aylanmaguncha, iroda kuchi, meditatsiya,
samimiy ibodat va doimiy ijobiy tasdiqlar orqali o'zini ozod
.qilishi mumkin

Bu to'g'ri yo'naltirilgan hayot kuchi miya hujayralarining
g'ayritabiiy tabiatini o'zgartirish uchun ishlaganda sodir
bo'ladi, shunda bu hujayralar yaxshi, solih va go'zal
.narsalarga to'la bo'ladi

Bu shuni anglatadiki, soxta g'oyalar bilan to'ldirilgan
miya hujayralari miyada kuchli to'planib, olijanob va foydali
maqsadlarda ishlatilganda, hayotiy faoliyat tomonidan yoqib
.yuboriladi

Jismoniy tanasiga qattiq bog'langan odam hayotiy
faoliyatini mushaklari va sezgi organlari bilan bog'laydi,
tafakkurga moyil, ruhiy moyillikka ega odam esa mushaklari
va tanasini faol dam olish holatida, ongini esa sezgi
organlaridan ajratilgan holda saqlaydi, natijada hayot kuchi
asab tizimida qolishni to'xtatadi va miyada to'planadi. Shu
sababli, meditatsiya miya hujayralarini ruhlantirish va
ongdan har qanday nomaqbul odatning ildizlarini yo'q
.qilishning eng samarali vositasidir

Odat - bu kuch va odamlar bu kuchni yaxshi ishlarda
ishlatish o'rniga yomon ishlar qilish orqali noto'g'ri
ishlatishadi

Jaholat, o'ylamaslik, yaxshi do'st tanlamaslik va yaxshi
ishlarni e'tiborsiz qoldirish ko'pincha odamni yomon odatlar

tuzoqlari va tuzoqlariga olib keladi, ular xuddi o'z xohishiga
.qarshi yutib yuboradigan qumga o'xshaydi
:Do'stlikning ta'siri iroda va sog'lom fikrdan kuchliroqdir
Yomon odam bilan do'stlashmang, chunki yomon odam]

[uning fe'l-atvorini buzishi mumkin

Dono odamlar hech qanday kuch sarflamasdan
olijanoblik bilan harakat qilishadi, yomonlikni sevuvchilar esa
gunoh va yomonlik qilishga majburlaydigan odat kuchi bilan
zararli va nafratga to'la ishlarni qilishga majbur bo'lganday
.tuyuladi

Biz Qodir Allohdan bizni yaxshi fikrlar bilan
ilhomlantirishini so'raymiz

Yaxshilik va go'zallikni ko'rishimiz uchun
Biz nima foydali va nima zararli ekanligini ajratamiz

Va biz Unga murojaat qilishimiz uchun

Va biz bunga umid qilamiz

Barcha yaxshiliklarning manbai

Va barcha yaxshiliklarning manbai

"Ey tog', hech qanday shamol seni tebrata olmaydi"

Muvozanatli inson muvaffaqiyatga yoki

muvaffaqiyatsizlikka erishishidan qat'i nazar, o'z vazifalarini
bajarishda xotirjam va xotirjam bo'lib qoladi. Muvaffaqiyat va
muvaffaqiyatsizlik muqarrar ravishda tana, ong va
dunyoning tug'ma ikkiligiga ko'ra turli vaqtlarda sodir bo'ladi.
Doimiy ravishda o'z tabiatini eslatib turadigan odam qarama-
qarshiliklarga kamroq moyil bo'ladi va dunyo illyuziyalarining
.ta'siriga kamroq moyil bo'ladi

Ichki muvozanatga erishmoqchi bo'lganlar tanaga xos

bo'lgan dualistik ong tomonidan bulg'anishga yo'l

qo'ymasliklari kerak. Bunday amaliyot, shubhasiz, qiyin,
chunki ruh sezgir tanaga hamdard bo'lganda, uning ham
yaxshi, ham yomon xususiyatlarini qabul qiladi. Tananing
o'zgaruvchan holatlariga bog'liqlikdan xalos bo'lish uchun
barcha azob-uqubatlarning manbai bo'lgan tana ongidan
.o'tish kerak

Vaziyat ta'sirida yashaydiganlar zavq va zavqlardan zavqlanadilar va og'riq va qiyinchiliklardan qayg'uradilar. Ammo o'sib borayotgan aql-idrokka ega bo'lganlar xotirjam va xotirjam bo'lib qoladilar, oddiy hayotning asl mohiyati bo'lgan tartibsizliklar va notinchliklardan qo'rqmaydilar .(shamol qimirlatmagan tog' kabi)

Muvozanatli inson, hatto qayg'u va og'riq paytida ham, yaxshi va yomon sharoitlarda ham ichki xotirjamlikni saqlaydi. Bundan tashqari, ular boshqalarga hamdardlik bildirish, ularning his-tuyg'ularini tushunish va o'z tashvishlari bilan charchamasdan ularga yordam berish qobiliyatiga ega. Shunday qilib, ular o'zlarining ichki kuchlari orqali boshqalarni yupatishlari va qayg'ularini yengillashtirishlari mumkin. Va o'zlarining xotirjamligi va muvozanati orqali ular boshqalarga halokatli hissiy .portlashlarga berilmaslik bo'yicha qimmatli saboq beradilar. Dono odam har bir kishida ilohiy ruhni ko'radi va xudbin istaklardan xalos bo'lgan sari, u tana, ong va ruh ehtiyojlarini qondirish uchun Xudodan kelgan barcha narsani ishonch va mamnuniyat bilan qabul qiladi. U ego cheklovlaridan xalos bo'ladi va boshqalarga nisbatan dushmanlik his qilmaydi, shuningdek, odamlarning tinchligi va osoyishtaligini buzadigan zararli tebranishlar bilan qarashlari va so'zlarini yuklamaydi, chunki u har bir kishida yashirin izlayotgan .ilohiy ruhni ko'radi

U yakuniy maqsadga yetganda, muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik uning uchun bir xil bo'lib qoladi, chunki u universal birlikning mohiyatini topgan sari uning ikkilik hissi .yo'qoladi

U o'z ishini Xudoga bo'lgan muhabbat va insoniyatga xizmat qilish orqali bajarsa-da, u abadiy bog'lanmagan bo'lib .qoladi

Baxtga erishish uchun

Baxtga erishish uchun o'zini o'zi tarbiyalash bilan boshqariladigan hayot kechirish kerak. Hayotning yuqori

qonunlariga muvofiq o'z sharoitlarini boshqarishga qaror
qilganlar, vaziyatlari avtomatik ravishda shunga mos
ravishda moslashishini ko'rishadi. Bu hayotda duch
keladigan qiyinchiliklar bizni ilhomlantiradi va yuqori
pog'onalarga erishishimiz uchun ko'proq harakat qilishga
.undaydi

Agar siz shuni izlayotgan bo'lsangiz, unda unga olib
boradigan yo'llardan boring, shunda hech kim sizni undan
.to'xtata olmaydi yoki mahrum qila olmaydi

Xudo bizga aql berdi va biz unda imon, nekbinlik va
quvonch nurlarini yoqib, uni barcha qayg'uli sinovlardan iloji
boricha xalos qilishimiz kerak. Shuningdek, vaziyatlarimizni
nazorat qilish o'rniga, ularni nazorat qilish uchun iroda
.kuchini rivojlantirishimiz kerak

Hayotimiz uchun mantiqiy va puxta rejalar tuzish juda
muhim, toki biz erishmoqchi bo'lgan va qilishimiz kerakligini
bilgan barcha yaxshi narsalarga erisha olamiz. Reja
tuzayotganimizda, intilayotganimizda va ishlayotganimizda,
bizga yordam beradigan va to'g'ri yo'lga yo'naltiradigan
narsa saxovatli Xudo ekanligini yodda tutaylik. Bunda biz
qat'iyat, sabr-toqat, matonat va ravshan tasavvurga ega
.bo'lamiz

Xudoning keng yerida qayerda bo'lsangiz ham, sizga
muvaffaqiyat va baxt tilaymiz
Ularning barchasi ketma-ket keladigan arvohlar va
.tasvirlardir

Atirgul bog'lari
Ko'z yoshlari vodiylari
Va shudring tomchilari nozik kurtaklarga yopishib oladi
Va bolalik quvonchlari
va cheksiz ehtiroslar
Va ularning pasayishi va oqimidagi ulkan quvonchlar
Va qalblarga og'ir qayg'ular
Va osmon shamlari miltillaydi va yo'qoladi
Va bizni oshiqlik sarobi o'ziga tortadi

Xayoldan illyuziyalarga
Va ehtiros bilan istaklar
Va o'jar ahtapotga o'xshash tutqich
Va yangi tug'ilgan chaqaloqning yig'isi
O'lim shovqini
Va qaynab turgan sog'liqning quvonchi
Va o'tkinchi lahzalar
Ularning barchasi ketma-ket spektrlar va tasvirlardir
Ong ekranida
Rabbim, menga yordam ber
O'zimda olijanob fazilatlar va fazilatlarni rivojlantirish
uchun
Va o'zimdagi xotirjamlik va o'zini tuta bilish askarlarini
tarbiyalash uchun
Uning ilohiy rahbarligidagi rahbari bo'ling
Hal qiluvchi jangda
Jaholat va inkorga qarshi
Va muborak bayrog'ingizni va maqolalaringizni ko'tarish
uchun
Haqiqat bayrog'i va solihlik va ezgulik tamoyillari
Ruhim yodgorliklari ustida hilpirab
Va hayotimning turli sohalari
* * *

Ehtiyotkorlik qo'rquvdan ustun bo'lishi kerak. Profilaktik
choralar ko'rilishi va kasallik sabablarini bartaraf etish va
qo'rquvdan xalos bo'lish uchun barcha sa'y-harakatlarni
amalga oshirish kerak. Mikroblar hamma joyda shunchalik
ko'pki, agar odamlar ulardan qo'rqsalar, hayotdan zavqlana
olmaydilar. Barcha zarur tibbiy choralarga qaramay, agar
odam o'z uyini mikroskop ostida tekshirsa, ishtahasi va
.ovqatlanish istagi yo'qoladi
Nimadan qo'rqsangiz ham, fikrlaringizni undan
uzoqlashtiring. Uni Xudoga qoldiring va Unga bo'lgan
ishonchingizni mustahkamlang. Ko'p azob-uqubatlar odatda
xavotirdan kelib chiqadi. Kasallik hali boshlanmagan bo'lsa

ham, nima uchun azob chekasiz? Ko'pchilik odamlarning kasalliklari qo'rquvdan kelib chiqqanligi sababli, qo'rquvdan xalos bo'lish ularni darhol ozod qiladi va shifo darhol bo'ladi.

Har kecha, uxlashdan oldin, o'zingizga shunday deb tasdiqlang: "Xudo men bilan, va kim Xudo bilan birga bo'lsa, qo'rqishga hojat yo'q". O'zingizni Xudoning Ruhi va Uning kosmik energiyalari bilan o'rab oling, sizga hujum qiladigan har qanday mikrobyo'q qilinishiga ishonib. "Ey Xudo, Qodir Tangrim" yoki "Ey Rabbim, Yordamchi" ni to'liq ishonch bilan takrorlash sizni himoya qiladi, kuchaytiradi va o'zingizni qulay va sog'lom his qilishingizga yordam beradi. Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganingizda, Uning haqiqati sizga oqib keladi va siz o'zingizning tubingizda qiyinchilik va o'lmas ruh .ekanligingizni bilasiz

Qachonki qo'rqsangiz, kaftingizni yuragingizga qo'yib va chapdan o'ngga ishqalab: "Ey Rabbim, bu qo'rquvni mendan olib tashlang va ongim va fikrlarimni har qanday chalg'ituvchi narsadan xalos qiling", deb ayting. Radio shovqinlaridan xalos bo'lishning yo'llari bo'lgani kabi, agar siz doimo yuragingizni chapdan o'ngga ishqalasangiz va doimo yuragingizdan qo'rquvni yo'q qilish g'oyasiga e'tibor qaratsangiz, qo'rquv Xudoning yordami bilan yo'qoladi va siz .butun borlig'ingizni to'ldiradigan ilohiy quvonchni his qilasiz Qo'rquv har doim inson bilan birga bo'ladi va undan qutulish Xudo haqida o'ylash va Uning borligini his qilish .orqali mumkin

Xudoga ishonib va qilayotgan har bir ishingizda samimiy bo'ling Ko'plab taqlidchilar bor; ularning uzun ro'yxatiga ismingizni qo'shmang Nima qilayotganingizni o'zlashtiring va uni hech kim qilmagan noyob tarzda bajaring Xohish samimiy va iroda bo'lsa, ijodkorlik uchun maydon ochiq Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganingizda barcha tabiat sizga javob beradi

Odamlar ko'pincha o'zlarini birinchi o'ringa qo'yishadi, lekin biz boshqalar haqida o'ylashimiz va ularga qo'limizdan

kelganicha yordam berishimiz, o'zimizga tilaganimizdek
ularga ham yaxshilik tilashimiz kerak. Buni ixtiyoriy va chin
dildan qilganimizda, biz hamdardlik doiramiz kengayib
borayotganini va biz bilan boshqalar o'rtasidagi mehr-oqibat
rishtalari chuqurlashib, mustahkamlanib borayotganini his
.qilamiz

kishilik muhitda, agar hamma o'zini do'stona tutsa, 1000
har bir kishining 999 ta do'sti bo'ladi. Ammo agar o'sha
muhitdagi har bir kishi boshqalarga dushman bo'lib o'zini
.tutsa, har bir kishining 999 ta dushmani bo'ladi

Oy nuri va baxtli uzoq yurtlar

Kech kirganda, fikrlaringizni oy nuri bilan

uyg'unlashtiring

Qayg'ularingizni uning nurlari bilan yuving

Men ajoyib nur tanangizga muloyimlik bilan

yoyilayotganini his qilyapman

Va daraxtlar va uzoq hududlar ustida

Keng maydonda turing va xotirjam ko'zlar bilan qarang

Oy nuriga va u ochib beradigan ajoyib manzaralarga

Yaltiroq ufqning pardali chekkalariga qarang

Tafakkurli fikrlaringiz nuqtai nazar chegaralaridan chiqib

ketishiga yo'l qo'ying

Oltin orzular diyoriga

Diqqatingizni oy nurlari ko'rsatgan shakllardan boshqa

joyga o'tkazing

Uzoq yulduzlarga va uzoq osmonga

Tirik efirdan tashqaridagi abadiy sukunat

Hamma narsa sevgi va hayot bilan to'lib-toshgan joyda

Oy nurlarining cho'zilishini tomosha qiling

Nafaqat Yer yuzida

Aksincha, ulug'vor ongingizning cheksiz olamining har

bir burchagida

Uzoq, baxtli yurtlarga yetib borish uchun chuqur

mulohaza qiling

Chuqur ma'naviy ongning o'lchamlari

Va koinot kumush nur sifatida ko'rinadi
Uning chegarasi va oxiri yo'q

* * *

Insonlar nosog'lom odatlar bilan bog'langan va bu odatlar doimiy ravishda rivojlanib boradi, yaxshi odatlar esa .yo'q bo'lib ketadi

Nomaqbul mehmonlar inson hayotida birinchi o'rinni egallaydi, hurmatli mehmonlar esa undan faqat e'tiborsizlik va e'tiborsizlikni ko'rishadi va xorlangan va qalbi ezilgan .holda uning eshigidan yuz o'girishadi

Yaxshi odatlarni yaxshi ishlar bilan rivojlantirish kerak va bu yaxshi suhbatlar va ilhomlantiruvchi yozuvlar bilan ta'minlanadi, chunki atrof-muhitning ta'siri irodadan .kuchliroqdir

Insonlar materializm tomonidan boshqariladi va aql nuri doimo ichkariga emas, balki tashqariga yo'naltiriladi.

Odamlar u yoqdan bu yoqqa yugurishadi, lekin dunyoda ularni o'zlaridan va vijdonlaridan himoya qila oladigan joy .yo'q; o'zini o'zi tahlil qilish lahzasi juda muhimdir

Agar inson bir vaqtning o'zida fikrlari muvaffaqiyatsizlik, betartiblik va befarqlik fikrlari bilan to'lgan holda muvaffaqiyat uchun ibodat qilsa, u xuddi kimdirni biror ishga yuborgan va yo'lda qaroqchilar hujumiga uchragan odamga o'xshaydi. Insonning muvaffaqiyatini o'g'irlaydigan

qaroqchilar uning yomon odatlaridir. Inson ibodatlarini himoyasiz Xudoga yuboradi va xavotir va xavotir qaroqchilari Xudoga yetib borishdan oldin ularga hujum qilishadi. Albatta, Xudo ibodatlarni eshitadi, chunki U hamma joyda va hamma narsani biladi, lekin ma'lum sharoitlarda ibodatlar ijobat bo'lmaydi. Nima uchun ba'zan ularga ijobat bo'lmaydi? Javob ong osti ongining tuprog'ida yashiringan salbiy urug'larda yotadi. Uzoq va yaqin o'tmishda shakllangan bu yomon odatlar inson va Xudo o'rtasidagi to'siq bo'lib xizmat qiladi. Ijobiy fikrlar ruh tuprog'iga ekilishi kerak, shunda ular to'g'ri sharoitlarda unib chiqib, o'sib, meva berishi mumkin. Faqat

sog'liq, farovonlik va qulay sharoitlarga tayanib bo'lmaydi,
chunki bular o'tkinchi va vaqtinchalik. Ruh olamiga sarmoya
.kiritish oqilona

Inson hayoti va qalbida o'tmishdagi xatolardan kelib
chiqadigan vayronkor kuchlar doimo ishlaydi. Shuning
uchun, bu kuchli kuchlarga qarshi turish va ularga qarshi
.kurashishda hushyor va ehtiyotkor bo'lish kerak
Kimki o'ziga "Men muvaffaqiyatga erisha olmayman deb
o'ylagan holda muvaffaqiyat uchun ibodat qilsa, u
muvaffaqiyatga erisha olmaydi. Ilohiy nur porlashi va
samoviy ne'matlar yog'ilishi uchun ibodatni iliq imon va
.kamtar qalb bilan o'qish kerak

Buzilgan telefon orqali gaplashishning iloji bo'lmagani
kabi, tashvishlar, xavotirlar, norozilik va o'tkinchi narsalarga
bog'liqlik bilan to'lib-toshgan ong orqali ibodatlarni samarali
ravishda uzatish ham mumkin emas. Chuqur xotirjamlik va
nafis, konstruktiv tebranishlar bilan osoyishta uyg'unlik
orqali ongni tiklash va sozlash, uning ma'naviy qabul qilish
qobiliyatini oshirish, Xudoga samimiy xabarlarni samarali va
samarali etkazish va Uning muborak javobini olish imkonini
.beradi

Ey Rabbim, qo'llarimni ko'kragimga qo'yib, butun
borlig'imni Senga bag'ishlayman va ibodatlarimni chuqur
sevgi bilan to'ldiraman. Menga Senga bo'lgan begunoh
bolalar sevgisini ato et va iltijolarim ortida Sening
yaqinligingni his qilishimga yordam ber. Barcha his-
tuyg'ularimda Sening huzuringni his qilishimga yo'l qo'y va
Sening donoliging mening tushunchamni qo'llab-
quvvatlashini va hayotim Sening nuringning uchquni va
Sening umuminsoniy hayotingning namoyon bo'lishi
.ekanligini anglashimga yo'l qo'y

Ular odatda eng baxtli odamlardir
Haqiqiy insoniy baxt insonning doimo o'rganishga va
to'g'ri va hurmatli tarzda harakat qilishga tayyorligidadir.

Inson o'zini qanchalik ko'p takomillashtirsa, atrofdagilarning
.taraqqiyoti va baxtiga shuncha ko'p hissa qo'shadi

Og'riqning asosiy sababi

Ma'naviy "men"ning tana va ong bilan bog'lanishi va
ular orqali amalga oshirilishi bizning barcha og'riqlarimiz,
cheklovlarimiz, cheklovlarimiz, kamchiliklarimiz va
kamchiliklarimizning asosiy sababidir. Bu bog'liqlik tufayli biz
ilohiy saodat yoki xabardorlikni boshdan kechirishga qodir
bo'lmagan darajada og'riq va zavq kabi hayajonni boshdan
.kechiramiz

Din, o'z mohiyatiga ko'ra, og'riqdan doimiy ravishda
qochish va sof saodatga, ya'ni Xudoga erishishni o'z ichiga
.oladi

Quyoshning asl tasvirini notinch suv yuzasida aniq
ko'rishning iloji bo'lmagani kabi, ruhiy ruhning asl, muborak
tabiatini (butun ruhning aksi) tushunish va uning mohiyatini
ruhning tana va ongning o'zgaruvchan va o'zgaruvchan
holatlari bilan o'zaro bog'liqligidan kelib chiqadigan
.notinchlik va xavotir to'lqinlari bilan anglab bo'lmaydi
Xuddi qaynoq suv quyoshning asl qiyofasini buzganidek,
bezovta ong ham shu o'ziga xoslik yoki assotsiatsiya orqali
.qalbning doimo quvonchli ichki tabiatini buzadi
:Sharq donoligi kitoblarida shunday deyilgan

Agar siz tanangizdan yuqoriga ko'tarila olsangiz va"
o'zingizni ruh ekanligingizni anglasangiz, abadiy saodatga
erishasiz va barcha azoblardan xalos bo'lasiz" {Va ayting:
"Ey Parvardigorim, menga ilmni ziyoda qil".}

Shunda sizlar haqiqatni bilib olasizlar va haqiqat}

{sizlarni ozod qiladi

Erkinlik o'zini o'zi boshqarishdan kelib chiqadi, yaxshi

odat eng yaxshi do'stdir

Ustozim Shri Yuktsvarjining eng ta'sirli so'zlari, u menga
doim takrorlagan uchta so'z edi: " O'zini tutishni o'rganing ".
Men unga buning uchun minnatdorchiligimni ifoda eta

olmayman, chunki o'zini to'g'ri tutish har doim ham oson
.emasligini bilaman

Biror narsani yengishingiz kerak bo'lganda, nima uchun
uni yengishingiz kerakligini tushunishingiz kerak. Siz nafaqat
undan voz kechishingiz va undan uzoqlashishingiz kerak,
balki u haqida o'ylashni ham yo'q qilishingiz va uni
fikrlaringizdan chiqarib tashlashingiz kerak. Salbiy fikrlash -
.bu engish kerak bo'lgan dahshatli dushman

Agar diqqatingizni hissiy ongdan ma'naviy ongga
qaratsangiz, g'alabaga erishasiz va o'zingizga baxt keltirasiz.
Yutuqlar ongda yotadi. O'zingizga shunday savol berishingiz
kerak: "Men hislarimning qulimi yoki ularning
xo'jayinimanmi? Men tinchlikka boymanmi yoki ma'naviy
"?qashshoqmanmi

Inson ortiqcha narsaning qurboni bo'lmasligi kerak.
Narsalardan zavqlaning, lekin ularning sizni qul qilishiga yo'l
qo'ymang. Erkin bo'ling. Mehribon, do'stona, xushchaqchaq
va quvnoq bo'ling va har qanday vaziyatda o'zingizning
xo'jayiningiz bo'ling. Faqat his-tuyg'ularingizga qul bo'lmaslik
kerak, balki sog'lom e'tiqodga muvofiq harakat qilish kerak.
Ikkilanishlardan o'tib, kosmik ongga erishishni istagan har bir
kishi o'zini tuta bilishi va barcha narsalarga va barcha
sharoitlarga ruhiy azob-uqubatlarsiz chidashga o'rgatishi
.kerak

O'z xohishiga ko'ra qilish erkinlik emas, balki erkinlikni
suiiste'mol qilishdir. Erkinlik o'zini tuta bilish qonuniga, ya'ni
o'zini tarbiyalash qonuniga rioya qilishdan kelib chiqadi.
Haqiqiy erkinlik hamma narsani donolik bilan bajarishni
anglatadi. Erkinlik Xudoga va Uning qonunlariga rioya
.qilmasdan kam va yuzaki bo'ladi

Ko'pgina odamlarning hayoti istaklar, ehtiroslar,
temperamentlar, odatlar va atrof-muhit va ijtimoiy ta'sirlar
.bilan boshqariladi

Tana odatlari ongni boshqara boshlaganda, tananing
iroda buyruqlariga bo'ysunishi qiyinlashadi. Shuning uchun

semiz odamlar hatto parhezga rioya qilganda ham vazn yo'qotishga qiynalishadi. Ongli hujayralar o'z odatlarini shakllantirgan va ong buyruqlariga tezda javob bermaydilar. Biroq, agar ular to'g'ri tarbiyalangan bo'lsalar, yuqori aqliy kuchlar - to'g'ri tarbiyalangan va mashq qilingan taqdirda tanani boshqarishga qodir kuchlar bilan hech qanday .ziddiyatsiz ong ko'rsatmalariga bajonidil bo'ysunadilar Yaxshi odat sizning eng katta do'stingiz, yomon odat esa yashirin dushmaningizdir. Shuning uchun, odat yoki harakatni takrorlashdan ehtiyot bo'lish kerak, chunki takrorlash harakatni odam sezmasdan oldin odatga aylantiradi va odat ikkinchi tabiatga aylanadi. Biroq, uni doimiy yaxshi ishlar va ijobiy, ijodiy fikrlash orqali o'zgartirish .mumkin

Hamma joyda tartib va izchillik belgilari Ilk mutafakkirlar o'z kuzatuvlariga asoslanib, har bir inson materiya va ongning aralashmasi ekanligini ta'kidlashgan va bu kuzatuv natijasida ular ikkita mustaqil .kuch: tabiat va ong mavjudligiga ishonishgan Keyin ular hayron bo'la boshladilar: "Nima uchun tabiatdagi hamma narsa ma'lum bir tarzda joylashtirilgan? Nima uchun insonning bir qo'li ikkinchisidan uzun emas? Va nima uchun yulduzlar va sayyoralar kosmosda to'qnashmaydi? Biz qayerga qarasak ham, koinotda tartib va .izchillik alomatlarini ko'ramiz

Ushbu asosdan ular aql va materiya alohida bo'la olmaydi va shu bilan birga ularning har biri ustidan mutlaq hukmronlikka ega bo'la olmaydi, degan xulosaga kelishdi, chunki hamma narsani boshqaradigan bitta aql bo'lishi .kerak

Bu xulosa tabiiyki, materiya va ongning sababi va kelib chiqishi bo'lgan, ular orqali va ulardan tashqarida mavjud bo'lgan yagona Xudo g'oyasiga olib keladi. Mutlaq donolikka erishgan kishi hamma narsaning mohiyatida ruh ekanligini

tushunadi, garchi bu ruh tashqi ko'rinishda pardalangan va
.ko'zdan yashirin bo'lsa ham
Ma'naviy bilimga ega bo'lganlar Xudoning nurini hamma
joyda namoyon bo'lishini ko'rishadi
Savol tug'iladi: tadqiqotchilar buni qanday qilib dastlab
?topa olishdi

Birinchi qadam sifatida ular dunyo va materiya bilan
to'g'ridan-to'g'ri aloqani yo'q qilish uchun ko'zlarini yumdilar,
shunda ular e'tiborlarini dunyo va materiya ortida turgan
.universal ongni bilishga to'liq qaratishlari mumkin edi
Ular intuitiv ravishda tabiatdagi ilohiy mavjudlikni
beshta sezgi orqali oddiy idrok etish orqali idrok eta
olmasliklarini tushunishdi. Shunday qilib, ular chuqur va aniq
diqqatni jamlash orqali uning mavjudligini o'zlarida his qilish
.yo'lini izladilar

Nihoyat, ular beshta sezgining barcha eshiklari va
yo'llarini yopishga va yopishga muvaffaq bo'lishdi, vaqtincha
moddiy ongdan butunlay mustaqil bo'lishdi. Keyin ruhning
ichki dunyosi ularga o'zini namoyon qila boshladi va ularning
oldida ochildi. Ezoterik tadqiqotlarini tinimsiz davom ettirgan
.buyuk shaxslar uchun Xudo nihoyat o'zini namoyon qildi
Harakatlaringiz orqasida Xudoning kuchini qo'ying
Ichki kuchingizni konstruktiv va foydali maqsadlar uchun
ishga soling, shunda siz ko'proq narsaga erishasiz.
Muvaffaqiyatning har bir elementidan foydalanib, qat'iyat
bilan harakat qiling. O'zingizni ijodiy ruhingiz kuchi bilan
uyg'unlashtiring, shunda siz sizni ilhomlantirishga va barcha
muammolaringizni hal qilishga qodir cheksiz ong bilan
bog'lanasiz. Kuch sizga ma'naviy borlig'ingizning qudratli
manbaidan doimiy ravishda oqib keladi, bu sizga hayotning
har bir sohasida ajoyib yutuqlar va yangiliklarga erishish
.imkonini beradi

Muhim qaror qabul qilishdan oldin, jimgina o'tirib,
Xudodan yordam va marhamat so'rang. Shunda siz kuchingiz
ortida Xudoning kuchi, ongingiz ortida Xudoning aqli va

irodangiz ortida Xudoning irodasi borligini tushunasiz. Xudo siz bilan ishlayotgan ekan, harakatlaringiz behuda ketmaydi va siz ham muvaffaqiyatsizlikka uchramaysiz; aksincha, kuchingiz ko'payadi va qobiliyatlaringiz oshadi. Xudoga xizmat qilishdagi vazifalaringizni bajarganingizda, Uning .marhamatlarini olasiz

Agar hayotdagi ishingiz kamtarona bo'lsa, buning uchun uzr so'ramang. Xudo sizga ishonib topshirgan vazifalarni bajarayotganingizdan faxrlaning. U sizning o'z rolingizni qo'lingizdan kelganicha bajarishingizni xohlaydi. Hamma ham siz bajaradigan rolni bajara olmaydi. Xudoni rozi qilish uchun harakat qilsangiz, koinotning barcha kuchlari sizning .baxtingiz va farovonligingiz uchun uyg'unlikda ishlaydi Xudoga Uni hamma narsadan ustun qo'yishingizni tasdiqlaganingizda, o'zingizni Uning irodasi bilan birlashtirasiz. Yo'lingizda turgan to'siqlarga qaramay, Uni tinimsiz izlaganingizda, siz insoniy irodangizdan eng yaxshi foydalanasiz va qadimgi donishmandlarga va chinakam muvaffaqiyatga erishganlarga ma'lum bo'lgan muvaffaqiyat .qonunidan ham foydalanasiz

Muqaddas kosmik kuch sizning xizmatlaringizda, agar siz ushbu muborak kuchdan sog'liq, baxt va tinchlikka erishish uchun chinakam harakat qilsangiz. Ushbu ezgu maqsadlarga erishish orqali siz Xudodagi haqiqiy uyingizga o'zingizni bilish .yo'lidan borasiz

Baxt muvaffaqiyatning o'lchovidir

Birinchidan, erishmoqchi bo'lgan maqsadingiz intilishga arziydi va unga erishish haqiqiy muvaffaqiyat deb .hisoblanishi kerakligiga ishonch hosil qilishingiz kerak Muvaffaqiyat nima? Agar sizda sog'liq va boylik bo'lsa, lekin hamma bilan (va o'zingiz bilan ham) muammolar bo'lsa, hayotingiz muvaffaqiyatli bo'lmaydi. Agar baxt topmasangiz, dunyo xira va hayot samarasiz bo'lib qoladi. Pul yo'qotganingizda, kichik bir narsani yo'qotasiz. Sog'lig'ingizni yo'qotganingizda, muhimroq narsani

yo'qotasiz. Ammo tinchlik va osoyishtalikni yo'qotganingizda,
.hayotning eng qimmatbaho xazinalarini yo'qotasiz
Shuning uchun muvaffaqiyat baxt mezonlari,
umuminsoniy qonunlarga moslashish va uyg'unlashtirish
qobiliyati bilan o'lchanishi kerak. Muvaffaqiyat sog'liq,
mavqe va kuch kabi dunyoviy mezonlar bilan o'lchanmaydi.
Bu narsalarning o'zi to'g'ri ishlatilmasa, baxt keltirmaydi.
Buning uchun inson Xudoga va insoniyatga donolik va
.muhabbatga ega bo'lishi kerak
Xudo sizga ongingiz va irodangizdan foydalanish yoki
noto'g'ri foydalanish orqali o'zingizni mukofotlash yoki
jazolash qudratini bergan. Agar siz sog'liq, farovonlik va
donolik qonunlarini buzsangiz, muqarrar ravishda kasallik,
qashshoqlik va johillikdan aziyat chekasiz. Shuning uchun siz
ongingizni mustahkamlashingiz va o'tmishdagi to'plangan
psixologik va axloqiy yuklarni ko'tarmaslikka harakat
qilishingiz kerak. O'sha eskirgan uyumlarni hozirgi muborak
qarorlaringiz va konstruktiv faoliyatingiz olovida yoqing,
.shunda siz ozodlik ufqlariga erishasiz
Baxt ma'lum darajada tashqi sharoitlarga bog'liq, lekin
bu birinchi navbatda insonning ruhiy holatiga bog'liq. Baxtli
bo'lish uchun inson sog'lig'i yaxshi, ongli, farovon hayot
kechirishi, munosib ishi, minnatdor qalbi va eng muhimi,
.Xudo haqidagi donoligi va bilimiga ega bo'lishi kerak
Baxtli bo'lishga bo'lgan qat'iy qat'iyat sizga juda katta
yordam beradi. Muammolaringiz boshqa joyda deb noto'g'ri
o'ylab, vaziyatingiz o'zgarishini kutmang. Baxtsizlikning
chuqur singib ketgan, sindirish qiyin bo'lgan odatga
aylanishiga yo'l qo'ymang, bu o'zingizga va
.atrofingizdagilarga ruhiy azob keltiradi
Siz va boshqalar uchun eng katta ne'matlardan biri
baxtli va nekbin bo'lishdir. Agar sizda baxt bo'lsa, siz hamma
narsaga erishgansiz. Baxt Xudo bilan uyg'unlikda bo'lishni
.anglatadi va meditatsiya baxtga erishish qobiliyatini beradi

Aql odatlari: muvaffaqiyatni tezlashtirish yoki
kechiktirish

Insonning odatlari uning muvaffaqiyatini tezlashtirish
yoki kechiktirish kuchiga ega. Bu vaqtinchalik ilhomlar yoki
yorqin g'oyalar emas, balki insonning kundalik aqliy odatlari
.uning hayot yo'nalishini belgilaydi

Aqliy odatlar aqliy magnitga o'xshaydi, ma'lum
narsalarni, odamlarni va sharoitlarni o'ziga tortadi. Yaxshi
aqliy odatlar sizga qulay va foydali imkoniyatlarni jalb qilish
imkonini beradi, yomon aqliy odatlar esa sizni dunyoviy
moyilliklarga va nomaqbul holatlarga ega bo'lganlarga
.yaqinlashtiradi

Siz yomon odatlarni zararsizlantirishingiz va ularni
qo'zg'atishi yoki jonlantirishi mumkin bo'lgan har qanday
narsadan, ularga doimiy e'tibor qaratmasdan, qochish orqali
ularning kuchini zaiflashtirishingiz mumkin. Keyin,
fikrlaringizni yaxshi odatga yo'naltiring va uni hayotingizning
ajralmas qismiga aylanib, ishonishingiz va ishonishingiz
mumkin bo'lguncha doimiy ravishda rivojlantirish ustida
.ishlang

Bizning ichimizda ikkita qarama-qarshi kuch doimiy
to'qnashuvda: biri bizni qilmasligimiz kerak bo'lgan ishni
qilishga undaydi, ikkinchisi esa, hatto bu qiyinroq tuyulsa
ham, bizni qilishimiz kerak bo'lgan ishni qilishga
ilhomlantiradi. Birinchi ovoz yovuzlik ovozi, ikkinchisi
.yaxshilik ovozi yoki Xudo

Kundalik mashaqqatli saboqlar orqali siz yomon odatlar
cheksiz moddiy istaklar daraxtini, yaxshi odatlar esa yuksak
ma'naviy umidlar va intilishlar daraxtini oziqlantirishini aniq
.ko'rasiz

Bir kun kelib o'zingizni bilishning mazali, pishgan
mevalarini yig'ib olishingiz uchun siz o'z kuchingizni muborak
ma'naviy daraxtning to'g'ri rivojlanishiga ko'proq va ko'proq
.qaratishingiz kerak

Agar siz o'zingizni har qanday yomon odatlardan xalos
qila olsangiz va barcha yaxshi va olijanob ishlarni yomonlik
qayg'u va pushaymonlik keltirgani uchun emas, balki
olijanoblik va mehr-oqibatga bo'lgan muhabbat bilan qila
.olsangiz, unda siz ruhan o'sasiz va yo'lda oldinga siljiysiz

Yomon odatlaringizdan ixtiyoriy va ataylab voz
kechganingizda ozod bo'lasiz. Siz faqat xo'jayin
bo'lganingizda, his-tuyg'ularingizni, fikrlaringizni va qilinishi
kerak bo'lgan ishni qilish irodangizni boshqara olganingizda
ozod bo'lasiz, hatto bu sizning xohishingizga zid bo'lsa ham.

O'zini tuta bilish va o'zini o'zi boshqarish kuchida abadiy
.erkinlik urug'lari yotadi

Men hozirgacha muvaffaqiyatning bir nechta muhim
xususiyatlarini aytib o'tdim: ijobiy fikrlash, iroda, psixoanaliz,
tashabbuskorlik va o'zini o'zi tarbiyalash. Ko'pgina kitoblarda
ushbu xususiyatlardan biri yoki bir nechitasi ta'kidlangan,
ammo bu omillarning asosidagi ilohiy kuch tan olinmagan.
Ilohiy iroda bilan uyg'unlik muvaffaqiyatga erishishning eng
.muhim elementidir

Ilohiy iroda Yerni va undagi barcha narsalarni, koinotni
va undagi barcha narsalarni harakatga keltiruvchi kuchdir.
Yulduzlarni kosmosda harakatga keltiradigan narsa Xudoning
irodasidir va sayyoralarni o'z orbitalarida ushlab turadigan va
barcha hayot shakllarining tug'ilishi, o'sishi va parchalanishi
.sikllarini tartibga soluvchi narsa ham Uning irodasidir

Sog'inch cho'g'lari

Ey Xudoyim

Sog'inch cho'g'larim Sening muborak huzuringda abadiy
yonsin

Ey sevimli Xudoyim, sevgilimning nilufarini dunyoviy
unutilish botqog'idan uzib ol va u bilan doimo hushyor
.xotirangning ko'kragini bezat

Osmonlar ma'badida, Senga sajda qilaman, ey Xudoyim
Atirgullar hidida ovozingni eshitdim

Va men sizning muloyimligingizni zambaklar nafisligida
his qildim

Va sog'inchlarim pichirlashida sizning sevgingiz javob
edi

Men Xudoni tafakkur va aniq idrok orqali bilish
mumkinligini bilaman, lekin chalkash va notinch ong orqali
.emas

Men ko'zlarimni tafakkur saodatiga ochaman va barcha
zulmat yo'qolganini ko'raman. Men o'zimni meditatsiya
devorlari ortida yashiringan ilohiy tinchlik hovuziga
cho'mdiraman va ichki borlig'imni tafakkur orqali poklayman,
toki u tashqi ta'sirlar bilan buzilmasligi uchun. Va men har bir
.kunni Qodir Tangrining tafakkuri bilan kutib olaman
Sukunat ma'badida men sizning tinchligingiz
qurbongohini topaman

Va tinchlik qurbongohida men sizning doimiy yangilanib
turadigan quvonchingizni topaman

Ey Rabbim, meditatsiya g'orida ovozingni eshitishimga
ijozat ber, shunda men o'zimda abadiy samoviy baxtni
topaman. Tinchlik qalbimni to'ldiradi va borlig'imni qamrab
.oladi, xoh jimjitlikda bo'lsin, xoh ish paytida bo'lsin
Osmon gumbazidagi har bir yorqin, miltillovchi yulduz va
,har bir sof, beg'ubor fikr

Har bir olijanob ish va go'zal yutuq, men Senga
qaraydigan deraza bo'ladi, ey sevimli Xudoyim
To'liq aqliy diqqat va cheksiz sog'inish bilan men
ongimni ruhiy ko'z (qoshlar orasidagi) orqali abadiyat
.shohligiga yuboraman

Men jonimni tananing asirligidan ozod qilaman va uni
.ruhning buyuk dengizi bilan aralashtiraman
Psixoanalizning zarurati

Muvaffaqiyatning yana bir siri - bu psixoanaliz. O'z-o'zini
tahlil qilish - bu siz aks holda sizdan yashirin qoladigan
ongingizning yashirin chuqurliklarini ko'rishingiz mumkin
.bo'lgan oyna

Muvaffaqiyatsizlik nuqtalaringizni aniqlang va yaxshi va yomon moyilliklaringiz va moyilliklaringizni saralang Hozir qayerda ekanligingizni, nimaga erishmoqchi ekanligingizni va yo'lingizda qanday to'siqlar borligini tushunish uchun o'zingizni tahlil qiling. Haqiqiy ishingizni .aniqlang va hayotdagi maqsadingizni tushuning Haqiqiy va olijanob xarakterning barcha fazilatlarini rivojlantirishga intiling, injiqlik va istaklardan xoli bo'ling. Fikringizni Xudo bilan uyg'un va uyg'un holda saqlasangiz, siz orzu qilgan maqsadingizga erishish yo'lida tez, xavfsiz va ishonch bilan oldinga siljiysiz. Sizning asosiy maqsadingiz Xudoga yo'l topishdir. Ammo bu dunyoda bajarish kerak .bo'lgan burch va mas'uliyatlar ham mavjud Bu yer yuzida biz begona bo'lib ko'rinamiz va faqat .Xudoni sevganimizda aka-uka va opa-singil bo'lamiz Iroda kuchi tashabbuskorlik bilan birgalikda sizga majburiyatlaringizni aniqlashga va ularni to'liq bajarishga yordam beradi. Tashabbuskorlik nima? Bu sizning ichingizdagi ijodiy qobiliyat: cheksiz Yaratguvchining uchquni bo'lib, sizga hech kim yaratmagan narsani yaratishga kuch beradi. Bu sizni narsalarni yangi va ijodiy usullar bilan qilishga undaydi. Tashabbuskor insonning yutuqlari otilgan yulduz kabi hayratlanarli va hayratlanarli bo'lishi mumkin. Hech narsadan biror narsa yaratish orqali ular imkonsiz bo'lib tuyulgan narsa insoniyat oliy ijodiy ruhning kuchidan foydalanganda haqiqatan ham mumkinligini ko'rsatadi. Tashabbuskorlik va innovatsiya sizga erkin va mustaqil ravishda o'z oyoqlaringizda turishga imkon beradi va .muvaffaqiyatning belgilaridan biridir

Muvaffaqiyat g'oyalari haqida ogohlantirish
Aytaylik, siz hozirgacha muvaffaqiyatsizlikka uchragansiz, kurashishni to'xtatib, muvaffaqiyatsizlikni taqdir deb hisoblash ahmoqlikdir
Ko'proq narsaga erisha olguncha harakat qilishni to'xtatgandan ko'ra, kurashib o'lgan ma'qul, chunki

insonning harakatlari o'limdan keyin ham yangi hayotga olib
.boradi

Muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik o'tmishda qilgan
ishlaringizning, shuningdek, hozir qilayotgan ishlaringizning
adolatli oqibatidir. Shuning uchun, siz o'tmishdagi
tajribalardan muvaffaqiyat haqidagi fikrlarni
shakllantirishingiz va ularni hozirgi hayotingizdagi
muvaffaqiyatsizlik haqidagi fikrlarni nazorat qila olishingiz
.uchun energiya bilan to'ldirishingiz kerak

Muvaffaqiyatli odam duch keladigan qiyinchiliklar va
muammolar muvaffaqiyatsiz odam duch keladigan
qiyinchiliklardan ko'ra ko'proq bo'lishi mumkin. Biroq,
birinchisi o'zlarini muvaffaqiyatsizlik g'oyasini butunlay va
.izchil ravishda rad etishga o'rgatgan

Siz ongingizni umidsizlik va umidsizlikdan g'alaba va
g'alabaga; xavotirdan xotirjamlikka; intellektual chalkashlik
va xavotirdan aqliy diqqat markaziga; tartibsizlik va
tartibsizlikdan tinchlikka; va tinchlikdan muqaddas ma'naviy
baxtga o'tkazishingiz kerak. Agar siz ushbu o'z-o'zini bilishga
ega bo'lsangiz, hayotingizning maqsadi Xudoning yordami
bilan muvaffaqiyatga erishiladi va ulug'vor tarzda amalga
.oshiriladi

Fikr kuchi

Siz odatiy fikrlash tarzingizning sifati va tabiatiga qarab
muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizlikni namoyish etasiz
Hayotingizda qaysi biri kuchliroq: muvaffaqiyat haqidagi
?fikrlarmi yoki muvaffaqiyatsizlik haqidagi fikrlarmi
Agar fikrlash tarzingiz asosan salbiy bo'lsa, vaqti-vaqti
bilan ijobiy fikrlar muvaffaqiyatga erishish uchun yetarli
bo'lmaydi. Agar halol o'ylasangiz, hatto o'zingizni qorong'ulik
bilan o'ralgan his qilsangiz ham, izlayotgan narsangizni
.topasiz va maqsadingizga erishasiz

Faqat o'zingiz uchun javobgarsiz. Qiyomat kuni boshqa
hech kim siz uchun javob bermaydi yoki hisob bermaydi.
Sizning harakatlaringiz (o'tmishdagi harakatlaringiz

natijalari) sizni dunyoga keltirgan ishingizni faqat bitta odam bajarishi mumkin: siz. Va sizning ishingiz faqat boshqa odamlarga qandaydir tarzda xizmat qilgandagina .muvaffaqiyatli hisoblanadi

Hech qanday muammoga e'tibor bermang yoki u haqida o'ylayvermang. Biroz vaqt dam olishga ruxsat bering, shunda ular o'z-o'zidan hal bo'lishi mumkin. Lekin ularni farqlash qobiliyatingizni yo'qotadigan darajada uzoq dam olishga yo'l qo'ymang. Buning o'rniga, ushbu dam olish vaqtlaridan mulohazangizni chuqurlashtirish va o'zingizdagi xotirjam ufqlarga erishish uchun foydalaning. O'zingiz bilan uyg'unlikda bo'lganingizda, qilayotgan barcha ishlaringiz haqida aniq o'ylay olasiz. Fikrlaringiz chalg'isa ham, ularni to'plashingiz va qayta yo'naltira olasiz. Uyg'unlikda bo'lishning bu muborak qobiliyatiga harakat va mashq orqali .erishish mumkin

Ona, o'qituvchi Paramhansaning so'zlariga ko'ra
Onalar kunida u bergan ma'ruza
Keling, bu kunni farzandlarini mehr va mehr bilan
tarbiyalagan barcha yaxshi onalar uchun yaxshi fikr sifatida .qabul qilaylik

Ona mehri bizga yumshoqlik va befarqlik bilan erkalash uchun emas, balki qalbimizda mehr uyg'otish uchun berilgan, toki biz boshqalarning qalbini mehr bilan yumshatishimiz va charchagan qalblarni dunyoning tashvishlari va cheklovlaridan ozod qilishimiz mumkin. Fojia va qayg'uga botgan, ko'plab baxtsizliklar va qiyinchiliklardan aziyat chekayotganlar bizning yumshoq tushunchamizga va .rahm-shafqatli hamdardligimizga muhtoj

Men ma'naviy ma'rifatni onamga bo'lgan buyuk muhabbatim orqali oldim; onamga bo'lgan samimiy sevgim Xudoga bo'lgan muhabbatimning ortib borishining asosiy sababi edi, chunki bu sevgi meni uning sof manbasini izlashga undadi va men uni barcha yaxshilik va fazilat .manbai bo'lgan Xudoda topdim

Ona otadan ko'ra mehrliroq va kechirimliroqdir. Ona
Xudoning shartsiz sevgisining eng sof namunasidir. Xudo
onalarni bizga bo'lgan sevgisini sabab bilan yoki sababsiz
.ifoda etish uchun yaratdi

Men ayolni umuminsoniy onalikning insoniy ko'rinishi
deb bilaman va unda eng ko'p hayratga tushadigan narsa
uning chinakam onalik mehridir. Ayolda ma'naviy go'zallik va
ulug'vor ma'noni idrok etganlar olijanob tuyg'ular bilan
uyg'onadilar va o'zlarini ilhomning keng olamlariga ochilgan
deb biladilar. Umumjahon sevgi ayolga minnatdorchilik va
hurmat bilan qaraydigan va unga mehr va izzat bilan
munosabatda bo'ladigan har bir kishining qalbiga singib
.ketadi

Agar Xudo O'z sevgisini onalar qalbiga singdirmaganida,
ular farzandlarini seva olmas edilar. Biroq, hurmat,
shuningdek, bu sevgining oqib o'tish vositasiga ham bog'liq.
.Barcha buyuk insonlar onalariga buyuk sevgi ko'rsatganlar
Onaning borligi tufayli uy yorug'lik, quvonch va
barakalarga to'ladi. Keling, ona mehrining alangasini
.qalbimizda doimo yorqin tutaylik
Va dunyodagi barcha fazilatli onalarga salomlar
Va ularga mehr bilan munosabatda bo'lganlarning
barchasiga
Ularning sharafiga va xizmatlarini e'tirof etish
maqsadida

Chuqurliklarning shivirlashlari

Usta Paramhansa Yogananda

Tarjima: Mahmud Masud

Men Sening yaratganlaringning to'shagida, o'tmishda,
hozirda va kelajakda uzoq vaqt yotib qoldim va men —
abadiylik farzandi — xavotir va bezovtalikni his qildim. Men
qayta-qayta kurashdim, ammo behuda, nihoyat aldamchi
nisbiylik to'siqlari bilan o'ralgan to'shakdan sakrab chiqishga

muvaffaq bo'lgunimcha. Sen meni qo'llaringga olding va abadiy tinchlik ohanglari bilan meni quchoqlading. Men abadiylik farzandiman — Sening abadiyliging — va boshimni Sening hamma narsani qamrab oluvchi borlig'ing bag'riga qo'yaman.

Xavotir olma, o'g'lim

Qiyin bir lahzada sizning ovozingiz shunday deganini eshitdim: "Mening himoya quyoshim sizning eng yorqin va eng qorong'u soatlaringizga teng ravishda porlaydi".

Xavotir olma, o'g'lim, lekin iymon keltir va tabassum qil! Chunki qayg'u qalbning muborak tabiatiga nisbatan adolatsizlikdir. Shifobaxsh nurim nurli tabassumlaring orqali porlasin. Sening baxting, o'g'lim, menga quvonch va mamnuniyat keltiradi.

Siz bilan birga xursand bo'ling

Son-sanoqsiz umrlarda men siz bilan birga o'ynaganman va son-sanoqsiz qo'shiqlar kuylaganman Asrlar davomida yo'qlikdan keyin uyga — sizning oldingizga — qaytganimda, xayrlashuv titrashi meni qamrab olganida, men hali ham sizning iliq quchog'ingizni eslayman Va mana men yana sizning abadiy huzuringizda, siz bilan o'ynab, kulaman, sizga abadiy sevgimning qo'shiqlarini kuylayman

Mening xohishimga qarshi emas, ey o'lim

Meni tengdoshlaridan tortib olingan qochoq bola kabi irodamga qarshi yer yuzidan majburan sudrab chiqilmaydi. Men Xudoni sevaman va U ham meni sevadi; va oxirgi marta ketganimda, vaqt sahnasida bu rolni bajargan bo'laman — Xudo menga O'zining kosmik dramasining davomi sifatida o'ynashimni niyat qilgan bu harakat. Hayot dramasidagi rolimni bajarishda men tabassum qilaman va yig'layman: orzular ro'yobga chiqqanidan xursandman va umidlarning

barbod bo'lganidan azob chekaman. Lekin rolimni tugatgandan so'ng, qanchalik mashaqqatli va charchagan bo'lmasin, men yer sahnasini tabassumli qalb bilan tark etaman. Men kosmik onaning bag'rida bir muddat dam olaman, uning baxtidan bahramand bo'laman va keyin yerga qaytaman, endi yolg'on bog'ida beparvo ekilgan eski istaklar tomonidan jalb qilinmayman, balki uning muloyim va mehribon iltimosiga javoban.

Lotusni sevish

Ey Rabbim, ongimdagi ari Sening mehribon qalbingning lotusiga g'arq bo'lgan, undan men Sening mehrli sevging nektarini ichaman Bu ruhiy ari mening faqat Sening yoqimli hidingni chiqaradigan gullarni to'playdi Men o'zimni shahvoniy lazzat asalidan mahrum qildim va nihoyat Sening muqaddas nuringning lotusini topmagunimcha xayolning bepusht bog'laridan uzoqqa uchdim Men Sening mujassamlanish dalalarida kezib yurgan, gullarning hidlari bilan son-sanoqsiz tajribalarga jalb qilingan Sening aring edim Lekin endi men sarson-sargardonligimni to'xtatdim, chunki Sening muborak hiding qalbimning chanqog'ini qondirdi va har qanday atir yoki shirin hidga bo'lgan yonayotgan ishtiyoqimni qondirdi.

Aldamchilik o'rmoni yonmoqda

Men xayol va yolg'on o'rmonida yolg'iz va tushkunlikka tushgan edim, shuning uchun o'zimni tarbiyalash uchun kuch sarfladim, lekin olov sekin va alangasiz yondi. Men yuragimning tubidan ibodat qildim va Sen menga kelding, ey Rabbim, va ba'zi zaifliklarimni yoqding va alanga quruq butalar va xato chakalakzorlari orasidan tez tarqaldi. Keyin ular orzularning tikanli butalariga yetib borishdi va mag'rurlik va takabburlikning baland daraxtlariga tegishdi. Sizning nuringiz tillari mening johilligimning keng o'rmonlarini yutib yubordi va ularni kulga aylantirdi. Ey Ilohiy Yondiruvchi,

Senga shukur qilaman! Va qullaringiz darhol yordam va tez shifo so'rab iltijo va ibodat bilan Senga murojaat qilishsin.

Sizning asl qo'shig'ingiz

Sizni tinglash uchun, qo'riqchi farishta, men ichki ko'rishim radiosini sevgining mayin teginishlari bilan sozladim. Ko'pincha meditatsiya paytida sizga yaqin bo'lgan avliyolaringizning eng yoqimli ohanglarini tingladim: ulug'vor ma'naviy simfoniyalarga, qalbimdan tug'ilgan kompozitsiyalarga va sizga bo'lgan qadimgi sog'inchimning ohangdor qo'shig'iga. Sabr va xotirjamlik bilan men eng chuqur his-tuyg'ularim asbobini sozladim va uyquchanlik ko'zlarimni qamrab olganda va men uxlab qolish arafasida bo'lganimda, sizning asl qo'shig'ingiz mendan oqib o'tdi. Va endi men sizning quvonchli ohanglaringizning ekstatik aksadolarini tarqataman va ovozimni sizning izdoshlaringiz xoriga qo'shaman, toki madhiyalar tobora qizg'inlashib, sog'inish va intilish kuchaysin.

Men qalblar dengizida suzaman

Sen bilan birlikda, ey hamma narsani qamrab oluvchi Ruh, men kosmik hayotning nabziga aylanaman. Men qalblar dengizida suzaman. Men muqaddas insoniy tuyg'ular to'liqlarida raqsga tushaman va barchani muborak quvonchga to'ldiraman. Osmon Himolaylaridan men yuksak intilishlarning universal oqimini ochib yuboraman. Men boshqalarga mehr-shafqat bilan to'kilgan har bir ko'z yoshim bo'laman. Men avliyolarning oltin sukunatida va pushti onglarning gullab-yashnayotgan umidlarida hozir bo'laman. Ey sodiq istaklarni bajo keltiruvchi!

Abadiy uchqunim cheksiz nuring bilan aralashganda, men har bir ko'zda chaqnayman

Sizga tinchlik bo'lsin

Yangi shivir-shivirlar va tushunchalar

Hayotning yozgi kunlarida
Men hissiyot nektarini to'playman
Shirin fazilatlar gullaridan
Yaxshi qalblar bog'larida o'sish
Va men yuragimda distillangan mohiyatni saqladim
Bag'rikenglikning yuksak gullaridan
Va yumshoq xushbo'y hidlari bilan kamtarlik kurtaklari
Va nozik lotus g'oyalarining noyob gullari
Va atrofimga sovuq qish tajribalarining qorlari
tushganda

Va og'riqli dunyoviy ajralish
Men ilqlik va tasalli izlayman
Yuragim hujayrasida saqlangan nektarda
O'sha muborak kamerada, sizning huzuringizda
Men ko'pincha ilohiy asalarini topaman
Eskirgan orzularimning shirinligini iching
Men o'zimni xotirjam, quvonchli va taskin topgandek his
qilyapman

Men baxt sharsharalari bo'laman
Mening quvonchim uzluksiz oqimda jaranglaydi
Qudratli daryo olib ketadigan joy
Boshqalarning qayg'ulari va tashvishlarining og'ir yuklari
Men aql bovar qilmaydigan tezlikda yuguraman
Cheksiz makonlar ustida
Azob chekayotgan ruhlardan
Uning qo'rquvlarini yo'q qilish uchun
Va men uning muammolarini bartaraf etaman
Men chaqmoq chaqnashi bo'laman
Eng qorong'u kechada
Ajoyib ko'rinish uchun
Qadim zamonlardan beri yashiringan go'zalligingiz
Ko'rinmas ko'zlar zulmatining orqasida
Men nurli oy nurlari bo'laman

Yer yuzidan zulmatni yo'qqilish
Men yorug'lik nurlari bo'laman
Yashirin zulmatni yo'q qiluvchi
Inson tafakkurining burchaklarida
Sening marhamating bilan, ey Rabbim
Silashy, donolikning to'satdan yorqinligi
Asrlar va davrlar davomida to'plangan xatolar
Sevgi qalbda keltirib chiqaradigan qoniqish hissiyatning
.o'zida yotmaydi

Lekin bu tuyg'u keltiradigan quvonchda
Chunki sevgi quvonch keltiradi
Biz sevgini sevamiz, chunki u bizga cheksiz baxt
keltiradi

Sevgi maqsad emas; baxt maqsaddir
Xudo abadiy va doimiy yangilanadigan ne'matdir
Ruhning tabiati ham shunday, shuning uchun mistiklar
kuylashdi

Bu haqiqatni boshdan kechirgan va ma'naviy quvonchni
:tatib ko'rganlar

Biz quvonchdan keldik, quvonchda yashaymiz va"
"borlig'imiz suzib yuradi
Va biz kosmik quvonchga qaytamiz, bir kun o'sha
".baxtda erib ketamiz

Sevgi va rahm-shafqat kabi barcha olijanob tuyg'ular
Jasorat, fidoyilik va kamtarlik quvonchsiz ma'nosizdir
Quvonch — bu shodlik demakdir va bu oliy baxtning
.namoyonidir

Yoki eng katta mamnuniyat
Va Parvardigoringiz sizga albatta ato etadi va siz}
{Xursand bo'ling va xursand bo'ling} {qoniqasiz
Garchi quvonch ma'lum tashqi sharoitlar natijasida
paydo bo'lishi mumkin bo'lsa-da
Lekin sof mohiyatida u shartlar bilan bog'liq emas
Ko'pincha moddiy sharoitlarsiz paydo bo'ladi
Ba'zan siz ertalab uyg'onishingiz mumkin

Siz quvonch bilan uchib ketayotgandek his qilyapsiz
Va siz meditatsiya xotirjamligida o'tirganingizda,
 ichingizda quvonch porlaydi
Uni hech qanday tashqi signalsiz uyg'otadi
Bu mislsiz qalb quvonchidir
Lekin quvonch muayyan holatlar bilan bog'liq bo'lganda
Bu xuddi shu holatlardan kelib chiqmaydi
Aslida, bu holatlar quvonchni his qilish vositasi bo'lib
 xizmat qildi
Asl qallda yashiringan narsani men qalb tuprog'iga
 tekadek qazib oldim
Va inson ichida yashiringan baxt havzasidan quvonch
 bulog'i otildi
Shuning uchun, inson tajribasida, odatda ehtiyoj paydo
 bo'ladi
Ichkarida yashiringan quvonchni ochib berish uchun
 ba'zi tadbirlarga
Sevgi ham qalbning tabiatidir, lekin u quvonchgacha
 .bog'liq
Quvonchsiz sevgi yo'q
Sevgini quvonchsiz tasavvur qilish mumkinmi? Albatta
 yo'q
Javobsiz sevgi keltiradigan azob haqida gapirganda
Biz amalga oshmagan orzu haqida gapirayapmiz
Lekin sevgining haqiqiy tajribasi har doim quvonch bilan
 birga keladi
Mening ongim asalaridek, u uchadi
Qalbimning tanho bog'iga
Sevgimning shabadasi tebranadigan odam
Shudring marvaridlari bilan bezatilgan, sizning
 shirinligingiz
Men siz uchun ajoyib zambaklar o'stirdim
Ma'naviy kamsitishdan
va sariq za'faronlar
Tavba ko'z yoshlarimni yutish uchun

Va nozik binafshalar, kamtarlik haqida orzu qiladi
Va yuragim ruh idroklariga keng ochiq
Sizga fikrlarim daraxtlarini taklif qilaman
Xushbo'y iltijolarning mazali mevalari
Nozik, shudringli shoxlardan yasalgan kamtar qo'llar
bilan

Va qalbim bog'ida
Fikrlarim atrofimda g'uvullayotgan asalari kabi
Siz uchun sof nektar qurbonliklari orasida mast bo'lib
Butun dunyo "sevgi" so'zining asl ma'nosini unutdi
Sevgi noto'g'ri ishlatilgan va uning yuragi shunchalik
ko'p odamlar tomonidan parchalanib ketganki, endi
.sevgining ma'nosini faqat bir nechta odam biladi
Zaytunning har bir qismida moy bo'lgani kabi, sevgi
ham yaratilishning har bir burchagiga singib ketgan. Lekin
sevgini ta'riflash juda qiyin, xuddi apelsin ta'mini so'zlar bilan
tasvirlab bo'lmaydigan sababga ko'ra; uning ta'mini bilish
uchun mevani tatib ko'rish kerak. Xuddi shu narsa sevgiga
.ham tegishli

Sizlarning barchangiz qalbingizda qandaydir tarzda
sevgini boshdan kechirgansiz va shuning uchun uning
mohiyati haqida tasavvurga egasiz. Lekin odamlar umuman
olganda ilohiy sevgiga erishish uchun sevgini qanday
.rivojlantirish, poklash va kengaytirishni bilishmaydi
Hayotning boshida ko'pchilik qalblarda ilohiy sevgi
uchquni mavjud, lekin u odatda yo'qoladi, chunki inson uni
.qanday parvarish qilishni bilmaydi

Ko'pchilik sevgining tabiatini tahlil qilishning hojati yo'q
deb hisoblashadi. Ular sevgini qarindoshlari, do'stlari va
o'zlarini kuchli jalb qiladigan boshqalarga nisbatan boshdan
kechiradigan tuyg'u sifatida bilishadi. Lekin sevgi bundan
.ham ko'proq narsani anglatadi

Haqiqiy sevgini tasvirlashning yagona yo'li - uning
ta'sirini tasvirlashdir. Qani endi inson ilohiy sevgining bir
.zarrasini ham his qila olsa edi

Uni jilovlay olmaydigan darajada katta quvonch to'ldini
qamrab oldi

Biz yaxshilik qilishda va boshqalarga yordam berishga
harakat qilishda kuchli bo'lishimiz kerak. Faqat o'zi va oilasi
haqida qayg'uradigan odam ko'p baxt topa olmaydi va agar
u azob chekayotgan boshqa birov haqida o'ylamasa,
muhtojlarga yordam qo'lini cho'zish orqali qalbda hosil
bo'ladigan quvonchdan o'zini mahrum qiladi. Natijada, uning
baxt idishi kichik bo'lib qoladi va uning mazmuni to'liq
.bo'lmaydi

Pul, men uchun bitta narsani anglatadi: undan yaxshilik
qilish va boshqalarga yordam berish uchun foydalanish
Bu dunyoda samimiy, halol va sizga bo'lgan hurmat
.tufayli do'stlashishga tayyor bo'lganlar kam
Bu sodiq do'stlar dunyoning quvonchidir va haqiqiy
.do'stlik bu dunyodagi har qanday boylikdan ulug'roqdir
Odamlar bilan muomala qilishda samimiy bo'lgan kishi
Xudoni topadi va qalbida sevgiga ega bo'lgan kishi
boshqalarni chinakamiga biladi, xuddi odam shaffof oynadan
ko'rib, ichidagini idrok etganidek. Boshqalar haqidagi bunday
bilim Xudoni sevishdan va boshqalarni ham shu sevgi bilan
.sevishdan kelib chiqadi

Millionlab odamlar uyqu paytida ro'y beradigan ong osti
mo''jizalariga maftun bo'lishadi. Ammo yuqori holatda siz
xohlagan narsangizni tasavvur orqali emas, balki haqiqat
.orqali ko'rishingiz yoki bilishingiz mumkin
Men bu stulda o'tirib, xayolimni istalgan joyga qaratib,
o'sha joyda nima bo'layotganini aniq ko'ra olaman
Ba'zan shogirdlar ong ostiga kirib, yuqori ongga
ko'tarilishadi. Va yuqori ongdan o'tib, kosmik ongga erisha
oladigan tanlanganlar bor: kelib chiqishi yoki sababi
.bo'lmagan ilohiy ruh olami

Sof ma'naviy ong holatida, izlovchi narsalarni boshdan
kechirish uchun ularni oldindan tasavvur qilishning hojati
yo'q. Ular kosmik ong bilan birlashganda, ularning onglari

kengayadi va mavjudlikning har bir atomi bilan birlashadi va
ular butun koinot va barcha mavjudotlar haqida ongli
ravishda xabardor bo'ladilar. Bu tajriba cheksiz ongning
.kengayishidir

Kimki bu ongni boshdan kechirsa, u o't tolalarida va tog'
cho'qqilarida mavjudligini his qiladi va tanasining har bir
.hujayrasini va kosmosning har bir atomini his qiladi
O'zingizni kichik bir tana deb o'ylaysizmi, ichingizda esa
!?!ulkan olam bor ekan

Ammo kosmik ong bundan tashqarida ham mavjud.

Izlovchi butun mavjudotda o'zining mavjudligini his qila
olganda, ular cheksiz saodat va eng buyuk ilohiy sevgini
.boshdan kechiradilar

Va barcha borlig'im sizning go'zalligingiz bilan to'lgani}
kabi, mening his-tuyg'ularim ham sizning sevgingiz bilan
{band

Bu ilohiy ongning hamma joyda mavjudligi bilan
birlashadi

Shunday ekan, Allohdan yaxshi umidlar qiling va Uning
marhamatiga umid qiling. Maqsadingizga erishishdan
!umidingizni uzmang

Inson shunchaki ma'naviy ma'rifatga erishgan deb
o'ylash bilan Xudo bilan birga bo'la olmaydi

O'zini takomillashtirish va axloqiy jihatdan yuksak
darajalarga erishish uchun zaruriy talablardir
kamtarlik, donolik, samimiylik, fazilat va samimiy intilish
.orqali bilish mumkin

Kamtar inson Xudoni taniydigan va Xudo tomonidan tan
.olingan odamdir

Kosmik ongga chuqur kirib borganlar tabiiy ravishda
favqulodda ruhiy qobiliyatlarni va tabiiy kuchlar ustidan
nazoratni rivojlantiradilar. Biroq, haqiqiy ilohiy ongga
erishgan hech kim o'z kuchlaridan donolik va ehtiyotkorliksiz
.maqtanish va ko'z-ko'z qilish uchun foydalanmaydi

Dono odamlar Xudo mavjudotning yagona vositasi
ekanligini anglaydilar va U ularga bergan ajoyib in'omlarni
.kamtarlik bilan Unga qaytaradilar

Borliqdagi hamma narsa mo''jiza emasmi? Va inson,
?o'zining mavjudligi tufayli ham mo''jiza emasmi

Agar insonlar Xudo yaratgan barcha mo''jizalardan
qoniqmasa, nega avliyolar ko'proq mo''jizalar ko'rsatishlari
?kerak

Xudoning solih avliyolari hech narsa qilmaydi, agar Xudo
ulardan buni qilishni so'ramasa, va ba'zan tushunarsiz va
.tushunish qiyin bo'lgan sabablarga ko'ra

Yuqori ong ong osti ongidan qanday farq qilishini misol
bilan ko'rsataman

Yuqori ong - bu siz uyg'oq va uxlab yotgan va to'liq ongli
holda tanadagi har qanday sezgini iroda bilan va hech
.qanday tashqi stimulsiz qo'zg'ata oladigan holat

Ongsiz tasavvur olamida (tushlar dunyosida) siz bir
piyola issiq sut ichishingiz mumkin

Lekin bu sinov sizga yuklatilgan. Biroq, yuqori ongda siz
xuddi shu narsani yoki boshqa biror narsani ongli va ataylab
.boshdan kechirishingiz mumkin

Yo'l uzoqdek tuyulishi mumkin, ammo minglab
kilometrlik sayohat bitta qadamdan boshlanadi. Agar inson
optimistik bo'lib qolsa, hech qanday to'siq istalgan
.maqsadga erishishga to'sqinlik qila olmaydi

Men hali ham o'tmishdagi hayotlarni eslayman

Men seni o'sha yerdan qidirdim

Va men ko'p kechalarni eslayman

Miltillovchi yulduzlar bilan bezatilgan

Va tong manzaralari

Shudringli begunohlikka ega bo'lgan

Va uyg'un alacakaranlik soatlari

Suruv qo'ng'iroqlari ritmi bilan

Va ko'plab gavharlarga boy yillar

Bahor gullari va novdalari bilan

yozgi shabada
shaffof yomg'ir paltolari
Olmosli muz klasterlari
Qishda

Oh, sizning kelishingizni necha marta kutgandim
Yurak quvonchdan raqsga tushmoqda
!Jonim seni sog'inib deyarli uchib ketadi
Har kecha, tinch va osoyishta uyqumizda biz tinchlik va
quvonchni tatib ko'rishdan zavqlanamiz
Biz chuqur uyquga ketganimizda, Xudo bizni ulug'vor,
xotirjam ongda yashashga majbur qiladi, bunda biz bu
.mavjudlikning barcha qo'rquv va tashvishlarini unutamiz
Meditatsiyada biz hatto uyg'oq paytlarda ham o'sha
muborak psixologik holatni boshdan kechirishimiz va boshqa
.darajalardan tinchlikni tatib ko'rishimiz mumkin
Ilohiy quvonch tushganda, nafasim tinchlanadi va ruhim
ko'tariladi, birdaniga minglab uyquning baxtini his qilaman,
lekin men odatiy hislarimni yo'qotmayman. Bu kosmik tajriba
ongning eng yuqori darajasiga erishishga chuqur kirishganlar
.uchun ajratilgan
Insonning borlig'i Xudoning cheksiz ekstaziga to'lganda,
tana butunlay tinchlanadi, nafas olish to'xtaydi, fikrlar
tinchlanadi va hatto asta-sekin yo'qoladi. Meditatsiya
qiluvchi o'z qalbining haqiqatini va Yaratguvchiga yaqinligini
his qiladi, shuning uchun u ilohiy saodatdan ichadi va
minglab sharob bera olmaydigan quvonch ekstazini tatib
.ko'radi
O'rtacha odam uyg'oqlik va uyqu o'rtasidagi chegarada
uyquchanlikni his qiladi, qisqa vaqt ichida xotirjamlikni his
qiladi, ammo chuqur uyquga ketganida bu tuyg'u tezda
yo'qoladi. Uyqu - bu to'liq hushdan ketish emas, chunki
uyg'oqligingizda siz uyqungiz tinch o'tganmi yoki yo'qligini
.bilasiz
Uyquning ko'plab holatlari mavjud - ba'zilar yengil,
ba'zilar chuqur. Ammo insonning ongli holatda Xudo bilan

bo'lgan ruhiy tajribalari uyqu yoki uyquning eng katta
baxtidan (uxlab qolishdan oldingi uyquchanlik yoki uyqu)
.ko'ra ko'proq hayajonli va tetiklantiruvchidir
Agar siz men uchun eshitishim va ko'rishim kabi)

(bo'lmasangiz ham
Ko'zlarim hech narsani ko'rmadi, quloqlarim esa hech
narsani eshitmadi
Chunki sen ko'zlarim uchun uyqudan ham shirinroqsan

Va yuragimga xavfsizlikdan ham shirinroq
Uyquning sirlari va sirlaridan tashqari, bu muqaddas
quvonchlar yotadi

Hammani ham xursand qila olmaymiz, chunki bu
imkonsiz, men hech kimni xafa qilmaslikka harakat qilaman,
.qo'limdan kelganicha harakat qilaman

Men qila oladigan narsa shu

Biz avvalo Xudoning roziligini izlashimiz kerak. Mening
yagona maqsadim - Xudoni rozi qilish. Men qo'llarimni Uning
oldida kamtarlik bilan ibodat qilish uchun, oyoqlarimni Uni
hamma joyda izlash uchun va ongimni Uni o'ylash va Uning
.mo''jizalari haqida o'ylash uchun ishlataman

Xudo qalbimizda birinchi o'rinni egallashi kerak, toki biz
Uni tinchlik, sevgi, tushunish, mehr-shafqat, rahm-shafqat va
.donolik sifatida his qila olamiz

Men guvoh bo'lish va gapirish uchun kelgan narsa shu,
boshqa hech narsa emas. Tafakkur qilishdan tashqari, yaxshi
.do'stlikni saqlash kerak

Biz odamlarning orqasidan emas, balki Xudoning
orqasidan yugurishimiz kerak

Agar bu g'oyalarni foydali deb bilsangiz, ularni Xudoning
ne'mati deb biling, chunki barcha maqtov Unga tegishli

Bu haqda boshqalarga ayting; ehtimol ular siz topgan
narsani unda topishadi. Biz har kuni muhtojlarga qo'limizdan
kelganicha yordam berishni unutmasligimiz kerak.

Cho'ntagimda pulim bor ekan, berishdan to'xtamayman,

chunki mening bitmas-tuganmas va so'nmas manbaim
.Xudodir

Biz Xudoni buyuklar bilganidek bilishimiz kerak. Bu
.tafakkur va shaxsiy harakat orqali mumkin
Bir kuni men cherkov tashqarisida sayr qilib, bir necha
yil oldin vafot etgan buyuk ustozim Shri Yuktisvar haqida
.o'yladim

Men unga cheksiz sog'inchni his qildim va u men bilan
birga bo'lmaganidan xafa bo'ldim, to'satdan u menga
:osmondan paydo bo'lib dedi
Bu go'zal joydan faqat siz zavqlanayotgan deb"
"!o'ylaysizmi? Men ham siz kabi zavqlanyapman
Xudo bilan birlashishni istagan izlovchi har kuni
meditatsiya va Unga bo'lgan muhabbat amaliyoti orqali
.harakat qilishi kerak

Va barchani shu sevgi bilan seving
Bu urushlardan qochishning yagona yo'li. Ma'naviy
hamkorlik juda muhim, chunki haqiqiy ma'naviyatsiz
individual yoki umuminsoniy baxt bo'lmaydi. Muqaddas
uyg'unlik barcha jismoniy, moliyaviy, oilaviy, axloqiy va
.ma'naviy muammolarning yagona yechimidir

Baxt Xudoga yaqinlikni his qilishdan kelib chiqadi.
Insoniyat o'zini johillik panjaralari ortiga qamab qo'ydi va bu
sharmandali qamoqxonadan ozod bo'lish vaqti keldi. Qanday
sharoitda bo'lishidan qat'iy nazar, ong doimo Xudoga
.yo'naltirilishi kerak

Shunda siz katta xotirjamlik va quvonchni his qilasiz
Allohga intiladigan, borlig'ini Unga bag'ishlaydigan, bir-
birlarini ruhlantiradigan va ma'rifatli qiladigan hamda Allohni
doimo yodda tutadiganlar bu dunyoda baxtli va oxirat
.saodatining egalaridir

Borliqdagi hamma narsa Xudoning ongi tomonidan
boshqariladigan to'lqinsimon tebranishdir. Bu aqlli tebranish
- bu Muqaddas Ruh yoki sodiq Ruh bo'lib, u bilan ibodat va
.meditatsiya orqali muloqot qilish mumkin

Ruhingizning sukunatida va aqliy diqqatingizning
.bog'ida cheksiz mutlaq bilan sevgi hikoyasining oxiri yo'q
Lekin agar biz birinchi navbatda pulni ta'qib qilsak,
.Xudoga erishish qiyin

Biz Xudoni hayotimizning ajralmas qismiga
aylantirishimiz kerak, shunda biz bu hayotda kerak bo'lgan
.hamma narsaga ega bo'lamiz

Kim qalbida Alloh uchun doimiy joy ajratsa, Alloh uning
ulushini yer va osmon ne'matlaridan mo'l-ko'l qiladi va uning
oldida donolik quyoshlari porlaydigan, yo'llarini yoritadigan
.va atrofidagi zulmatni tarqatadigan keng ufqlarni ochadi
Xudo abadiy sevgilidir va inson Xudoni o'zining eng aziz
odamlarini sevganidek sevmaguncha, u uchun hech qanday
baxt yo'q, chunki Xudosiz biz sevgining mohiyatini bilmas
.edik va uning ta'mini ham sezmas edik

Biz butun qalbimiz bilan Xudoni izlash uchun
irodamizdan foydalanishni va ongimizni jamlashni
.o'rganishimiz kerak

Insonning harakatlari istaklar bilan belgilanadi va bu
odatlar uni har doim qilishni istamagan ishini qilishga majbur
.qiladi

Darhaqiqat, inson o'zining eng yomon dushmani, garchi
u buni anglamasa ham. U qanday qilib jim o'tirishni yoki
Xudoga vaqt ajratishni bilmasa ham, baxtga erishishni va
!darhol Jannatga kirishini kafolatlashni kutadi
Muqaddas tajribani shunchaki kitob o'qish yoki va'zlarni
.tinglash orqali olish mumkin emas

Yoki shunchaki xayrli ishlar qilish. Bularning barchasi,
shubhasiz, foydali, ammo ular yetarli emas. Xudo bilan
bog'lanish diqqatni jamlash va chuqur mulohaza yuritishni
.talab qiladi

Hayot katta orzu

Tasavvur qiling-a! O'nlab yillardan keyin bizning
mavjudligimiz orzu bo'ladi va hozir qilayotgan barcha
.narsalarimiz shu orzuning bir qismi bo'ladi

Hatto insoniyatning eng buyuk shaxslari ham shunchaki
inson ongining shakllariga aylangan. Ammo bu buyuk
shaxslar o'zlarining asosiy maqsadlariga erishdilar, chunki
ular eng yuqori darajaga yetdilar va ruhan tirik qolishdi, sodir
bo'layotgan barcha narsalardan yorqin va ongli xabardor
.bo'lishdi, chunki ular ilohiy ongda birlashgan
Ularning g'oyalari va ta'limotlari orqali ular bilan
uyg'unlashishga harakat qiladigan har bir kishi muqarrar
ravishda ularning borligini his qiladi, ularning marhamatlarini
o'ziga tortadi va ular bilan chinakam aloqada ekanliklarini
.chuqur anglaydi

Hayot - bu ulug'vor orzu. Biroq, inson o'z tanasiga
qaraganida va uni hayot bilan to'yingan deb bilsa, bu
orzuning haqiqatiga qat'iy ishonch hosil qiladi. Ular baxtli
bo'lish uchun u yoki bu narsaga erishishlari kerakligiga
.ishonishadi

Lekin qancha orzu-istaklarini amalga oshirmasin, ular
orqali baxt topa olmaydi. Qancha ko'p orzularga erishsa,
shuncha ko'p orzu qiladi. Agar inson qulaylik, xotirjamlik va
ichki mamnuniyatda yashashni istasa, orzularni
.takomillashtirish va hayotni soddalashtirish kerak
Muqaddas Kitobda aytilishicha, istaklari doimo ichkariga
(ruhiga) oqib keladigan odam yuksak ichki xotirjamlikka ega
insondir. Bunda ular hech qachon o'zgarmaydigan yoki
kamaymaydigan, balki tinimsiz oqib keladigan suv bilan to'la
dengizga o'xshaydi. Ammo o'z xotirjamligining omborida
istak teshiklarini yaratadigan va hayotiy suvlarning oqib
ketishiga va isrof bo'lishiga yo'l qo'yadigan odam ma'naviy
.xotirjamlik va ichki baxt haqida hech narsa bilmaydi
Bizga Xudoni biladigan, U bilan muloqot qilish
qobiliyatiga ega bo'lgan va Uning borligini ongli ravishda his
.qiladiganlardan yo'l-yo'riq kerak
Payg'ambarlar bizdan Xudoni ichki xotirjamlikda izlashni
so'rashgan

Sodiq ruh va oliy ma'naviy quvonch yashaydigan
qalbning yolg'izligida
Ma'rifatparvarlar ham bu fikrlarni qo'llab-quvvatlaydilar
Ular chuqur mulohaza yuritishning muhimligini
ta'kidlaydilar
Ruh tubida yuksak "men"ni anglash
Men odamlar shunchaki boshqalarni tinglash yoki kitob
o'qish orqali bilim olishlari mumkin deb o'ylashlarini
.istamayman. Ular o'qigan va eshitganlarini qo'llashlari kerak
Ma'nosiz suhbatlardan ko'ra ibodatxonalarga borish
yaxshiroqdir
Lekin hatto ibodat joylarida ham inson qalbida Xudoning
.borligiga tegishi va uni his qilishi kerak
Hissiy portlashlar va oqilona tahlillar bizga qalbimiz
.egallashni istagan ilohiy bilimni bera olmaydi
O'zimizni Xudoga topshirganimizda va xudbin istaklar
bilan xayrlashganimizda va Xudo har doim biz bilan
ekanligiga amin bo'lganimizda
Bu bizning qalbimizda yashaydi va bizni yaxshi va ezgu
fikrlar va his-tuyg'ular bilan ilhomlantiradi. Biz baxt va
erkinlikka ega bo'lamiz va qalb ufqida donolikning quyosh
.chiqishiga guvoh bo'lamiz
Yo'lbarsga aylangan sichqoncha
Paramhansa Yogananda donishmand tomonidan rivoyat
qilinganidek
Qadim zamonlarda, o'rmonning tubida, Xudoni biladigan
muqaddas odam yashaydigan bir dafnxona yashar edi. Bu
muborak odam buyuk donolik va g'ayritabiiy kuchlarga ega
edi va uning yonida kichkina, qo'pol sichqonchadan boshqa
.hech kim yashamas edi
Avliyoni ko'rishni istagan ko'plab shogirdlar va
boshqalar, unga bo'lgan muhabbatlari bilan jalb qilingan
yovvoyi yo'lbarslar va boshqa yovvoyi hayvonlarning
borligiga qaramay, uni ziyorat qilishga jur'at etishdi. Ular
gullar va mevalarni qurbonlik sifatida olib kelishardi. Avliyoni

ziyosat qilganlarning barchasi u bilan sichqoncha o'rtasidagi yaqin aloqadan hayratda qolishdi va avliyoning qo'pol .sichqonchasiga bir nechta ushoq tashlashdi

Bir kuni, bir guruh shogirdlar ustozining tanho maskaniga tashrif buyurganlarida, mushuk donishmandning oyoqlariga qichqirib, himoya so'rab kelgan sichqonni quvib ketdi. Shu payt, shogirdlarning hayratda qolgan ko'zlari oldida avliyo qo'rqib ketgan sichqonni katta, shafqatsiz mushukka aylantirdi! Qandaydir mo''jiza tufayli sichqon mushuklar orasida bermalol yurib, sog'-salomat yurdi. U bu o'zgarishdan juda xursand edi va uning tinchligini buzgan yagona narsa shogirdlarning pichirlashi edi, ular ko'z qisib, unga ishora qilib, uni sichqondan chiqqan mushuk deb .atashardi

Biroz vaqt o'tgach, o'sha shogirdlar yana ustozlarinikiga borishdi va bir guruh bo'rilar mushuk-sichqonni ta'qib qilishdi, ular baland ovozda miyovlab, avliyoning oyoqlari ostida himoya so'rashdi. Avliyo unga: "Bo'ri bo'l", dedi. Darhol hayratda qolgan shogirdlar mushuk-sichqonning ko'z o'ngida bo'riga aylanganini ko'rishdi. Bo'rilar ham o'ljalarining bu bir zumda o'zgarishidan hayratda qolishdi, lekin ular hafsalasi pir bo'lib, och qolib qaytib ketishdi. Nihoyat, bo'ri-sichqon boshqa bo'rilar bilan bermalol yurib, ular bilan birga ovqatlanib, mayda hayvonlarga past nazar .bilan qarashdi

Boshqa safar, avvalgi ikkita mo''jizaga guvoh bo'lgan o'sha o'quvchilar darsning o'rtasida o'qituvchilari bilan birga o'qiyotgan edilar. Ular odatdagidek, himoya izlab o'qituvchining oyoqlariga to'liq tezlikda yugurib kelayotgan bo'ri sichqonchani ta'qib qilayotgan ulkan Bengal yo'lbarsini ko'rib, dahshatga tushishdi. O'qituvchi yana bir bor mo''jizaviy kuchlaridan foydalanib, yo'lbarsni izidan to'xtatdi va bo'ysundirilgan bo'risiga qarab: "Aziz sichqoncham, seni dushmanlaringdan himoya qilishda davom etishim ahmoqlik", dedi. O'quvchilar tinchlanishi bilanoq, ular kulib,

bir-birlariga: "Ey Xudo! Avliyoning shafqatsiz yo'lbarsiga
qarang! Bu shunchaki avliyo yo'lbarsga aylantirgan
.sichqoncha!", deyishdi

Vaqt o'tishi bilan, dafn marosimiga tashrif buyuruvchilar
bu joyni qo'riqlayotgan qo'rqinchli yo'lbars aslida o'qituvchi
yo'lbars darajasiga ko'targan kichik sichqoncha ekanligini
angladilar. Katta yoshdagi o'quvchilar dafn marosimiga yangi
kelganlarni tinchlantirib, ularga: "Yo'lbarsdan qo'rqmanglar,
bu aslida yo'lbars emas, balki o'qituvchi yo'lbars tasvirini
.bergan sichqoncha", der edilar

Bu bezori sichqon nihoyat jamoatchilik oldida
xo'rlanishdan charchadi va o'ziga o'yladi: "Agar men
avliyoning o'zini o'ldira olsam, azob-uqubatimning sababidan
."xalos bo'lardim

Bu fikr xayoliga kelishi bilan u donishmandga hujum
qilib, uni o'ldirmoqchi bo'ldi. Lekin donishmand uni kutib
turgan edi, chunki u uning fikrlash jarayonini kuzatib,
niyatlarini bilardi, shuning uchun u itoatsiz yo'lbarsining
xayolidan nimalar o'tayotganini darhol angladi va unga
."baqirib dedi: "Oldingi holatingga qayt

Va shunday bo'ldi, chunki ko'z ochib yumguncha
!mag'rur yo'lbars yana qo'rqqan sichqonga aylandi
Hamma boshqa odamga qaraganda ko'proq pul istaydi
va uni qo'lga kiritganlarida, ular norozi bo'lib qoladilar,
chunki ular boshqa birovning o'zlaridan boyroq ekanligini
."bilib olishadi

Odamlar o'zlari yaratgan va o'z xohish-istaklari yaratgan
azob-uqubatlarni spiralida yashaydilar

Biz bor narsamizga qanoat qilishimiz kerak, chunki
moddiy narsalar baxt keltirmaydi, aksincha, ko'pincha
odamning tashvishlarini ko'paytiradi va uning xavotiri va
."xavotirini oshiradi

Xudoga olib boradigan yo'l eng sodda va eng oson
yo'ldir, ammo ko'plab diniy marosimlar va
."rasmiyatchiliklarga qaramay, u yerda kam odam yuradi

Qalbimizni Xudoga qaratib, Undan biz uchun eng yaxshi
va eng uzoq davom etadigan narsani so'rashimiz
.yaxshiroqdir

Aslida, Xudo bizni yovuzlik va xavfdan
uzoqlashtirmoqchi bo'lgani uchun kutmoqda. U bizni
qalbimizda va ongimizda U bilan birga bo'lishini xohlaydi,
chunki bu dunyoning arzon buyumlari insonning xohishini
.qondira olmaydi yoki ma'naviy bo'shliqni to'ldira olmaydi

U chuqur nimani his qiladi
Xudo biz bilan doimo gaplashadi, lekin Uning ovozini
kam odam eshitadi

Bu sokin ovoz ko'pincha shovqinli fikrlar va ochiq
.istaklar shovqini bilan bo'g'ilib ketadi
Lekin fikrlar tinchlanib, istaklar tinchlanganda, biz
Xudoning ovozini aniq eshitamiz, garchi u jim va zaif bo'lsa
.ham

Darhaqiqat, Xudo insoniyatga yordam berish uchun
hamma narsani qiladi; U ular uchun eshiklarni ochadi va
.yo'llarini yoritadi

Toki u qadamlarining joyini ko'rsin, qoqilmasin yoki
.oyog'i toyib ketmasin, lekin ko'pchilik buni anglamaydi
Butun dunyo urushlarni keltirib chiqaradigan xudbin,
ochko'z istaklar tufayli tartibsizlik va betartiblikka botgan.
.Boshqa hech narsa urushlarni keltirib chiqarmaydi
Hayot jangidagi eng buyuk qahramon - bu o'zini yengib,
.ehtiroslarini yengib o'tgan kishidir

Pul, shuhrat, istaklar va bu tamoyilga zid bo'lgan barcha
.narsalar bizning tinchligimiz va baxtimizga zararli

Agar odamlar hayotning asl qadriyatlarini haqida doimo
.o'ylashni o'rgansalar, ular izlayotgan baxtni topadilar
Lekin ular niyatlaridan chetga chiqib, dunyoviy istaklar
.oqimiga berilib ketishadi

Men hech qanday vasvasa meni tanlagan yo'limdan va
.o'zim uchun tanlagan yo'limdan chalg'itilmasligini angladim

Xudo menga bergan kuch bilan minglab odamlarni
.o'ziga jalb qila olaman, ammo bu yo'l menga zararli bo'ladi
Qanday bo'lmasin, men minglab odamlarni maftun
.qilishni va ularning ongini o'ziga jalb qilishni istamayman
Men shunchaki Xudoga sodiq bo'lgan samimiy
shogirdlarni ko'rishni yaxshi ko'raman
Xudoni sevuvchilar bu fikrlardan zavqlanadilar va
g'ayrati davom etadiganlar Xudoning marhamatlarini his
.qiladilar

Uning mavjudligi ushbu ta'limotlar orqali yaqqol ko'rinib
turibdi

Inson Xudoni alday olmaydi, chunki U uning fikrlarining
orqasida va uning ongida nima bo'layotganini va nimani
.xohlayotganini biladi

U dunyodan voz kechib, ma'naviy uyg'unlikni istasa,
.Xudo uning oldiga keladi

Bu istak istagan kishining qalbida ildiz otganda, Xudo
o'sha qalbgaga keladi va uni yaxshilik va barakalar bilan
.to'ldiradi

Moddiy narsalar faqat soxta tinchlik va o'tkinchi qoniqish
hissini beradi. Insonning yashashining yagona asl maqsadi -
bu Yaratuvchisi bilan uyg'unlikda bo'lish va Uning
.marhamatiga sazovor bo'lishdir

Bu kelishuv abadiy ahd va buzilmas ahd bo'lishi kerak
Ey Rabbim, meni poklik bilan shaffof qil, toki ichimda
shifobaxsh nuringni aks ettiray

Xavotirdan titrayotgan ongimning oynasini tinchlantir,
.toki u sizning cheksiz yuzingizni aks ettirsin

Sening tinchliging hididan nafas olishim uchun
.qalbidagi imon derazalarini och

Men hayotning yagona maqsadi Xudoni bilish ekanligini
angladim

Xudoni bilish hayotning asosiy maqsadi ekanligiga
ishonmaydigan odamlar bor. Lekin hech kim hayotning
maqsadi baxt topish ekanligini inkor eta olmaydi. Va men

to'liq ishonch va ishonch bilan aytamanki, Xudo eng oliy
.baxtdir

Bu eng katta baxt

Bu mutlaq universal sevgi. Bu abadiy quvonch, u bilan
uyg'un bo'lganlarning qalbini hech qachon tark etmaydi.
?Xo'sh, nega biz bu oliy baxtga erishishga harakat qilmaymiz
Uni bizga boshqa hech kim bera olmaydi. Biz uni doimo
.o'zimizda tarbiyalashimiz va rivojlantirishimiz kerak

Dunyo doimo odamlarga o'z zavqlarini taqdim etishga
intiladi, ammo bunday o'tkinchi zavqlar oxir-oqibat
pushaymonlik, achchiqlanish va pushaymonlikka olib keladi.

Hatto eng omadlilar ham, hamma narsaga egadek
tuyulganlar ham, chinakam baxtli bo'lmasligi va dunyoviy
narsalar bilan uzoq vaqt qanoatlanmasligi mumkin, chunki
ular na haqiqiy chanqog'ini qondiradi, na ma'naviy
.ochliklarini qondiradi

Tashqi narsalarga qanchalik ko'p e'tibor qaratsak, ichki
shon-sharafni shunchalik kam his qila olamiz
Biz ilohiy ruhning abadiy ne'matini tatib ko'rish orqali
buni boshdan kechirishimiz mumkin

Biz qanchalik ko'p ichkariga qaytsak, tashqi
qiyinchiliklarga shunchalik kam duch kelamiz. Bu doimiy
tenglama, lekin ko'pchilik odamlar bu haqiqatni dunyoviy
do'stlik, ular yashayotgan jamiyat va nosog'lom odatlar
.ta'siri tufayli anglamaydilar

Jamiyat insonni chuqurroq haqiqatlar haqida o'ylashga
.imkon bermasdan, yuzaki masalalar bilan band qilib qo'yadi
Hatto ma'naviy joylarga ham ba'zilar ularning muborak
muhitidan foyda olishni chin dildan istamasdan tashrif
.buyurishadi

Ular bu tashriflardan deyarli hech narsa olishmaydi
Xudoni ko'rishni istaganlar Uni hamma joyda topadilar.

.Inson odatlari halokatli va zararli

Yo'q qiladigan, zarar yetkazadigan, yo'q qiladigan va
yo'q qiladigan shafqatsiz yirtqich

Odamlar baxtli bo'lishni va bor narsalaridan
qanoatlanishni o'rganish vaqti keldi
Biz yo'limizga tushadigan narsadan boshqa narsani
xohlamasligimiz kerak. Xudo saxovatli; U bizga nima
kerakligini biladi va uni o'z vaqtida beradi. Bu biz hech
qanday harakat qilmasdan Xudoga tayanishimiz kerak
degani emas - umuman emas. Bu biz o'z hissamizni
qo'limizdan kelganicha qilishimiz va qolganini bizni hech
qachon muhtoj va loyiq bo'lgan narsadan mahrum
.qilmaydigan Xudoga qoldirishimiz kerakligini anglatadi
Abadiy baxtli bo'lishning eng yaxshi yo'li - bu Xudoning
borligini his qilishdir. Bizning eng oliy istagimiz Xudoni bilish
.va U bilan birga bo'lishga qaror qilish bo'lishi kerak
Xudo bizning fikrlarimiz va his-tuyg'ularimizda birinchi
va eng yuqori o'rinni egallashi kerak va biz Uni hayotimizdagi
.eng kuchli va eng mustahkam ustun deb bilishimiz kerak
Xudo, O'zining mutlaq rahm-shafqati bilan
U bizga quvonch va ilhom bag'ishlaydi
Va bu bizga haqiqiy hayotni beradi
Haqiqiy donolik
Va haqiqiy baxt
Haqiqiy tushunish orqali
Hayotimizning barcha xilma-xil tajribalari
Lekin Xudoning ulug'vorligi oshkor qilinmaydi
Faqat ruh his qiladigan ruhiy xotirjamlikda
Va u bilan uyg'unlashishga jiddiy urinishda
U yerda biz haqiqat bilan yuzma-yuz turibmiz
Chet elda illyuziyalar juda kuchli
Juda ozchilik qutula oladi
Tashqi muhitning ta'siri
Dunyo cheksiz murakkabliklari bilan davom etmoqda
Va uning son-sanoqsiz tajribalari
Xudoning ovozi hayotning ko'rinishlari ortida yashiringan
U doim bizga qo'ng'iroq qiladi va biz bilan gaplashadi
Gullar va muqaddas kitoblar orqali

Vijdonimizdan
Va barcha go'zal narsalar orqali
Bu hayotni yashashga arziydigan qiladi
Osmon bulbuli
Men sening bulbulingman, Sening kosmik huzuring
osmoniga ko'tarilib, Sening haqiqating yomg'iridan
.tomchilarni tinimsiz izlab
Men Senga chuqur ishonch bilan ibodat qildim,
.sukunatning qattiq bulutlaridan rahm-shafqatingni yog'dir
Va juda chanqaganim uchun, men sizni anglashimning
har bir muqaddas nuqtasini intiqlik bilan qabul qildim
Oh, ichimda va atrofimda sizning borligingizni his qilishni
!qanchalik orzu qilardim
Surunkali chanqog'im faqat sizning teginishingiz
yonayotgan qalbimni va sog'inch va intizorlik bilan
yonayotganimni sovutganda qondirildi. Umidsizlik va
umidsizlik davri o'tdi va muammolarimning quruqligi sizning
.tinchligingizning yomg'iri bilan yo'qoldi
Va endi men jimgina osmonda suzib, qanoat va
.mamnuniyat qo'shiqlarini kuylayman
Men sening borlig'ing cho'qqilaridan tinimsiz oqib
.chiqadigan taskin suvingni ichadigan bulbulingman
Shaxsiy, sanoat va siyosiy xudbinlik, bir irqning
boshqasidan ustunligi haqidagi illyuziyalar bilan avj olgan
tuyg'ular va e'tiqodlar va ta'limotlar almashinuvi xalqlar va
irqlar o'rtasida bo'linish va uzoqlashishni keltirib chiqardi va
yer yuzini urushlar bilan parchalab tashladi. Natijada
iqtisodiy vayronagarchilik, ma'naviy johillik va jamoaviy
.azob-uqubatlar yuzaga kelmoqda
Ma'naviy fazilatlar, moddiy samaradorlik va olijanob
insoniy fazilatlarining uyg'unligini rivojlantirish - biz
muvaffaqiyatli odamlar hayotida namoyon bo'ladigan
xususiyatlar - baxtli hayotning mohiyatidir va eng yaxshi
.insonlarni tarbiyalaydi
Istalgan vaqtda, istalgan joyda

Biz sog'lom fikrlash, yaxshi xulq-atvor va boshqalarga
nisbatan chinakam hissiy hamdardlik ideallarini qabul
.qilishimiz kerak

Darhaqiqat, insoniyat adolat, mehr-shafqat va moddiy
.jihatlarning teng va muvozanatli rivojlanishi orqali yuksaladi
Uning shaxsining intellektual, ma'naviy va axloqiy
jihatlari

Butun insoniyatning asosiy maqsadi tinchlik, qoniqish,
.xavfsizlik, bilim va o'lmaslikka erishishdir
Va ichimizda yashiringan bu mukammallikka intilishda
.Xudoning surati yotadi

Bu muborak obraz o'zining yuksak tabiati bilan uyg'un
.bo'lgan insonlar orqali o'zini namoyon qilishga harakat qiladi
Plyuralizm tabiat qonunidir va birlik mutlaqlikka olib
keladi

Ajralish va bo'linish bilan dunyo urushlar va o'lim olovi
ustida azob-uqubatlar bilan qaynab, qaynab turgan qozonga
.aylanadi

Qalblarni birlashtiruvchi, qalblarni bir-biriga
yaqinlashtiruvchi va ularni haqiqat bilan birlashtiruvchi ideal
hayot

Bu baxt, tinchlik va abadiyatga yo'l
Faqat Xudodan boshqa hech narsa bizga qanoat
bag'ishlay olmaydi va ko'zlarimizdagi azob-uqubat yoshlarini
artib tashlay olmaydi

Inson qalbi butundan alohida qismdir va yaxlit bo'lish
uchun butunga qaytishi kerak. Baxt izlashimiz bizni barcha
.quvonch manbai bo'lgan Xudoga olib borishi kerak

Bilimga bo'lgan chanqog'imiz ilohiy donolik
manbalaridan qondirilishi kerak. Bizning tinchligimiz faqat
Xudoning ta'riflab bo'lmaydigan tinchligi bilan
.birlashgandagina to'liq bo'ladi

Bizning mavjudligimiz abadiy bo'lish uchun Xudoning
mavjudligiga muhtoj va bizning ongimiz kosmik ong bilan
aloqada bo'lganda va birlashganda tobora kengayib boradi.

Bizning quvonchimiz cheksiz bo'ladi va ilohiy quvonch bilan
.birlashganda millionlab marta ortadi

Ochko'zlik bilan o'ldirilgan oshqozon

Bir kuni bir donishmand ochko'z odam bilan ovqat yebdi
va donishmand: "Men bu mazali taomni yaxshi ko'raman",
.dedi

Lekin u ko'p ovqat yemadi. Ochko'z odamga kelsak, u
umrida hech qachon bunday mazali taomni tatib ko'rmagan
.edi

U to'yib ketguncha yeyverdi va ortiqcha ovqatlanib o'ldi.
.Umringiz uzoq bo'lsin

Dono, irodali odam ovqatdan zavqlanardi, lekin
ochko'zlikni yo'q qiladigan shahvoniy bog'liqliksiz edi. Dono
odam uning ruhini oziqlantiradigan va tanasining
hujayralarini tetiklashtiradigan shaffof ruhiy energiyalar bilan
uyg'un edi va u ovqatlanayotganda, unga yetib
borayotganini ongli ravishda bilgan kosmik energiya oqimiga
to'sqinlik qilmaslik yoki to'sqinlik qilmaslik uchun buni
.me'yorida qilardi

Ma'naviy hayot kechirish uchun hamma narsadan voz
kechish va qattiqqo'l hayot kechirish shart emas, lekin inson
.faqat non bilan yashamasligini yodda tutish kerak

Sevgi jannati va baxt jannati

Sening muborak nuring nurida, men qalbimning
iltijolarini keltiraman

Va sizdan yuragimning kamtarona qurbonligini qabul
qilishingizni so'rayman

Zulmat arvohlarini mendan uzoqlashtir

Menga osmon ko'zi bilan qarang

Yuragim va his-tuyg'ularimning manbalaridan

Ma'badda menga sizga bo'lgan sevgimni ko'rsating

Yaxshilikni ko'rishim uchun menga baraka bering

Men yaxshi narsalar haqida o'ylayman

Va yaxshi va fazilatli odamlar bilan do'stlashing

Va men siz haqingizda mulohaza yuritishim uchun

Ey barcha yaxshilik va solihlik manbai bo'lgan Sen
Sening inoyating bilan men qalbimning ma'badidan
quvib chiqarilaman

Barcha qarama-qarshi fikrlar
Va men ichimdagi muborak huzuring bilan
rezonanslashaman

Baxt jannatida yashasam mayli
Menga olijanob va ulug'vor fikrlar keladi
Meni baxtingning xushbo'y hidi bilan seping
Muqaddas sevgingiz meni doim o'rab tursin
Menga baraka ber, toki men sevgi jannatida yashay olay
Sizning ilohiy huzuringizdan zavqlanaman
Va sizning samoviy tinchligingiz
Va men o'lmas jon ekanligimni anglashim uchun
Va men sizning nuringiz bilan yashayman
Va men sizning marhamatingiz bilan yashayman
Mening sevimli Xudoyim

Tong bog'idan
Men siz uchun yorug'lik gullarini terib olaman
Uni kamtarona qurbonlik sifatida taqdim etish
Oyoqlaringizda
Sizga bo'lgan sevgimning o'tkir yulduzi bo'lsin
U tobora kuchayib borayotgan kuch bilan oldinga siljiydi
Hayratlanish muhiti orqali
Va seni unutishim
Va u zulmatini yo'q qiladi
Meni unutmang
Seni unutsam ham
Meni eslaysizmi
Sizni tilga olmasam ham
Xudo mening hayotimdagi eng aziz narsadir
U mening vijdonimda oliy hukmronlik qiladi
Va dono so'zlar menga ilhom beradi
U meni to'g'ri yo'lga boshlaydi
Men qaysi birini qabul qilishim kerak

Muvozanatli hayot

Bu barcha ilohiy va tabiiy qonunlarni hisobga oladi

U faollik va xotirjamlikni birlashtiradi

Bu baxt keltiradi va inson taqdirini ro'yobga chiqaradi

Zulmatda zargarlik buyumlariga to'la uyni ko'rish

mumkin emas

Shunday qilib, ilohiy mavjudlikni his qilib bo'lmaydi

Johiliyat kechasi g'alaba qozonishda davom etar ekan

Agar bizning Xudo haqidagi tushunchamiz haqiqiy

bo'lmasa

Shunday qilib, biz kundalik vazifalarimizni ularsiz bajara

olmaymiz

Shubhasiz, biz Xudo va hayot o'rtasida hech qanday

bog'liqlikni sezmadi

Bizda ambitsiya bo'lsa va uni boshqalarga xizmat qilish

g'oyasi bilan bezatsak

Biz boshqalarga yordam berish orqali o'zimizga yordam

beramiz

Ey Xudoyim

Hayotiy quyosh nuri tarqalishi bilan

Men kambag'allar va ko'chirilganlarning qalbiga umid

nurlarini sochaman

Qat'iyat va o'ziga ishonch chiroqlarini yoqing

O'zlarini muvaffaqiyatsiz deb o'ylaydiganlarning qalbida

Hayot o'rganish va vazifalarni bajarish maktabi

ekanligini anglanimizda

Shu bilan birga, bu o'tkinchi orzu

Shunda biz Xudo biz bilan ekanligini bilib olamiz

Hayot xizmatga asoslangan bo'lishi kerak

Bu ezgu maqsadsiz

Xudo insonga bergan aql erisha olmaydi

Uning yaratilish maqsadi

Xudoga bo'ysunish insonga barcha vazifalarini

bajarishga imkon beradi

Xudoga quvonch va minnatdorchilik hissi bilan

Faqat taslim bo'lish orqali biz tinchlikni topa olamiz
Men barcha intellektual va axloqiy zaifliklarni yo'q
qilaman
Dizayn olovida
Chunki agar men o'sha zaif tomonlarimdan xalos
bo'lmasam
Men ilohiy olovni ko'ra olmayman
Ey Xudoyim
Bugun men aniq ishlarni bajarishga qat'iy qaror qilaman
Keyin rejalashtirganimni qilaman
Avvalo, niyatim to'g'ri ekanligiga ishonch hosil qilaman
Va keyin men sizning kuchingizni his qilaman
Va sizning yordamingiz va duoingiz bilan men qilmoqchi
bo'lgan narsamga erishaman

Shivirlashlar va shabadalar

Usta Paramhansa Yogananda

Tarjimasi: Mahmud Abbos Masud

Kichkina ego mag'rurlik va takabburlik bilan:

"Men senman!" deb aytishi mumkin.

**Lekin men o'zimning asl o'zimni bilishga
harakat qilaman, u har xil mehr-oqibat va kamtarlik
gullari bilan xushbo'y.**

**Ey Xudo, menga asl kimligimni ochib ber va
ichimda pichirlab aytayotganingni eshitishimga
ijozat ber: Men Sening namunangman va Sen
mening suratimsan!**

Tungi tushlar bog'ida

**Kecha tushlarim bog'ida ko'plab gullar
ochiladi: tasavvurimning noyob gullari U yerda,
iliq sayyoraviy yorug'lik porlagan joyda, yerdagi
umidlarning kurtaklari ochilib, qoniqish va
mamnunlikning yorqin barglarini yoyadi.**

**O'sha tushlar nurida men unutilgan sevimli
yuzlarning arvohlarini va uzoq vaqt oldin ongsiz
tuproqqa ko'milgan aziz his-tuyg'ularning**

nimfalarini ko'raman - barchasi yaltiroq liboslarda ko'tariladi Va tushlar farishtalarining chaqirig'iga javoban men o'tmishdagi barcha sinovlarning tirilishiga guvoh bo'laman.

Rabbim, Sen bizga orzular diyoriga tungi tashriflar bilan kundalik muammolarimizni unutish erkinligini berding. Bizga Senga uyg'onishimizga va insoniy qayg'ulardan abadiy qutulishimizga yordam ber.

Siz mening qaytishimni kutmoqdasiz

Ey Ilohiy Boshpana! Men hayot dengizida suzib yuraman, qiyinchiliklarning bo'ronli bo'ronlari bilan chayqalib ketaman. Rohat to'lqinlarida suzib yursam ham, vaqti-vaqti bilan qayg'u tubiga cho'kib ketsam ham, men bu ikkilanishdan qutulishni orzu qilaman, sizning ulug'vor, osmoniy qirg'oqlaringizga yetib boraman. Har bir iltijoim bilan men sizga, yagona panohimga tobora yaqinlashaman.

Men harakat qilishdan to'xtamayman, chunki siz mening kelishimga intiq ekanligingizni va qaytishimni intiqlik bilan kutayotganingizni bilaman!

jannat qushi

Men jannat qushiman: muborak qo'llaringiz bilan yaratilgan osmon qushi

U meni nafislik va nafis ranglar bilan bezatdi: nafislik paxmoqlari va ma'naviy gullab-yashnashning oltin patlari bilan

Men baxt jannatini izlab, hayotning g'amgin, qovog'ini solgan muhitida baland ko'tarildim va yorqin patlarim umidsizlikning qora dog'lari bilan dog'langan edi.

Kel, ey Xudoyim, jannating qushini donolik nurlari va sof, shirin tinchlik suvlari bilan yuv.

Ilohiy haykaltarosh

**Sizga bo'lgan abadiy sevgim she'rida
yuragimning har bir urishi yangi so'z bo'lsin**

**Lablarimdan chiqqan har bir tovush muqaddas
ovoizingizdan muborak tebranishlarni yetkazsin**

**Mening har bir fikrim sizning huzuringiz
quvonchiga to'lsin**

**Mening irodam sizning ilohiy hayotiyligingiz
bilan zaryadlansin**

**Barcha fikrlarimni, ifodalarimni va
intilishlarimni O'z inoyating bilan bezat.**

**Ey eng muqaddas ilohiy haykaltarosh,
o'zingning noyob dizayningga ko'ra, hayotimni
o'zing xohlagan tarzda shakllantir.**

Sen mening himoyachimsan

**Rabbim, poklanmagan qalblardagi g'azab va
ehtiros hayvonlarini uyg'otmaslikka yordam ber.
Agar ular menga hujum qilsalar, men qalbimdagi
Sening himoyangning toshli g'origa panohtopaman.**

**Ey Ilohiy Himoyachi! Sensiz men hech qanday
xavfsizlik va osoyishtalikni topa olmayman, hatto
eng mustahkam insoniy qal'alarda ham. Mening
himoya pardam va portlovchi o'qlardan himoya
qiluvchi mustahkam qalqonim bo'l. Va menga
baraka ber, toki men muqaddas jarrohlik yo'li bilan
hayotdagi yaralar va parchalardan aziyat
chekayotganlarning barchasini sog'aytiray.**

muqaddas ekstaz

**Sizning izdoshlaringiz ibodatda bo'lganlarida,
men ularning ko'zlaridan muqaddas ekstaz nurlarini
to'playman va ularni ruhiy ishtiyoqim bilan
aralashtirib, chanqagan fikrlaringa tetiklantiruvchi
ichimlik sifatida taklif qilaman; shunda ular
qonguncha ichishadi va og'riqlari va qo'rquvlari
yo'qoladi.**

Va taskin va taskin izlayotganlarga men ushbu sehrli ichimlikni samimiy samimiylik va ezgu niyatlarning shaffof stakanlarida taklif qilaman.

Ushbu muborak eliksirni ichgan har bir kishi uzoq davom etadigan zavqni boshdan kechirsin, muammolarini unutsin va dardlarini yo'q qilsin!

Meni falokatlar o'chog'ida pokla

Hayotimning xom metalli falokatlar va sinovlar o'chog'ida eritiladi va barcha yolg'on muqaddas tajribalar va ambitsiyalar olovida tozalanadi.

Ilohiy Yaratguvchi, meni insoniy zaiflikdan qutqar va menga temir kabi mustahkam iroda va qotib qolgan po'lat kabi ruhiy qat'iyat ato et. Mening nafis mohiyatimni o'zini o'zi tarbiyalash va chinakam qat'iyatning samarali vositalariga aylantirishga yordam ber.

Va aqliy muvozanat qilichi bilan men ichki dushmanlarimni - meni kutib turgan va faqat siz haqingizda o'ylashimga to'sqinlik qilishga urinayotgan shafqatsiz odatlarimni - yo'q qilaman.

Mening quyoshim va oyim bo'l

Ey Rabbim, menga muvaffaqiyatga to'la baxtli kunlarimga yo'l ko'rsatish uchun donoliging nurlarini va qayg'uli qorong'u tunlarimga yo'llarimni yoritish uchun rahmdil oying nurini yubor.

Yonimga keling

Sening muborak ismingni tilga olish johilligimni qoplab, qalbimni namlaydigan ko'z yoshlar oqimini keltirib chiqaradigan o'sha kunning tongi otadimi?

Keyin, yig'ilgan ko'z yoshlarim ko'lida muqaddas donolik nilufarlari unib chiqadi va ularning nuri mening zulmatimni abadiy yo'q qiladi.

Ey butun mavjudotni qamrab oluvchi koinot Ona, mening oldimga kel, chunki Sening hamma narsani qamrab oluvchi rahm-shafqating va cheksiz

rahm-shafqatingdan boshqa hech narsa mening qayg'uimni yo'q qila olmaydi va g'amginligimni yo'q qila olmaydi.

Uzulmas rishtalar

Ey Rabbim, menga ichki xotirjamlikda va dunyo shovqinida Sen bilan birligimni topishni o'rgat. Meni jimlikmi yoki shovqinmi, farqi yo'q, asosiysi, Sening hamma narsani qamrab oluvchi huzuringni hamma joyda va har doim his qila olsam.

Shunday qilib, ishimni xursandchilik bilan bajarishga ijozat bering

Siz tinimsiz mehnat qilasiz va millionlab baxtli qalblarga tabassum bag'ishlaysiz. Hayot fabrikasida ishlayotganimda men ham siz kabi so'nmas tabassumga ega bo'lishim uchun menga baraka bering.

Kundalik ishlarim daryosida kuchingiz to'lqinlari doimo raqsga tushsin

Ilohiy Ona, xuddi siz atomlar, gullar va olamlarni yaratishdan zavqlanganingiz kabi, menga ham muvozanatli ong va mamnun qalb bilan ishlash va yaratish sirini o'rgating.

Ruhiy, psixologik va jismoniy shifo

Ey kosmik ruh, bizga yordam ber, tanani kosmik energiyang bilan zaryadlash orqali uni davolashga, ongni xushchaqchaqlik va aqliy diqqat bilan davolashga va ruhni barcha sabablarning asosiy sababidan - johillikdan - eng samarali dori vositasidan foydalanib davolashga: Xudo haqida har kuni muqaddas mulohaza yuritishga.

Shifo topishni tasdiqlash

Ey Ilohiy Ruh, Sen mening tanamni yaratding va shuning uchun u sog'lom va sog'lomdir, chunki Sen unda mavjudsan; Sen mukammallikning o'zisan va

**men Sening suratingda yaratilganman; shuning
uchun men yaxshiman va eng yaxshi sharoitdaman!**

**Boshqalarning shifo topishi uchun tasdiq
Siz Xudoning suratisiz va Uning abadiy
hayotiyligi tanangizning har bir hujayrasi va
to'qimasini qamrab oladi. Sizning butun vujudingiz
Uning ilohiy huzuri bilan titraydi; siz Uning inoyati
bilan sog'lomsiz.**

**Mening kemam kapitani bo'l
Ey Rabbim, mening kundalik ishlarim
kemasining kapitani bo'l va uni charchaganlar
uchun xavfsiz boshpana va oromgoh bo'lgan
muqaddas qirg'og'ingga boshla.**

**Noto'g'ri yo'ldan adashgan ahmoqlik olovlar
Xatolar kechasida biz chalg'ituvchi shahvoniy
baxt sarobini ta'qib qildik; va ma'naviy taraqqiyot
yo'lidan adashib, umidsizlik va yo'qotish
botqoqlariga tushib qoldik.**

**Ey Parvardigor, doim hushyor va e'tiborli Zot,
ehtiroslar va xayollarning sayoz suvlari ustida
ko'tarilayotgan ahmoqlik alangasi bizni past
lazzatlarning botqog'iga va tuzoqlariga jalb
qilishiga yo'l qo'yma.**

**Biz sizning farzandlaringizmiz, samoviy
uyimizga yetib borishni orzu qilamiz. Bizni
barakalang, toki biz maqsadimizga erishishimiz
uchun Ruhning ichki nuriga ergashib, bizni
muqaddas mayoq bo'lgan, bizni muborak
qirg'og'ingizga suzib borishga yo'naltiradigan va
chaqiradigan ruhning idrokiga ergashib, bizga
baraka ber!**

**Men sizning ovozingizni eshitdim
Ko'p hayotlarda sizning muloyim
pichirlashingizni eshitganman: Uyga qayting!**

**Lekin u so'nib, baraka topmagan istaklar
shovqini orasida g'oyib bo'ldi**

**Men orzularning gavjum navbatlaridan voz
kechdim va sizni yuragimning bokiralik
maskanlariga taklif qilaman.**

**Siz haqingizda mulohaza yuritish uchun
o'tirganimda, xotiramning burchaklarida hali ham
yashiringan dunyoviy vasvasalarni yo'q qilasizmi?**

**Ruhimning sokinligida, butun qalbim bilan
sizning muborak ovozingizni eshitishni istayman
Xotira shamchasi**

**Men yo'limni yo'qotib, qorong'u yo'llar va
g'amgin labirintlarda kezib yurishim mumkin, lekin
ey kosmik ona, shubha va noaniqlik shamollari uni
o'chirmasligi uchun siz uchun yupqa xotira shamini
asrang.**

**Men yer yuzidagi barcha narsalarni so'radim,
lekin nihoyat faqat seni sog'inayotganimni
angladim, onajon! Kel va meni hech qachon tashlab
ketma!**

**Zulmat sizning nuringiz oldida yo'qoladi
Ey Ilohiy Ustoz, menga shuni anglab yetayki,
hatto johilligimning zulmati zamonning o'zi kabi
qadimgi bo'lsa ham, Sening nuring tongida zulmat
hech qachon bo'lmagandek yo'qoladi!**

**Hayotimning nayini chal
Ey mehribon Xudo, qo'llarim bilan
farzandlaringga yordam ber**

**Ovozim bilan gapiring va boshqalarni
ilhomlantirish uchun ongimdan foydalaning
Nafasim bilan nafas ol, chunki sen mening
hayotim nayida abadiy kuylaringni chalishga qodir
yagona zotsan.**

**Men sizning kosmik olovingizdan chiqqan
uchqunman**

Yaratilishning boshida, sizning olovli ko'kragingizdan yaratilish uchqunlari uchib chiqqanida, men sizning olamlaringizning paydo bo'lishi haqidagi xushxabarni e'lon qilgan sayyoraviy chiroqlar xori bilan birga qo'shiq aytdim.

Men sizning sayyoraviy olovingizdan chiqqan abadiy uchqunman

Ey mehribon va sabrli Ilohiy Qalb! Meditatsiya orqali o'rtamizdagi mehr-oqibat va do'stlik ahdini yangilashga yordam bering. Muqaddas kengayish sari - hayotdan hayotga - yo'l olgan muborak sayohatimda siz va mening ruhiy yo'l boshchim mening abadiy va abadiy do'stlarim bo'lganingizni va shunday bo'lib qolishingiz mumkinligini anglab yetay.

Baxt haqida xabardorlik

Albatta, men Xudo baxt-saodat deganimda, U abadiy hozir ekanligini va o'zining muborak borligidan ongli ravishda xabardor ekanligini ham nazarda tutayapman. Va biz abadiy baxtni yoki ilohiy mavjudlikni boshdan kechirishni istaganimizda, biz, albatta, abadiy, o'zgarmas mavjudlikni va bu baxtning doimiy xabardorligini yoki tuyg'usini xohlaymiz.

Avvalgi ma'ruzalarda biz ratsional argumentlar orqali barchamiz — eng yuqoridan eng pastgacha — baxt izlashimizni ko'rsatgan edik va bu masala odamlarning xatti-harakatlari va niyatlarini ko'rib chiqishda qabul qilingan haqiqatga aylandi.

Keling, bu argumentni biroz qayta ifodalaylik: Aytaylik, yuqori mavjudot bizga kelib, yer yuzidagi barcha odamlarga: "Ey insonlar, men sizlarga abadiy qayg'u va cheksiz azoblarni abadiy hayot bilan beraman, ularni qabul qilasizmi?", desa. Albatta, hech

kim bunday taklifni qabul qilmaydi, chunki hamma abadiy baxt va abadiy hayotni xohlaydi. Insonning motivatsiyasiga nazar tashlasak, har bir inson baxtga ega bo'lishni xohlayotgani ayon bo'ladi.

Xuddi shunday, hech kim yo'q bo'lib ketishni yoki o'zini yo'q qilishni xohlamaydi, chunki ularning shunchaki taklifi ham dahshat va qo'rquvni uyg'otadi. Hamma abadiylikni xohlaydi, lekin agar bu mavjudlikdan xabardor bo'lmasdan yoki ongsiz abadiy mavjudlik taklif qilinsa, biz uni rad etamiz. Hech kim ongsiz mavjudlikni xohlamaydi. Biz hammamiz cheksiz ongli mavjudlikni xohlaymiz.

Xo'sh, Xudo nima? Agar Xudo baxt yoki oliy quvonchdan boshqa narsa bo'lganida, agar U bilan muloqot bizga quvonch keltirmaganida yoki og'riqimizni yengillashtirmaganida, biz Unga intilmas edik va Unga murojaat qilmas edik. Agar Xudo biz uchun foydasiz narsa bo'lganida, Unga yaqinlashishni xohlamas edik. Bizga noma'lum bo'lib qoladigan, biz o'zimizda yoki hech bo'lmaganda hayotimizning ba'zi jabhalarida his qila olmaydigan Rabbimiz g'oyasi nima foyda?

Xudo haqidagi ongimizdagi tushuncha qanday bo'lishidan qat'i nazar, masalan: (U oliy yoki U bizning ichimizda va atrofimizda mavjud), agar biz Uning borligini his qilmasak, bu tushuncha noaniqlik va sir bilan o'ralgan va kafanlangan bo'lib qoladi.

Xudo haqidagi tushunchamiz va U haqidagi tajribamizdagi bu chalkashlik va noaniqlik tufayli, biz Uning biz uchun ahamiyatini va din uchun amaliy qiymatini anglay olmaymiz. Bu noaniq nuqtai nazar bizda yetarli ishonchni uyg'otmaydi va shuning uchun u na hayotimizni o'zgartiradi, na xatti-harakatlarimizga sezilarli ta'sir ko'rsatadi, na bizni Xudoni bilish uchun zarur kuch sarflashga undaydi.

Dunyo dini Xudo haqida nima deydi? Unda Xudoning mavjudligining isboti bizning ichimizda ekanligi aytilgan. Bu ichki tajriba. Hayotingizda hech bo'lmaganda bir lahzani, ibodat yoki iltijoda, jismoniy cheklovlar va to'siqlar yo'qolganini yoki deyarli yo'q bo'lib ketganini, ongingizda mayda sevgi va nafrat, zavq va og'riq kamayganini, qalbingizdan sof quvonch va tinchlik oqib chiqqanini va hech qanday quvonch va mamnuniyat bilan bezovta qilinmagan xotirjamlikdan bahramand bo'lganingizni his qilgan paytingizni eslab qolishingiz kerak.

Bunday ulug'vor tajriba odatda hammaga ham nasib etavermasa-da, shubhasiz, har birimiz, ibodatda, ibodatda yoki meditatsiyada bo'lsin, bir necha daqiqalik ruhiy ekstaz va sof tinchlikni boshdan kechirganmiz. Bu Xudoning borligining isboti emasmi? Chin dildan ibodat yoki samimiy ibodat paytida o'zimizdagi sof quvonchdan boshqa Xudoning borligi va tabiatiga yana qanday to'g'ridan-to'g'ri dalil keltira olamiz?

Xudoning mavjudligiga oid kosmik dalillar mavjud bo'lishiga qaramay - ta'sirdan sababgacha, dunyodan dunyoning Yaratuvchisigacha - teleologik argument (tabiatning maqsadini izlash bilan bog'liq) ham mavjud, kosmik rejalar va moslashuvdan tortib, ushbu rejalar, barcha rejalar va moslashuvlarning yaratuvchisi bo'lgan Umumjahon aql-zakovatgacha. Shuningdek, axloqiy argument ham mavjud: vijdon va mukammallik tuyg'usidan tortib, biz oldida turgan, burch va mas'uliyatlarimiz uchun javobgar bo'lgan benuqson mavjudotgacha. Biroq, bu argumentlar intellektual mulohaza mahsulidir, ularning darajasi har xil, chunki biz ongning cheklangan kuchlari orqali Xudo haqida to'liq yoki to'g'ridan-to'g'ri bilimga ega bo'la olmaymiz.

Fikrlash qobiliyati yoki aql-idrok narsalarga parchalanib ketgan va bilvosita qarashni ta'minlaydi. Biror narsani intellektual jihatdan idrok etish uni u bilan birlashgan holda ko'rishni emas, balki undan alohida holda ko'rishni anglatadi. Biroq, sezgi haqiqatni idrok etishning bevosita vositasidir. Bu sezgi orqali inson baxtli ongga yoki ilohiy ongga erishishi mumkin.

Baxtli ong va Xudoning ongining mutlaq mavjudligi borasida hech qanday kelishmovchilik yo'q, chunki biz baxtli ongga ega bo'lganimizda, o'zimizning individualligimiz yoki cheklangan shaxsiyatimiz o'zgarganini va sevgi va nafrat, zavq va azobning ikkilikligidan oshib ketganimizni, oddiy ongning cheklangan holatlari aniq ko'rinadigan darajaga yetganimizni his qilamiz. Shuningdek, biz ichki kengayishni va hamma narsaga keng qamrovli hamdardlikni boshdan kechiramiz. Bu holatda dunyoning shovqini yo'qoladi, hayajon yo'qoladi va bizda mavjudlik birligi hissi va kosmik yorug'likning aniq ko'rinishi paydo bo'ladi. Barcha nopokliklar va og'ishlar yo'qlikka aylanadi va biz o'zimizni boshqa olamga: abadiy baxt va cheksiz baxtli abadiyat manbaiga ko'chib o'tgandek his qilamiz. Demak, baxtli ong yuqorida aytib o'tilgan barcha bilim holatlari namoyon bo'ladigan Xudoning ongi emasmi?

Demak, Xudoni faqat Uni tinch va quvonchli insoniy tajriba olamiga olib kirsakgina baxt deb tasavvur qilish mumkinligi aniq. Shunda Xudo endi intellektual nazariyalarga bo'ysunadigan shunchaki gipoteza bo'lmaydi. Xudo haqidagi bu g'oya boshqa barcha g'oyalardan ustun emasmi? U O'zini qalbimizda chuqur ibodat va samimiy ibodatda tafakkur baxti sifatida namoyon qiladi. Sokin qalbgaga ega bo'lgan kishi baxtlidir!

Agar biz Xudoni shu tarzda, ya'ni baxtning timsoli sifatida tushunsak, unda biz dinni umumbashariy zaruratga aylantirishimiz mumkin, chunki hech kim baxtga erishishni xohlashini inkor etmaydi. Agar kimdir bunga to'g'ri yo'l bilan erishmoqchi bo'lsa, ular Xudoga yaqinligi va Undan xabardorligi tufayli dindor hisoblanadi, chunki biz Xudoni baxtning timsoli sifatida qalbga yaqin deb ta'riflagan edik.

Agar biz bunga yo'l qo'ysak, bu baxt hissi yoki ilohiy xabardorlik barcha harakatlarimiz va xarakterimizga singib ketishi mumkin. Agar biz uni saqlab qola olsak, bu yer yuzidagi har bir insonning harakatlari va niyatlarining nisbiy diniy qiymatini baholay olamiz.

Agar biz baxtli ongga erishish bizning dinimiz, maqsadimiz va asosiy maqsadimiz ekanligini bir marta bo'lsa ham anglab yetsak, dunyoning turli dinlarining turli ta'limotlari, tavsiyalari va taqiqlarining ma'nosiga oid barcha shubhalar yo'qoladi. Hamma narsa ushbu ta'limotlar qaysi rivojlanish bosqichi uchun belgilangan va qaror qilinganiga qarab talqin qilinadi. Haqiqat nuri porlaydi, mavjudlik sirlari ochiladi va hayotimizning tafsilotlari, ularning xilma-xil harakatlari va motivlari bilan yoritiladi. Biz haqiqat va illyuziya, uyg'oqlik va tushlarni ajrata olamiz. Shuningdek, insoniyatni tez-tez chalg'itib, odamlar o'rtasida to'siqlar yaratgan urf-odatlar va an'analarning befoyda ekanligini ko'ramiz. Bundan tashqari, agar din shu tarzda tushunilsa, bu dunyoda hech kim - yoshmi yoki qarimi - talaba, ishchi, advokat, shifokor, muhandis, duradgor, o'qituvchi, ishchi, xayriyachi yoki hayotdagi mavqeidan qat'i nazar, unga amal qila olmaydi.

Agar din ehtiyoj tuyg'usidan xalos bo'lish va saodatga erishish haqida bo'lsa, unda kim dindor

bo'lishni xohlamaydi yoki to'g'ri usul va yo'llar bilan tanishtirilsa, kim dindor bo'lishga intilmaydi?

Bu yerda diqqat-e'tibor dinlarning xilma-xilligiga qaratilishi kerak emas. Dunyodagi har bir kishi o'z yo'lida dindor bo'lishi mumkin va samarali vositalardan foydalanib, buni yanada muvaffaqiyatli amalga oshirishi mumkin. Bu yerda sinf yoki e'tiqod, mazhab yoki mazhab, kiyim yoki iqlim, yosh yoki jins, kasb yoki mavqega qarab hech qanday kamsitish yo'q, chunki bu universal dindir. Xudo barcha dinlar va e'tiqodlarning asosiy ustuni bo'lgani kabi, Uni quvonch bilan tanib olish ham barcha dinlarning payg'ambarlari ongidagi umumiy yo'nalishdir. Xudo haqidagi bu g'oya mavhum yoki bizning ma'naviy umidlarimiz va intilishlarimiz bilan bog'liq emas deb o'ylamaslik kerak.

Xudo biz kabi mavjudot emas, bizning cheklangan ufqlarimiz va cheklangan insoniy qarashlarimizga ega. Bizning mavjudligimiz, ongimiz, his-tuyg'ularimiz va ijodiy qobiliyatlarimiz Uning ongi va saodatining soyalaridir. U mutlaq va transcendent mavjudlikdir, bizning mavjudligimiz, ongimiz va his-tuyg'ularimiz esa cheklangan va oddiydir. Bu narsalar Xudoning borlig'ida cheksizdir; haqiqatan ham ular transcendent va cheksizdir.

Biz Xudoni mukammal xotirjamlikda his qilamiz va Uni baxtli xabardorlik orqali taniymiz. Uning borligiga yana qanday dalil bor? Bu baxtli holatda bizning ma'naviy umidlarimiz va intilishlarimiz Xudoda ro'yobga chiqadi va amalga oshadi, xuddi bizning orzularimiz ibodat ob'ektini topganidek.

Baxt ongida biz dunyoning quvonch va qayg'ularidan ustun turamiz, lekin burch va majburiyatlarimizni bajarish zaruratidan oshib ketmaymiz.

O'zini biladigan kishi Xudoning yagona mavjudligini aniq biladi, chunki barcha yutuq kuchi bizga Undan keladi. Ajralish rivojlanganda, mayda ego so'nadi va kamayadi va biz dunyo sahnasida bizga berilgan rollarni ijobiy yoki salbiy holatlar, bu rollar bilan bog'liq sevgi yoki nafratdan psixologik ta'sirlanmasdan bajarayotganimizni his qilamiz. Hayotning bu o'yinining boshlanishi ham, oxiri ham yo'q. Har birimiz sahnaning buyuk rejissyori tomonidan bizga berilgan rolni shikoyat yoki xafa bo'lmasdan, spektaklga bo'lgan muhabbat va rejissyorga hurmat tufayli o'ynashimiz kerak. Baxt ongiga erishganlar dunyo sahna ekanligini his qiladilar va o'z rollarini o'zlarining qobiliyatlari va badiiy mahoratlarning eng yaxshisi bilan bajaradilar, har doim ular sahnaning buyuk rejissyori: mavjudlikdagi barcha yaxshilik va quvonch manbai bo'lgan Qodir Xudoning rahbarligi va rahbarligi ostida ishlayotganliklarini yodda tutadilar.

Sizga tinchlik bo'lsin

Kosmik ongning nigohlari

Inson bu dunyoda yolg'iz sayohat qilayotgan notanish
odamga o'xshaydi

U o'ziniki deb o'ylagan odamlar aslida unday emas
Taqdirimiz har birimizning individual yo'limizni belgilaydi
va hech kim boshqa insonni boshqara olmaydi yoki egalik
.qila olmaydi

Shunga qaramay, biz bu dunyoda yolg'iz emasmiz,
chunki chuqur va uzoq muddatli ildizlarga ega bo'lgan yaqin
munosabatlar mavjud bo'lib, ulardan biz qo'llab-quvvatlash
.va quvonch olamiz

?Bu bizga yaqin odamlar kimlar

Ular har doim ham bizning oilamiz a'zolari emas, balki
biz ular bilan mustahkam do'stlik rishtalarini his qiladigan
.odamlardir

Masalan, men ishongan tamoyillar tarbiyalangan va
o'sib ulg'aygan odamlar bor. Ular meni qadrlashadi va men
ham ularning mehr-muhabbati va hurmatiga javoban javob
beraman va muborak rishtalar bizni yaxshilik, sevgi va
.tinchlikda birlashtiradi, deb o'ylayman

Bir-biriga ezgu qadriyatlar va ideallar bilan yordam
berish va ilhomlantirish uchun hayotlarini birlashtirgan erkak
.va ayol nikohlarini shartsiz sevgi asosida quradilar

Er va xotin, ota-ona va farzandlar, do'st va do'st, o'zimiz
va boshqalar o'rtasida sof va shartsiz sevgini rivojlantirish -
bu biz bu dunyoga o'rganish uchun kelgan saboqdir

Haqiqiy nikoh - bu xudbinlik, yomon xulq-atvor va
yomon xulq-atvor zaharlari sabr-toqat sinov naychasiga
quyiladigan laboratoriya bo'lib, u yerda sevgining
rag'batlantiruvchi kuchi va olijanoblik va qadr-qimmat bilan
harakat qilish uchun doimiy harakat orqali bu azob-
.uqubatlarni neytrallashtirish va o'zgartirish mumkin

Agar sherikda (A) sherikda (B) nomaqbul xususiyatni
qo'zg'atadigan o'ziga xos xususiyat mavjud bo'lsa, unda
sharik (B) buning sababi borligini tushunishi kerak, ya'ni u
ichidagi yashirin zaharlarni ochib berish, shunda u ularni
tanib, ulardan xalos bo'lishi va shu tariqa o'z xarakteri va
.tabiatini poklashi kerak

Er va xotin bir-birlariga orzu qila oladigan eng katta
narsa bu ruhiy ochiqlikdir, bu esa tushunish, sabr-toqat,
g'amxo'rlik va sevgi kabi yaxshi fazilatlarni o'zida mujassam
.etadi

Lekin ular shuni yodda tutishlari kerakki, ma'naviy
.o'sishni boshqasiga majburan yuklash mumkin emas

Inson o'zida muhabbatni his qilganda va uni o'z
harakatlari tiliga tarjima qilganda, uning yaqinlari uning

yaxshi ta'sirini his qilishadi va bunga mehr va hurmat bilan
.javob berishadi

Agar turmush qurgan juftliklar nikohning oliy maqsadini
tushunmasalar, ular baxtli oilaviy hayotdan bahramand
.bo'lmasliklari mumkin

Haddan tashqari shahvoniylik, haddan tashqari tanishlik,
og'riqli qo'pollik, yomon shubhalar, haqoratli so'zlar va
harakatlar, bolalar oldida janjallashish, g'azabni chiqarish va
muammolarni boshqa sherikka yuklash - bular nikoh
poydevorini buzishga yo'l qo'yilmasligi kerak bo'lgan
.narsalardir

Er va xotin bir-biriga sodiq bo'lishlari va har biri bir-birini
.baxtli qilish uchun qo'lidan kelganini qilishlari kerak
Hayotiy sheriklar bir-birini ruhiy moyilliklari yo'qligi
sababli tashlab ketmasliklari kerak, aksincha, har biri iloji
boricha uzoq vaqt davomida boshqasiga ijobiy ta'sir
.ko'rsatishi kerak

Nikoh nozik tuyg'ular va o'zaro hurmatni rivojlantirish
.uchun ajoyib laboratoriyadir

Bu, shuningdek, boshqalarga xizmat qilish va ularni
baxtli qilish uchun yaxshi niyatni rivojlantirish, sevgini
nopokliklardan tozalash va xudbinlikdan voz kechish
.maktabidir

Oilaviy hayotda boshqa odamning nuqtai nazarini
hurmat qilish va arzimas narsalar tufayli janjal va
janjallardan tiyilish muhimdir. O'zaro hurmat baxt keltiradi,
boshqa odamning fikrini kamsitish esa hissiy taranglik,
.xafagarchilik va muhitni zaharlashga olib keladi

Muvaffaqiyatli nikoh yorqin sevgi, mehr-oqibat,
bag'rikenglik, hamdardlik, do'stona tushunish, ochiq fikrlilik
va nozik tuyg'ular kabi yuksak ma'naviy va aqliy fazilatlariga
.asoslangan

Er va xotinlar bir-biriga mehr-muhabbat his qilishlari va
bu tuyg'uni ma'lum bir lahzalar bilan cheklamasliklari kerak,

aks holda ular zerikish, xafa bo'lish yoki hatto o'zaro nafrat
.va ehtimol ajralish qiyaliklariga tushib qolishadi
Sevgi jismoniy yoki ruhiy zaiflikdan kuchliroq va shuning
.uchun u shartlar bilan bog'liq bo'lmasligi kerak
Sevgini boshqa odamdan kuch bilan tortib olish mumkin
emas, balki uni faqat yurakdan yurakka o'z-o'zidan paydo
.bo'ladigan sovg'a sifatida qabul qilish mumkin
Sevgi bag'rikenglik va ishonch muhitida o'sadi va gullab-
.yashnaydi, hasad va hasad muhitida esa yo'qoladi
Sevgi yaqinlikda - uzoqlikda yashaydi va noto'g'ri
tanishlikda o'ladi

Uning oyat-belgilaridan biri shundaki, U sizlar uchun
o'zlaringizdan juftlar yaratganki, toki ularda xotirjamlik
topsangizlar; va orangizda mehr-shafqat va rahm-shafqat
paydo qilganki. Albatta, bunda tafakkur qiladigan qavm
.uchun oyat-belgilar bordir
{va ikkalasi bir tan bo'ladi}

Baxtli nikohning birinchi va eng muhim talabi - bu
ruhning birligi - ma'naviy moyilliklar va maqsadlarning
o'xshashligi va bu maqsadlarga o'qish, harakat va o'zini o'zi
.tarbiyalash orqali erishish uchun chinakam istak
Ruhiy birlikka ega bo'lgan juftliklar, boshqa omillar
mavjud bo'lmasa ham, nikohlarini muvaffaqiyatli qila
.oladilar

Muvaffaqiyatli nikohning ikkinchi talabi intellektual,
.ijtimoiy, ekologik va boshqa manfaatlarning o'xshashligidir
Uchinchi va eng ahamiyatsiz talab, garchi odatda
ma'rifatsizlar orasida ustunlik qilsa ham, bu jismoniy
.jozibadorlikdir

Agar birinchi yoki ikkinchi talab bajarilmasa, jismoniy
.jozibadorlik tezda o'zining jozibadorligi va kuchini yo'qotadi

* * *

Biz bu dunyoda faol bo'lishimiz, foydali va konstruktiv
.ishlar qilishimiz kerak

Lekin vazifalarimizni tugatgandan so'ng, o'zimizga dam
.olishimiz va ichimizda xotirjamlikni izlashimiz kerak
Shuningdek, asablarimiz hayotiylikni tiklash va
energiyani yangilash uchun dam olish va xotirjamlikka
muhtojligini yodda tutishimiz kerak
Agar bizda xotirjam asab tizimi bo'lsa, biz qilayotgan
barcha ishlarimizda muvaffaqiyat qozonamiz va bundan
.tashqari, biz o'zimiz bilan va Xudo bilan uyg'unlikda bo'lamiz

* * *

:U bir guruh izdoshlariga shunday dedi
Hayotingizning kosasi ilohiy huzur bilan to'lib-toshgan,
ammo beparvoligingiz tufayli siz o'sha muborak huzurni his
.qilmaysiz

Radio eshittirishini tinglaganingizda, o'zingizni Xudo
bilan yaqin aloqada ekanligingizni his qilasiz
Agar siz shishani dengiz suvi bilan to'ldirsangiz, uni
mantar bilan mahkam yopib, keyin dengizga tashlasangiz,
shisha ichidagi suv va dengiz suvi aralashmaydi. Biroq, agar
.siz mantarni olib tashlasangiz, ular darhol aralashadi
Shunday qilib, ilohiy mavjudlikka tegishdan oldin,
ongimiz shishasidan beparvolik va befarqlik vilkasini olib
.tashlashimiz kerak

Jannat va baxtning kaliti

Yaxshiyamki, biz istalgan vaqtda va istalgan joyda
o'zimizda yo'q ijobiy fazilatlarni rivojlantirishga e'tibor
qaratishimiz mumkin

Agar bizda iroda yetishmasa, keling, shu jihatni hal
qilishga e'tibor qarataylik va ongli harakatlar orqali Xudoning
.yordami bilan irodamizni mustahkamlay olamiz

Agar biz qo'rquvdan xalos bo'lishni istasak, jasorat
haqida o'ylashimiz kerak va vaqt keladi, qo'rquv changalidan
.xalos bo'lamiz

Sodda qilib aytganda, biz shunchaki yo'q qilmoqchi
bo'lgan bezovta qiluvchi fikrlarni ijobiy, konstruktiv fikrlar
bilan almashtirishimiz kerak. Bu baxt va muvaffaqiyat

jannatining kalitidir va undan foydalanishni istagan har bir
.kishi uchun mavjud

* * *

Ba'zilar nafratni yengib o'tish va insoniyatni donolar
boshdan kechirgan va e'lon qilgan ilohiy sevgi bilan
ilhomlantirishning iloji yo'q deb o'ylashlari mumkin, ammo
yo'nalishni o'zgartirish va nafratni sevgi bilan almashtirishga
.katta ehtiyoj bor

Ateistik mafkuralar samoviy qonunlarga qarshi
kurashadi va odamlar qalbidan ma'naviy tushunchalarni
chiqarib tashlashga harakat qiladi va dunyo noma'lum
.manzilga shiddat bilan va tez yugurmoqda
Kuchli bo'ronni to'xtatishga harakat qilib, ba'zan
okeanda suzib yurgan mayda chumolilarga o'xshab
qolishimiz mumkin, ammo Xudo insonga bergan yaxshilik
kuchlarini kamsitmasligimiz kerak, shuningdek, qo'limizdan
.kelganini kamsitmasligimiz kerak

Dunyo azob-uqubatlarini pul yoki boshqa har qanday
moddiy vositalardan ko'ra ko'proq yo'q qiladigan yagona
narsa bu meditatsiya va meditatsiya qiluvchilar his qiladigan
.ma'naviy ong to'lqinlarini yuborishdir

Biz dunyoga xayrixohlik va ezgulik xabarlarini
tarqatishimiz, Xudoning insoniyat uchun rejasini tushunishga
harakat qilishimiz va Uning dono umuminsoniy irodasiga
.muvofiq ishlashimiz kerak

.Men unga: "O'rningdan tur", dedim

Agar siz barcha tajribalaringizni tabassum bilan va
Xudoga ishonib, shubhalarsiz ongingizga kirsangiz, ilohiy
qonun qanday ishlashini ko'rasiz
men San-Fransiskoda ma'ruza safari ,[yillarda-1920]
rejalashtirayotganimda, bankda atigi 200 dollarim bor edi, bu
hatto sayohatni boshlash uchun ham yetarli emas edi va
to'lash kerak bo'lgan katta to'lovlar bor edi, shuning uchun
:men shunday dedim

Xudo men bilan birga, U menga bu vazifani ishonib"
topshirdi va uni bajarishda menga yordam beradi, chunki
men qilayotgan ish Uning roziligi uchun va U, albatta, menga
".yordam beradi va ishimni osonlashtiradi
Agar butun dunyo sizni tark etsa va Xudo siz bilan
ekanligiga amin bo'lsangiz ham, Uning qonunlari siz uchun
.mo''jizalar yaratadi
Kotibam oldimga kelib, bankdagi pulim miqdorini aytib
.berganimda, u hayratda qoldi va aslida yerga yiqildi
.Men unga: "O'rningdan tur", dedim
U titrab javob berdi: "Biz qarzdor bo'lgan qarzlارimizni
"!to'lay olmaganimiz uchun qamoqqa tushamiz
Men: "Biz qamoqqa bormaymiz. Yetti kundan keyin
bizda ushbu ma'ruza safari uchun kerak bo'lgan barcha pul
.bo'ladi", dedim
Uning ichida shubhalar avj olardi, imonim esa sobit edi
Menga shaxsiy manfaat yoki maqsad uchun pul kerak
emas edi, balki ilohiy xabarni tarqatish uchun. Ko'p
qiyinchiliklarga qaramay, qo'rquv qalbimga kirmadi va
.aytishim mumkinki, qo'rquv mendan qo'rqadi
Nimadan qo'rqasiz? Hech narsa sizni qo'rqitmasligi
kerak. Barcha muammolarga Xudoga sodiq ishonch bilan
.yondashing, shunda g'alaba sizniki bo'ladi
Qalb Xudoga singib ketganida, inson Xudoning yordami
.va marhamati bilan barcha to'siqlarni yengib o'tishi mumkin
O'sha hafta davomida, Palace mehmonxonasi oldida
ketayotganimda, bir keksa ayol menga yaqinlashib: "Siz
.bilan gaplashsam maylimi?", dedi
Biz bir necha so'z almashdik va u muqaddimasiz:
".Mening pulim ko'p, sizga yordam bera olamanmi?", dedi
Men javob berdim: "Menga sizning pulingiz kerak emas,
"?nega meni tanimasangiz ham menga pul taklif qilyapsiz
U javob berdi: "Lekin men sizni bilaman, siz haqingizda
".ko'p eshitganman

Men darhol 27 000 dollarga (o'sha paytlarda juda katta summa) chek yozdim va buning ortida Xudoning qo'li .borligini ko'rdim

* * *

Agar inson sezgi yoki sezgi qobiliyatini rivojlantirmasa, u noto'g'ri qarorlar qabul qiladi, mos kelmaydigan biznes sheriklarini tanlaydi va noto'g'ri shaxsiy munosabatlarga .aralashadi

Sezgi idrokini baholash asosan ong tomonidan sezgilar orqali qabul qilingan ma'lumotlarga asoslanganligi sababli, agar sezgilar tashqi ko'rinishga aldansa, kimdir ichida nima borligini bilmasdan turib, uni ajoyib inson deb hisoblash .mumkin

Yoki u o'zini sherik yoki umr yo'ldosh topdim deb o'ylashi va baxtsiz hayotga yoki ajralishga olib keladigan .nikoh munosabatlariga kirishishi mumkin

Lekin sezgi hech qachon bunday xatolarga yo'l qo'ymaydi; u ko'zlardagi magnit kuchga yoki kimningdir jozibali yuziga qaramaydi, balki u aniq sezadi va qalb tubida .o'sha odamning asl mohiyatini idrok etadi

Ma'naviy ambitsiya

O'zimga palto sotib olish uchun borgan katta do'konda sotuvchining menga aytgan so'zlarini hech qachon .unutmayman

U: "Janob, men sizga hech narsa sotmoqchi emasman, .shunchaki sizga nima kerakligini aniq bilmoqchiman", dedi

Bu mehribon odam menga eng qimmat paltosini sotishga urinmadi, balki menga har jihatdan mos keladigan .arzonroq paltosini ko'rsatdi

Kerakli narsani arzon narxda olganimdan xursand bo'ldim

Shunday qilib, u meni o'z kompaniyasining doimiy mijozi sifatida jalb qildi

Odamlar o'zlarining amaliy ambitsiyalariga ma'naviy
elementni kiritishlari va boshqa odamlarning ehtiyojlariga
.munosib xizmat ko'rsatishni ko'rib chiqishlari kerak
Inson uchun xizmat ko'rsatish va evaziga pul olish orqali
pul topishning o'zi yetarli emas, balki pul topish va undan
jamoat ehtiyojlariga xizmat ko'rsatadigan muassasalar va
muassasalarni yaratish uchun foydalanish uchun ishlash
.kerak

Biror kishi katta miqdorda pul topsa va shu bilan birga
sheriklari va xodimlariga yordam bersa, uning boyligi va
farovonligi oshadi va shu tariqa u o'z boyligidan boshqalarga
yordam berish uchun foydalanadi, toki ular o'zlariga yordam
bera olishsin. Men buni "ambitsiyalarning ma'naviylashuvi"
.deb atayman

Farzandlariga katta miqdorda pul qoldiradigan badavlat
ota-onalar ularning o'zlari erishgan muvaffaqiyatga
asoslangan rivojlanish o'sishini bo'g'ib qo'yadilar va ularni
.o'ziga ishonch va yutuqlar quvonchidan mahrum qiladilar

* * *

Xudo O'z haqiqatini mustaqil tsivilizatsiyalar, millatlar va
.individual mentalitetlarda turli xil ifodalar bilan ochib berdi
Bu ulkan xilma-xillik orqali Xudo bizga insonning yashirin
salohiyatining o'zgaruvchan va xilma-xil manzarasini taqdim
etdi va insonning burchi bu ko'p qirrali turlardan eng yuqori
va eng yaxshi fazilatlarni ajratib olish va ularni o'ziga,
.vataniga va dunyosiga singdirishdir
Ma'rifatli odamlar har doim va har joyda shunday
qilishadi

Ular o'z davridan yuzlab yillar oldinda va o'zlarining
ochiq fikrli g'oyalari va ortib borayotgan xabardorligi orqali
abadiy va abadiy bo'lgan haqiqatning universal asoslarini
.namoyish etadilar

Bu tamoyillar baxtli hayotning haqiqiy san'atining
mohiyatidir. Ular har bir insonning muvaffaqiyati va baxti
.uchun muhim, qo'llaniladigan va ajralmas tamoyillardir

Xalqlar, millatlar, etnik guruhlar va turli ta'limotlar
o'rtasidagi farqlar odamlar o'rtasidagi bo'linishlarni davom
ettirmasligi, balki taqqoslash va ideal inson va jamiyat
rivojlanishiga hissa qo'shadigan eng yaxshi xususiyatlar va
usullarni tanlash uchun asosiy model bo'lib xizmat qilishi
.kerak

O'ziga ishonch san'ati
Mol-mulksiz yoki hech bo'lmaganda yetarli pul va
.sog'liqsiz baxtli bo'la oladiganlar kam
Ko'pchilik odamlar baxtli bo'lish uchun ma'lum
narsalarga muhtoj va ularning baxti tashqi sharoitlarga
bog'liq, chunki ong shartsiz ichki baxtdan bahramand
.bo'lishga o'rgatilmagan

Biror kishi o'ziga kerak deb hisoblagan hamma narsaga
ega bo'lsa, baxtli bo'laman deb o'ylashi mumkin - Xudo sizga
baraka bersin - Lekin istak istakni keltirib chiqaradi va kimki
o'z istaklarini ko'paytirishda davom etsa, ulardan Pleiades
.yerdan uzoqlashganidek qoniqish topadi

Biror narsa sotib olishdan oldin, siz usiz yashay
olmasligingizni va narxidan qat'i nazar, uni albatta olishingiz
kerakligini his qilasiz. Lekin uni qo'lga kiritganingizdan so'ng,
unga bo'lgan ishtiyoqingiz asta-sekin kamayadi va siz
.yaxshiroq narsa haqida o'ylay boshlaysiz va hokazo
Muvaffaqiyat - bu o'zini qoniqtirish san'ati: chinakamiga
kerakli narsani oling va keyin bor narsangiz bilan
qanoatlaning

Ko'pgina ishchilar va xizmatchilar pullarini keraksiz
narsalarga sarflashadi va natijada qarzga botib ketishadi

Men shaharda chiroyli uyda yashovchi bir erkak va
uning xotinini bilardim. Ular xohlagan narsasini
ko'rganlarida, uni darhol, hatto bo'lib-bo'lib to'lash orqali
ham sotib olishardi. Lekin oxir-oqibat ularning chiroyli uyi
.ular uchun dahshat manbaiga aylandi

Ular uylarida to'planib qolgan narsalarning qarzini to'lay
olmadilar, shuning uchun men ularga bir marta: "Bu narsalar

sizniki emas va siz ularga egalik qilmaysiz, siz ularni bo'lib-bo'lib qarz oldingiz. Xo'sh, nega sizdagi barcha tinchlik va zavqni yo'q qiladigan doimiy tashvishlarsiz hayotingizni .soddalashtirmaysiz?", dedim

Qarzga botganliklari sababli, ular oxir-oqibat hamma narsasini yo'qotishdi va bu ularni oddiy hayotga qaytishga va .qaytadan boshlashga majbur qildi

Sog'lom istaklar va samarasiz istaklar mavjud. Sog'lom, qimmatli istaklar sizni zulmat vodiysiga olib borish o'rniga, sizni baxt va mamnuniyatning yorqin ufqlariga olib boradigan zotli otga o'xshaydi. Istaklar baxtga hissa qo'shishini yoki undan uzoqlashishini aniqlash uchun ularni .tahlil qilish insonning burchidir

Sizni moddiy narsaga berilishdan ozod qiladigan va sizni chinakam baxtga yaqinlashtiradigan har qanday narsa sog'lom istakdir. Bilingki, chinakam muvaffaqiyat boshqalar hisobidan narsalarni sotib olishga emas, balki sog'lom .istaklarga ega bo'lishga bog'liq

Nomaqbul yo'llar bilan qo'lga kiritilgan boylik tashqi ko'rinishidan muvaffaqiyatli ko'rinishi mumkin, ammo bunday ortiqcha boylik qalbni qiynaydi va uni tinchlikdan mahrum qiladi. Noqulay vijdon — uzr so'rayman — chiroyli ko'rinishi mumkin, ammo har bir qadamda oyoqni qisib .qo'yadigan tor poyabzalga o'xshaydi

Vijdoni toza inson o'zi bilan, boshqalar bilan va Xudo bilan tinchlikda yashaydi. Agar vijdoningiz toza bo'lsa, siz global jamoatchilik fikriga qarshi yakka o'zi turishingiz mumkin va atrofingizdagi zulmat qanchalik zich bo'lmasin, Xudoning yordami bilan siz zulmatni o'zingizning ma'rifatli .vijdoningiz nuri bilan yorib o'tishingiz mumkin

* * *

Bizga odamlarning ulug'lanishi va maqtovi kerak emas, chunki inson tabiati o'zgaruvchan va inson xotirasi qisqa .muddatli

Xudoning minnatdorchiligi va roziligiga biz astoydil
intilishimiz va intilishimiz kerak, chunki insonning qadr-
qimmatini qalblarni tekshiruvchi va sirlarni biluvchi tomonidan
.qabul qilinishiga bog'liq

Agar biz Xudoning nazarida pok va taqvodor bo'lsak,
unda bu eng muhimi

Yaxshi ishlar qilganimizda, ba'zan azob chekishimiz
kerak, ammo charchoq, noqulaylik, o'zini tuta bilish va aqliy
tayyorgarlik hech qanday dunyoviy shon-sharaf teng kela
olmaydigan ma'naviy baxt bilan solishtirganda hech narsa
.emas

Yetib keluvchilarning quvonchi buyuk va yangilanadi,
hayotning maqsadi esa abadiy saodatga erishishdir va har
bir ezgu g'oya bizni asosiy maqsadimizga bir qadam
.yaqinlashtiradi

Bunday fikrlar qalb okeaniga olib boradigan daryoga
.o'xshaydi, u yerda xotirjamlik, mamnuniyat va ichki baxt bor
yutuq

Men johillikning zich o'rmonini yorib o'tdim
Va men uning ichida yorug'lik yo'lini o'yib tashladim
Avvaliga ba'zi zaif va zaif tomonlarini ta'kidlab o'tdim
Men uning orqasidan tikanli orzu supurgisi butalari bilan
ergashdim

Yong'in yanada kuchayib ketdi
Olov ko'tarildi
Va u mag'rur mag'rurlikni yutib yuborishga cho'zildi
Va ochiqchasiga johillik
Va shahvatning quturgan, vahshiy hayvonlari yoqib
yuborildi

Yo'limni ochayotganimda
Eskirgan inson xatolarining kullari orasida
Men johillik o'rmonidan o'tishni istaganlarning
barchasiga yo'l ochaman

* * *

Boshqalar bilan munosabatlarimizda, ularning
hayotlaridan shakllangan ichki fazilatlarini payqash va
.qadrlash juda muhimdir

Agar siz boshqalarni ochiq fikr bilan o'rgansangiz, ularni
tushuna olasiz va ular bilan yaxshiroq til topisha olasiz,
shuningdek, siz kim bilan muomala qilayotganingizni va u
.bilan qanday munosabatda bo'lishni bilib olasiz
Faylasuf bilan ot poygasi haqida, olim bilan esa uy
.ishlari haqida gaplashmang

Biz boshqa odam uchun nima muhimligini aniqlashimiz
va ular bilan bu haqda gaplashishimiz kerak, o'zimiz
.haqimizda emas

Erkaklar va ayollar o'rtasidagi raqobat

Aftidan, erkaklar va ayollar o'rtasida raqobat har doim
mavjud bo'lgan, ammo ular mohiyatan teng va ikkalasi ham
.bir-biridan ustun emas

Inson o'zining ichki qadriyatlari va Xudo ularga bergan
.axloqiy kuchlar va muhim fazilatlar bilan faxrlanishi kerak

Erkak ayollarning hissiy va dürtüsel ekanligini va
.narsalarni aql va donolik bilan hal qila olmasligini ta'kidlaydi

Ayol erkak uni tushuna olmasligidan va uning his-
tuyg'ularini qadrlay olmasligidan shikoyat qiladi

Lekin ayollar, his-tuyg'ular ularning tabiatidagi eng
.kuchli kuch bo'lsa-da, sog'lom mantiqiy fikrlashga qodir
Va inson hayotida aql hukmronlik qilsa ham, his qila
oladi

Maqsad aql va hissiyot o'rtasida muvozanatni
yaratishdir, shunda ikkalasi ham bir-biridan ustun kelmaydi
.yoki uning rolini inkor etmaydi

Bu muvozanatga ikkala jins vakillari ham bir-biridan
.do'stlik va tushunish orqali o'rganish orqali erishish mumkin
Ma'rifatli insonlarda biz erkaklik va ayollik fazilatlarining
ajoyib uyg'unligini topamiz. Va aql va hissiyot o'rtasida
mukammal muvozanat holatiga yetganimizda, biz bu
.dunyoga kelganimiz uchun buyuk saboqlarni o'rganamiz

* * *

Ruhiy impulslar

Men kosmik yorug'likning uchquniman
Mening asosiy "men"im qon va suyak emas
Aksincha, bu ilohiy quyoshdan kelgan nurdir
Men ongni jamlash qobiliyatini rivojlantiraman
Men yaxshi kitoblar va materiallarni o'qiyman
Va men chuqurroq fikrga kiraman
Va hamma narsaning ustida
Men qalbim dengiziga sho'ng'iyman
Va men Xudo uning ichiga joylashtirgan sirlarni
o'ylayman

Sendan so'rayman, ey Rabbim
Faoliyatimda aks ettirish uchun
Va mening mulohazalarimdagi faoliyat
Shunday qilib, butun hayotim
Sizga sevgi va sadoqat sovg'asi
?Sizni topsam bo'ladimi
?Faqat qalbimning muqaddas joyida
Men birodarlik sevgisining atirgullarini ekaman
Do'stlik va sadoqat tuprog'ida
Ey Rabbim, bizni surunkali uyqudan uyg'otgin
Keling, aql nurida namoyon bo'lgan sizning huzuringizni
tan olaylik

Va donolik mash'alalarida porlab
Men ilohiy sevgi hovuzida soviyman
Tafakkur devorlari ortida yashiringan
?Tomirlarimda oqayotgan bu hayot nima o'zi
?Uning ilohiy manbaga ega bo'lmasligi joizmi
Emissiya tushunchasi
!Fikrning chegarasi yoki oxiri yo'q
Har bir mehrli so'z umuminsoniy tabiat tushunchasini
ifodalaydi, chunki mehrli so'zlar va sof fikrlar ilohiy manbaga
.ega

Haqiqat dengizi bag'rida raqsga tushayotgan ko'plab
buyuk g'oyalar to'lqinlari bor
Bizning intellektual konsensus ifodalarimiz tushunish va
bilim okeanidagi to'lqinlardir
?Emanatsiyaning ma'nosi nima
Bu hayotning yangilanishi va yuqori pog'onalariga
ko'tarilishdir
?Nima ko'tariladi va u qanday ko'tariladi
Biz hayotning yangilanishining ma'nosini tushunishimiz
kerak. Borliqdagi hamma narsa o'zgarish va o'zgarish
.jarayonidan o'tadi
Bu o'zgarishlar o'zgartirilayotgan narsa uchun zararli
yoki foydalidir
Masalan, iflos stakanni olib, uni yerga qattiq ursam, u
?o'zgaradi, shunday emasmi
Lekin bunday o'zgarish foydali emas; aksincha, u vayron
.bo'lgan narsaga zarar yetkazishni o'z ichiga oladi
Lekin agar siz stakanni yuvib, uni tiniq va yaltiroq
qilsangiz, unda o'zgarish foydali bo'ladi
Shuning uchun, emanatsiya jismoniy narsalarga yoki
odamlarga nisbatan har qanday foydali o'zgarishni anglatadi
ijodiy faoliyat
Ijodiy qobiliyatga ega bo'lgan odamlarning uch toifasi
:mavjud
Istisno kategoriya – g'ayrioddiy
o'rta sinf
va oddiy toifa
Bu toifalarning birortasiga ham kirmaydiganlar ko'p
:Biror kishi o'ziga savol berishni yaxshi ko'radi
Men o'zimga va boshqalarga foyda keltiradigan yangi"
"?va noyob narsa yaratishga harakat qildimmi
Bu ijodiy faoliyat bilan shug'ullanishning boshlang'ich
nuqtasidir
Agar u bu haqda o'ylamagan bo'lsa, demak, u o'zlarida
ijodkorlikning tarkibiy qismlariga ega bo'lishiga qaramay,

ijodkorlik qobiliyati yo'qligiga ishonadiganlardan biridir,
ammo ularning ong osti ongidan singib ketgan takliflar ularni
ular bilan ijodkorlik o'rtasida juda katta masofalar borligiga
.ishontirgan

Hayotda uyqusirab yuruvchi kabi o'tadigan kishi o'zini
:uyg'otishi va o'ziga shunday tasdiq berishi kerak
Menda insonning eng buyuk iste'dodi, ijodkorlik ruhi"

"bor

Har bir insonda qobiliyat va tashabbus uchquni mavjud
bo'lib, bu ularga o'ziga xos narsa yaratishga imkon beradi.
Biroq, atrof-muhitning ta'siri gipnozga o'xshaydi va agar
inson atrof-muhitning salbiy ta'siriga qarshi hushyor va
bardoshli bo'lmasa, cheklangan inson ongi osongina
.aldanishi mumkin

Kim o'ziga: "Barcha yo'llar gavjum va gavjum, shuning
uchun urinishning nima keragi bor?" - desa, o'zini qat'iyatni
cheklaydigan dunyoviy ongning gipnoz ta'siriga tushib
qolishga yo'l qo'yadi va bu ko'p odamlar hayotning barcha
jabhalarida muvaffaqiyat qozona olmasligining sababini
.tushuntiradi, chunki ularda ijodkorlik ruhi yo'q

Inson hayot tajribalariga vijdoni buyurgan va qalbi unga
nima taklif qilsa, shuncha moslashishi va puxta o'ylamasdan
.harakat qilmasligi kerak

Kimning qalbida kuchli iymon bo'lsa, Alloh uning
hayotda intilgan narsasiga erishish uchun iymonini, kuchini
.va qat'iyatini oshiradi

Men Xudoga qattiq ishonaman va Uning yordamiga
qattiq ishonaman, shuning uchun U menga O'zining
marhamati bilan har doim men uchun imkoniyatlar yaratib
bergan, men uchun eshiklarni ochgan va oldimda son-
sanoqsiz yo'llarni ochib bergan muborak ruhiy kuch va
.yengilmas iroda bilan baraka berdi

Haqiqiy va abadiy baxt faqat Allohdadir
Ilohiy bilim xazinadir; uni topgan kishi boshqa hech
narsani xohlamaydi

Xudoda, boshqa hech narsada xavfsizlik yo'q, U barcha
.qo'rquv va xavotirlardan yagona panoh va qochishdir
Aks holda, bu dunyoda haqiqiy xavfsizlik yo'q
Shuning uchun, biz U bilan ertalab va kechqurun,
shuningdek, qilayotgan barcha ishlarimizda va bajaradigan
vazifalarimizda Uni tanib-bilish va muloqot qilish uchun
.barcha sa'y-harakatlarni amalga oshirishimiz kerak

Xudo qayerda bo'lsa, qo'rquv va qayg'u yo'q
Uni bilganlar dunyoviy voqealar yoki turli ofatlardan
larzaga kelmaydilar, chunki ular Xudoning ular bilan birga
.ekanligi va ularni himoya qilgani uchun xavfsiz va osoyishta

Yolvorish

Ey Xudoyim

Garchi sevgingiz nuri ba'zan dunyoning yovuzliklari bilan

xira bo'lsa ham

Lekin biz sizning nuringizni ko'rsatish uchun astoydil

harakat qilmoqdamiz

Muborak nuringizning nurlari oqishi davom etsin

U zulmat orasida porlaydi va uni butunlay yo'q qiladi

Sizning ulug'vor kuchingiz mening borligimga singib

ketayotganini his qilyapman

Sizning yordamingiz va barakalaringiz bilan yaxshilikni

sevuvchilar qila oladilar

Dunyoning yovuzliklarini yengish

Va sizning sevgingiz eng buyuk kuch bo'lib qolmoqda

Bu ong va qalbgga singdirilishi kerak

Urushlarni yo'q qilish uchun

Bezovtaliklar va tartibsizliklar

Men insoniyatning og'rig'ini his qilyapman

Men inson azoblarini engillashtirish uchun qo'limdan

kelganini qilmoqchiman

Ey Rabbim, bizni duo qilgin, toki biz Sening sevging va

.nuring mash'alalarini yoritib turaylik

Qayerga o'girilsak ham, qayerga borsak ham

Men seni sevadiganlar bilan birga bo'lishni istayman

Va men sizning eng muqaddas ismingizni eshitishdan
zavqlanishni istayman

Sen mening qalbidagi birinchi va oxirgi sevgimsan
Hammaga baraka bering, toki ular sizning sevgingiz va
shon-sharafingizni his qilsinlar

Keling, behuda ambitsiyalar va xayoliy orzulardan voz
kechaylik

Biz sizning ajoyib sevgingizga to'lamiz
Men boshqalarga sizning sevgingiz va mo'jizalaringiz
haqida aytib bermoqchiman

Bizga sevgingizning doimiy xabardorligini singdiring
Va sizning ilohiy huzuringizga teginish istagi
Keling, bizni sizdan uzoqlashtiradigan va bizni
qaytaradigan hamma narsadan voz kechaylik

Sen faqat abadiy, abadiy va mutlaq haqiqatsan
Sensiz hayot yo'q

Meni ozod qilganingiz kabi hammani ozod qiling
Va qalbimning tubidan sizga rahmat aytaman
Menga bu muborak quvonchni berish uchun
Kechayu kunduz menga hamroh bo'ladigan

Jim faoliyat va faol jimlik

Inson vaqtini nafaqat pul topishga, balki jismoniy
mashqlar qilishga, o'qishga, meditatsiya qilishga, Xudoni
sevishga va xotirjam va bezovtalanmagan holda o'zini
.tutishga ham sarflashi kerak

Biz jimgina va jimgina faol bo'lishni, shuningdek,
kundalik faoliyatimizni Xudo haqida o'ylash va o'z-o'zini tahlil
qilishdan olingan xotirjamlik bilan to'ldirishni o'rganishimiz
.kerak

Biz o'z ishimizni burchga bo'lgan muhabbat bilan
bajarishimiz va natijalarni aqliy muvozanat bilan qabul
qilishimiz kerak, muvaffaqiyatni kamsitishga yoki
muvaffaqiyatsizlikdan umidsizlikka tushmaslikka majbur
.bo'lmaymiz

Ey Rabbimiz, biz Sendan so'raymizki, Sening haqiqating
bizning yo'lboshchimiz, rahbarimiz va ustozimiz bo'lgan
dunyoda tinchlikda yashashimizga yordam ber, toki biz
birodarlik muhabbatida yashaylik va tanamizni, ongimizni va
ruhimizni muvozanatli tarzda rivojlantiraylik, toki Sening
samoviy tinchliging hayotimiz va kundalik faoliyatimiz orqali
.namoyon bo'lsin

Sog'lik, qobiliyat, samaradorlik va donolik bilan baraka
topgan insonlar, biz hamkasblarimizni o'zlarining nafis
tabiatlari va olijanob fazilatlarini namoyon etishga
.ilhomlantiraylik

Sizga bo'lgan sog'inchimiz qurbongohida sevgingiz nuri
porlasin

Va bizga har bir qalbdan sevgingizni uyg'otish qobiliyatini
beraylik

* * *

Shogirdlardan biri ichki xotirjamlikka erishishning eng
:yaxshi yo'li haqida so'radi va ustoz shunday dedi
Tashqariga shoshilib chiqadigan va fikrni ichkariga
yo'naltiradigan xavotirli fikrlarni tinchlantirish ustida ishlang
Fikrlaringiz va istaklaringizni ichingizda mavjud bo'lgan
.yetarli va to'liq faktlar bilan uyg'unlashtirish ustida ishlang
Shunda siz o'zingizning borlig'ingizga singib,
hayotingizni va butun tabiatni o'rab olgan shirin uyg'unlikni
.his qilasiz

Agar umidlaringiz va kutganlaringiz ushbu tug'ma
uyg'unlikka mos kelsa, siz hayot yo'llaridan ravon va
.osonlikcha o'tasiz va tinchlik qanotlarida parvoz qilasiz
Va bunda qalb hayotining chuqurligi va go'zalligi yotadi

* * *

Ba'zan fikrlar so'zlardan ko'ra samaraliroq bo'ladi
Inson ongi barcha narsalar orasida eng kuchli uzatuvchi
va qabul qiluvchidir

Agar siz doimiy ravishda ijobiy fikrlarni tarqatib
tursangiz va ularni sevgi energiyasi bilan to'ldirsangiz, bu
fikrlar boshqalarda yaxshi taassurot qoldiradi
Xuddi shunday, agar siz hasad yoki nafrat bilan
to'ldirilgan fikrlarni qo'yib yuborsangiz, boshqalar ham bu
fikrlarni qabul qilishadi va ularga o'xshash fikrlar bilan javob
.berishadi

Xudodan sizning harakatlaringizni O'z kuchi va
barakalari bilan qo'llab-quvvatlashini so'rayman
Masalan, agar er to'g'ri yo'ldan og'ayotgan bo'lsa, xotin
Xudodan eriga yordam berishini, qalbidagi hasad va nafrat
tuyg'ularini yo'qotishini, erining xatosini anglab, to'g'ri yo'lga
.qaytishini so'rashi kerak

Agar ibodat samimiy va niyatlar pok bo'lsa, Xudoning
.yordami bilan kerakli o'zgarish yuz beradi

* * *

Meni egallab olishga urinayotgan odatni yengish uchun
ko'pincha iroda kuchidan foydalanganman
Muayyan turdagi ovqatlarni iste'mol qilganimda va
o'zimni o'sha turdagi ovqatlarga bo'lgan ishtiyoq bilan
cheklab qo'yganimda, ularga bo'lgan ishtiyoq yo'qolguncha
.o'sha ovqatlardan tiyilardim
Singapurga borganimda, u yerda mazali meva topdim,
lekin unga ishtiyoq uyg'otmaslik uchun o'zimni ehtiyot
qildim, chunki agar e'tibor bermasam va ehtiyot choralarini
ko'rmasam, ertalab, peshin va kechqurun uni xohlab
.qolishimni angladim va shu tariqa o'zimizni cheklaymiz
O'sha kuni mevadan juda zavqlandim, lekin uni
.sog'inmadim va ertasi kuni uning yo'qligidan afsuslanmadim
Agar biz zavqlanadigan narsalarga e'tibor qaratsak,
qo'rqadigan hech narsamiz yo'q. Biz erkinligimizni hamma
.narsadan ustun qo'yishimiz kerak
Agar men biror narsa qilmayman desam, qaror qat'iy va
?qaytarib bo'lmaydigan bo'ladi. Bu erkinlik emasmi

Odatga ko'ra yoki bizni o'ziga jalb qilishga urinayotgan
boshqalarga javoban emas, balki donolik buyurganidek
!harakat qilish naqadar ajoyib
Donolik bizni biror narsa qilishga ishontirganda, agar biz
donolik bilan boshqarilsak, hech narsa bizni uni qilishdan
.to'xtatmasligi kerak

Foydali odatni iroda va donolik orqali shakllantirish
mumkin. Men donolik taklif qilgan har qanday narsani
.qo'llab-quvvatlash qobiliyatiga egaman

Ko'pgina odamlarning asl naqshlari yoki arxetiplari
shunchalik o'zgarib ketganki, ularni o'zgartira olmaydi,
ammo xushmuomalalik va o'zini tuta bilish orqali o'z
g'oyalarini moslashuvchan saqlaganlar osongina yaxshi
.tomonga o'zgarishi mumkin

Aql loy kabi egiluvchan bo'lishi kerak. Donolik bu
moslashuvchanlikni beradi va men boshqalarning
.bahramand bo'lishini istayman

Inson odat qulligidan ozod bo'lganda, u erkin tanlov va
o'ziga ishonch asosida harakat qilishdan ortiq baxt yo'qligini
.anglaydi

Inson vaziyatlarning uni mushtlashiga, shapaloq urishiga
va mag'lub etishiga yo'l qo'ymasligi kerak, aksincha,
vaziyatlarni yengib o'tish uchun qo'lidan kelganicha harakat
.qilishi kerak

Kim kuchli irodaga ega bo'lsa, Xudoning yordami bilan
.barcha qiyinchiliklarni yengib chiqadi

* * *

Har bir jismoniy harakatning aqliy o'xshashligi bor
Biz jismoniy kuchimizdan ma'lum harakatlarni bajarish
uchun foydalanamiz, ammo harakatning manbai fikrda va
.aqliy yo'l boshchi tomonidan boshqariladi

O'g'irlik yovuzlikdir; lekin eng katta yovuzlik - bu
o'g'irlikning aqliy harakati bo'lib, u jismoniy o'g'irlikka yo'l
.ochadi, chunki aql haqiqiy boshliqdir

Inson oldini olishni istagan har qanday noto'g'ri harakat
.avvalo uning ongidan chiqarib tashlanishi kerak
Agar siz faqat jismoniy harakatga e'tibor qaratsangiz,
nazoratni qo'lga kiritish juda qiyin
Diqqat ongga va noto'g'ri tushunchalarni tuzatishga
qaratilishi kerak, shunda harakat avtomatik ravishda,
.muammosiz va muvaffaqiyatli hal qilinadi

* * *

O'zingizni xotirjam his qilganingizda
Har bir harakatda
Tana harakatlaringizdan
Va fikrlaringizda xotirjamlikni his qilasiz
Va sizning xohishingiz bilan
Va sizning sevgingizda
Va u o'zini xotirjam his qiladi
Va ilohiy huzurda
Sizning ambitsiyalaringizda
Esingizda bo'lsin, siz
Hayotingiz Xudoga yetib keldi
Maqtov, tanqid va xushomad
Xushomadgo'ylik odamni yaxshilik qilishga undaganda
yaxshi bo'lishi mumkin, ammo ruhiy jarohatlarni yashirish,
ularni yiringlash va shu tariqa ruhni johillik kasalligi bilan
.zaharlash uchun ishlatilganda u yomon niyatli bo'ladi
Ko'pchilik xushomadgo'ylikni yaxshi ko'radi, xuddi
ko'pchilik asalning ba'zilar zaharli bo'lishi mumkinligini
bilmasdan ham uni iste'mol qilishni yoqtirgani kabi
Boshqalarning xushomadgo'y so'zlaridan tashqari, o'z
fikrlarimiz ko'pincha zararli kamchiliklarimizni oqlaydi va
butun ma'naviy hayotimizni yorilib zaharlashi mumkin
.bo'lgan katta psixologik xo'ppozlarni yashiradi
Shunday qilib, boshqalarning bizga nisbatan
xushomadgo'yligi va bizning xotirjam fikrlarimizning
pichirlashlari eshitish qobiliyatiga yoqimli bo'ladi va

donoligimiz zaharli xushomadgo'y so'zlar qo'lida asirga
.tushadi

Soxta do'stlarning yolg'on so'zlari tufayli pul, vaqt,
sog'liq va hatto axloqni ixtiyoriy va qasddan isrof
.qiladiganlar ko'p

Ko'p odamlar dono maslahatlarga quloq solmagani va
ayyorlik va yovuzlikni o'z ichiga olgan shirin gaplar
.vasvasasiga berilib ketgani uchun halokatga uchradilar
Do'zaxda bitta halol, to'g'riso'z odam bilan yashash,
jannatda o'nta muloyim va yomon niyatli odam bilan
yashashdan afzaldir. Xushomadgo'ylar jannatni do'zaxga
aylantiradilar, yaxshi, sodiq do'stlar esa do'zaxni jannatga
.aylantiradilar

Biz har doim rost gapirishimiz kerak va shu bilan birga,
boshqalarni haq bo'lishi mumkin bo'lgan, ammo qo'pol va
ijobiy natijaga olib kelmaydigan so'zlar bilan xafa qilishdan
.qochishimiz kerak

Masalan, agar siz ko'r odamga "Ey ko'r odam", deb
murojaat qilsangiz, aytayotgan gapingiz to'g'ri bo'lishi
mumkin, ammo bu turdagi nutq nomaqbul va xafa qiluvchi
his-tuyg'ularga sabab bo'ladi, shuning uchun bunday xafa
.qiluvchi uslubdan qochish kerak

Tanqid qilinishini istamagan odamni tanqid qilish tavsiya
etilmaydi, lekin mehrli tanqidni tinglash foydali va qattiq,
ammo to'g'ri tanqidni tabassum va do'stona minnatdorchilik
.bilan qabul qilish ajoyibdir

Bir donishmandning do'sti bor edi, u uni juda tanqid qilar
edi va donishmandning izdoshlari bu tanqiddan
g'azablanishardi. Bir kuni shogirdlaridan biri ustozining
oldiga quvonch bilan kelib: "Xursand bo'l, ustoz, chunki
.dushmaning, ayblovchi o'ldi", dedi

Donishmand yig'lab yubordi va dedi: "Voy, qanday katta
yo'qotish! Mening eng yaxshi ruhiy tanqidchim vafot etdi va
."yuragim parchalanib ketganini his qilyapman

Ko'pchilik konstruktiv, chuqur tanqidni yoqtirmaydi va
buning o'rniga xushomadgo'ylik uchun hamma narsani
qurbon qilishni va dono odamlarning ochiq so'zlaridan va
.ularning aniq bashoratlaridan yuz o'girishni afzal ko'radi
Inson vaqti-vaqti bilan o'ziga shunday savol berishi
:kerak

Shirin so'zlarga aldanib, xudbin xushomadgo'ylar"
"!qo'liga donoligimni cheklab, idrokimni ko'r qilib qo'ydimmi
Avliyo va Chechak arvohi haqidagi ertak
Xudoning solih avliyolaridan biri kechasi meditatsiya
qilayotganida, u yashaydigan qishloqqa kirib kelayotgan
:dahshatli chechak arvohi unga ko'rindi va u unga baqirdi
O'z joyingda qol, arvoh va kelgan joyingga qayt. Men"
Xudoga sig'inadigan shahar aholisiga zarar yetkazmasliging
".kerak

Arvoh javob berdi: "Men karma qonuniga muvofiq va
kosmik burchimni bajarish uchun faqat uchta odamni qabul
."qilaman, boshqa hech kimni qabul qilmayman
Qo'riqchi tushuntirishni ikkilanib qabul qildi
Ertasi kuni uch kishi chechakdan vafot etdi, uchinchi
kuni yana bir necha kishi vafot etdi va undan keyin har kuni
.ba'zi qishloq aholisi dahshatli kasallikka chalindi
Avliyo katta aldov qurboni bo'lganiga ishonib, chuqur
o'ylanib, arvohni chaqirdi. U paydo bo'lganida, avliyo uni
:tanbeh berib dedi

Sen meni aldading, Arvoh va menga faqat uchta"
".odamni olib ketishingni aytganda rostini aytmading
Arvoh javob berdi: "Oliy Ruhga qasam ichamanki, men
."rost gapirdim

Qo'riqchi: "Siz menga uch kishini olib ketishingizga va'da
bergan edingiz, ammo kasallik o'nlab odamlarning hayotiga
.zomin bo'ldi", dedi

Arvoh javob berdi: "Ey Xudoning do'sti, men faqat
."uchtasini oldim, qolganlari qo'rquvdan o'ldi

Do'stlarim, bilingki, qo'rquv inson ichida salbiy tebranishlarni keltirib chiqaradi, uni u yoki bu tarzda o'rab oladi, qutulish qiyin bo'lgan ko'rinmas arqonlarga o'raydi va uni atrofidagi odamlarda salbiy narsalarni qabul qilishga moyil qiladi, natijada u nosog'lom to'lqinlar bilan o'ralgan .bo'ladi

Bunday holatda, u o'ziga kasallik, umidsizlik, umidsizlik, .shubha, azob-uqubat, qayg'u va hatto o'limni olib keladi

Iroda kuchi: Kosmik faollashtiruvchi

Tanadagi har bir harakat iroda harakatini anglatadi Iroda tizimi orqali energiya miyada saqlangan energiya va tanani o'rab turgan aqlli kosmik energiya yordamida .simsiz ravishda tanaga yuboriladi

Charchaganingizda, ovqatlanish, kislorod bilan nafas olish, suv yoki boshqa suyuqliklar ichish orqali tanangizni .energiya bilan ta'minlashingiz mumkin

Lekin og'ir vaznni ko'tarish uchun qo'llaringizni va tanangizni taranglashtirganingizda, ko'rinmas iroda orqali tanangizga energiya olib kelasiz

Tanani ongli ravishda diqqat bilan siqsangiz (u zo'riqishsiz tebranguncha), siz aql-idrokka ega bo'lgan .Xudoning kosmik energiyasiga tegasiz

Bu biz tanada energiya yoki faollikni tanadan tashqaridagi moddiy manbalardan emas, balki tananing ichida ham, tashqarisida ham yashiringan va mavjud bo'lgan .ilohiy manbadan qanday yaratishimiz mumkin

Kosmik energiyaga kirish va undan foyda olish uchun avval ong va materiya, tana va ruh o'rtasidagi yo'qolgan bog'liqlikni topish kerak. Bu bog'liqlikni diqqatni jamlash, meditatsiya qilish va o'zlikning asl mohiyatini va uning ilohiy .ong bilan bog'liqligini anglash orqali topish mumkin

Hayot karvonga o'xshaydi

O'tgan yili biz bilan bo'lganlarning ko'pchiligi hozir biz ?bilan emas va kelasi yili kim bu yerda bo'lishini kim biladi

Bu hayot va uning sayohati davom etadi Bu biz qisqa
vaqtga sayohat qiladigan karvon
Ba'zi hamrohlarimiz yo'qotish chuquriga tushib qolishdi,
ammo ular boshdan kechirayotgan azob-uqubatlar ularni
qamrab olganda, ular karvon Parvardigoridan, shuningdek,
bu yerning Xo'jayini bo'lgan Qodir Allohdan yo'l-yo'riq va
.yo'l-yo'riq so'ray boshlaydilar
Garchi biz bu karvonda ajralib tursak va boshlanish va
oxirni sir o'rab olsa-da, hayot hali ham chuqur ma'noga ega:
.bizga Xudoni chin dildan izlash muhimligini eslatadi
:Bu dunyoni spektaklga ham o'xshatish mumkin
Bu hayot qahramon tomonidan hikoya qilinadi, tun esa"
"qopqoq, kunduz esa o'yin maydonchasi
Aktyorlar hech narsadan paydo bo'lmaydi. Sahna ortida
bir narsa bor va rollari tugaganidan keyin aktyorlar
yashashni to'xtatmaydilar, balki dam olish izlab efir pardasi
.ortiga g'oyib bo'ladilar
Biz bu yerda Ilohiy Teatr Direktorining rejasiga muvofiq
hayotning ushbu bosqichida bir muddat o'z rollarimizni
.o'ynash va keyin sahnani tark etish uchun keldik
Biz an'anaviy o'lim ma'nosida o'lmaymiz, balki kosmik
teatr direktorining ko'rsatmasiga binoan vaqt pardasi ortida
.yo'qolib qolamiz
Ilohiy irodaga muvofiq, biz spektaklni
o'zlashtirmagunimizcha va rollarimizni to'g'ri ijro
etmagunimizcha, biz hayot sahnasida qayta-qayta paydo
.bo'lamiz
Biz jasoratni yo'qotmasdan yoki ilohiy rejaning
tafsilotlariga aralashmasdan Oliy Menejer va
Rejalashtiruvchining irodasiga bo'ysunib, ish faoliyatimiz
yaxshilanganida, endi qayta urinishimiz shart bo'lmaydi,
balki abadiy mavjudlik tuzilmasida o'lmas ustunlarga, Osmon
.Shohligida doimiy yashovchilarga aylanamiz
Ular u yerda abadiy qolurlar

Kimki g'alaba qozonsa, Men uni ilohiy ma'badimda}

{ustun qilaman va u hech qachon chiqib ketmaydi

* * *

Avvaliga men o'qituvchi bo'lishga ikkilanardim, chunki
talablar va oqibatlar juda katta va qo'rqinchli, chunki
o'qituvchi zarbani yutuvchi bo'lishi kerak va u bezovtalanib,
sarosimaga tushgan zahoti undan yordam so'raganlarga
.yordam bera olmaydi

Haqiqiy o'qituvchi barchani sevishi, insoniyatni
.tushunishi va Xudoni bilishi kerak

Ustozim (Shri Yuktisvar) menga bu hayotdagi rolim ruhiy
ustozlik ekanligini aytganda, men Xudoning cheksiz kuchidan
.foydalanib, meni qo'llab-quvvatlashini so'radim

Men ma'ruzalar o'qishni boshlaganimda, nazariy
tadqiqotlardan olingan kitoblar bilimlaridan emas, balki ichki
ilhomdan foydalanib gapirishni niyat qilgan edim, chunki
barcha so'zlarim ortida hech qachon buloqlari qurib
qolmaydigan va manbai hech qachon tugamaydigan ijodiy
.kuch borligini to'liq anglab yetgan edim

Bu kuch boshqa sohalarda ham boshqalarga ishlarida
.yordam berish uchun va turli yo'llar bilan ishlatilgan
Men boqiylikni ta'kidlash uchun inson ongidan
foydalandim

Men: "Buni men uchun qil, Rabbim", demadim, balki
"Men buni qilishni xohlayman, Rabbim va Sendan menga
yo'l-yo'riq ko'rsatishingni, ilhomlantirishingni va qo'limdan
.ushlashingni so'rayman", dedim

Kichik narsalarni nihoyatda noyob tarzda qilish mumkin
U o'z ish sohasida eng yaxshi bo'lishi va hayotining
.odatiy tarzda davom etishiga yo'l qo'ymasligi kerak
Va dunyoni hayratda qoldiradigan hech kim qilmagan
foydali ishni amalga oshirish

Va ijodiy, innovatsion ilohiy unsur u orqali va u orqali
ishlayotganini namoyish etish uchun

Muvaffaqiyatsizlik va o'tmishdagi xatolar haqidagi fikrlar
yo'ldagi to'siqlar bo'lishiga yo'l qo'ymasdan, hayot yo'llaridan
.yurish uchun qat'iy qat'iyat va qat'iyatga ega bo'lish kerak
Hayot qorong'u bo'lishi mumkin, qiyinchiliklar kelishi
mumkin va imkoniyatlar qo'lga kiritilmasdan qo'ldan boy
berilishi mumkin, lekin shogird o'ziga: "Xudo meni tashlab
.ketdi va taqdirim hal qilindi", demasligi kerak
?Bunday odamga kim biron bir yordam taklif qila oladi
Insonning oilasi uni rad etishi, omad uni tark etishi
mumkin - uning idrokiga ko'ra - va insoniy va tabiiy kuchlar
unga qarshi fitna uyushtirishi mumkin, ammo u Xudoning
marhamati va ichidagi ijodkorlik ruhi bilan barcha qarama-
qarshi hujumlarni qaytarib, haqiqiy yutuq jannatiga zafar
.bilan yurishi mumkin
Yuz marta mag'lub bo'lsangiz ham, qiyinchiliklarni
.yengib o'tib, shon-sharaf tojini qo'lga kiritishga qaror qiling
Umidsizlik abadiy davom etmaydi va umidsizlik
vaqtinchalik sinovdir
Xudo bizning hayotda g'olib bo'lishimizni va ichimizdagi
to'liq kuchni namoyon etishimizni istaydi, toki biz hayot
.sahnasida o'z oliy rolimizni muvaffaqiyatli bajara olamiz
Do'zaxda bir donishmand bilan
Qadim zamonlarda muborak daryo bo'yida taqvodor bir
zohid yashar edi. U umrining ko'p yillarini chuqur tafakkur
bilan o'tkazdi, ammo afsuski, uning sa'y-harakatlari samara
bermadi va hayot sirlarini va baxt manbalarini izlash va
tadqiq qilish borasidagi sa'y-harakatlariga qaramay, mo'l-ko'l
.tinchlik hosilini yig'ib olishdan xursand bo'lmadi
Do'stimiz doimo go'zal manzaralar, mehribon qalblar,
qimmatbaho kitoblar va muborak xotira doiralari nuqtai
nazaridan samoviy muhit bilan o'ralgan bo'lsa-da, uning ongi
odamlarni talash va ularga zarar yetkazishning eng to'g'ri
.usullari haqida o'ylashda davom etdi
Bu fikrlash uning nazoratidan tashqarida edi va qadimgi
karmik sabablardan kelib chiqqanga o'xshardi. U bu yoqimsiz

fikrlarni qanchalik ko'p haydab chiqarishga harakat qilsa,
ular shunchalik ko'p uning ongiga kirib borar, tinchligini
.buzar va xotirjamligini o'g'irlardi

Nihoyat, u o'ziga shunday va'da berdi: "Men ibodat
qilishda va iltijo qilishda davom etaman va meditatsiya
paytida xotirjamligimga sanchadigan bu bezovta qiluvchi
."fikrlardan xalos bo'lmagunimcha to'xtamayman
Bir soat, keyin ikki soat o'tdi va uning xayoliga yomon
fikrlar bo'ron kabi kelib, tafakkurining tuzilishiga urilib, uni
.qattiq larzaga keltirdi

Nihoyat, uch soatlik mashaqqatli harakatlardan so'ng,
bezovta qiluvchi fikrlar uning xayolidan to'satdan yo'q bo'lib
ketdi va ularning o'rniga u go'zal bir vahiyda oldida et va
.qonda turgan Xudoning avliyosi ko'rdi
Nurli avliyo nafaqat tirik ko'rindi, balki nihoyatda
:muloyimlik bilan shunday dedi

O'g'lim, avvalgi mujassamlanishingda sen professional"
o'g'ri eding, boshqalarni tuzoqqa ilintirish va ularning mol-
mulkini o'g'irlashdan boshqa hech qanday tashvishing yo'q
edi. Lekin o'limingdan sal oldin vijdoning uyg'ondi va o'zingni
tuzatishga qaror qilding va o'zingga sharmandali xatti-
harakatlaringni o'zgartirib, yaxshilik yo'lidan borishingga
va'da berding. Shu sababli, sen bu hayotga yaxshi inson
bo'lishga kuchli ruhiy qat'iyat bilan tug'ilding, ammo shunga
qaramay, sen o'zing bilan avvalgi mujassamlanishingda
hayotingning markazida bo'lgan yomon fikrlarni ham olib
".kelding

O'g'lim, bu muborak zamonda, yaxshi do'stlar, xotira va"
tafakkur doiralari bilan o'ralgan holda yashayotganing
achinarli, ammo shunga qaramay, sen ruhiy xavotir va
".halokatli, notinch fikrlar do'zaxida yashayapsan
:Bir oz sukutdan so'ng, qo'riqchi nutqini davom ettirdi
Shuning uchun, umuminsoniy qonunga ko'ra va siz"
ushbu mujassamlanishda mavjud bo'lgan ma'naviy
imkoniyatlardan foydalanish uchun qo'lingizdan kelganini

qilmaganingiz uchun, agar hozir meditatsiya
harakatlaringizni ikki baravar oshirmasangiz, o'lim paytida
:siz ikkita narsadan birini tanlashingiz kerak bo'ladi
Yoki jannatda o'nta ahmoq bilan yashashni yoki"
do'zaxda bitta dono odam bilan yashashni, qaysi birini afzal
"?ko'rasiz

:Shogird ikkilanmasdan javob berdi
Ey Xudoning do'sti, men bitta donishmand bilan"
do'zaxda yashashni afzal ko'raman, chunki o'z tajribamdan
bilamanki, o'nta ahmoq jannatdan do'zax yasaydi, men esa
qalbimga ishonaman va agar men bitta donishmand bilan
birga bo'lsam, hatto yer osti dunyosining tubida ham u
menga do'zaxni jannatga aylantirishga yordam beradi, deb
".aniq bilaman

Injiqlik erkinligi

Ko'pchilik kuniga uch marta go'sht iste'mol qilish kerak
deb hisoblasa, boshqalari faqat sabzavot va yong'oq iste'mol
qilishlari kerakligiga va agar ular ratsionlarini biroz
!diversifikatsiya qilsalar, kasal bo'lib qolishlariga ishonishadi
Bunday e'tiqodlar qullikning bir shaklidir. Inson

hayotdagi biron bir odat uni cheklashiga yo'l qo'ymasligi
kerak, balki donolik taklif qilgan va to'g'ri bo'lgan narsaga
.muvofig odatlarini o'zgartirish qobiliyatiga ega bo'lishi kerak
Biz to'g'ri yashashni, erkin tanlov kuchidan foydalanib,
mustahkam bilimga tayanib va yo'l-yo'riq ko'rsatishni
.o'rganishimiz kerak

Inson bir kecha yumshoq to'shakda, boshqa kecha esa
.polda bir xil qulaylik bilan uxlay olishi kerak
Odat cheklovlaridan ajoyib qochish - bu donolar talab
.qiladigan ozodlikdir

Ba'zi odamlar erkinlik inson xohlagan narsani qilish deb
o'ylashadi va men buni injiqlik va istak erkinligi deb
.atayman

Erkinlikning asl mohiyati haqidagi noto'g'ri tushuncha
tufayli ba'zi ota-onalar farzandlarini odatlarning quliga
.aylantiradilar, ularning xohishlariga itoat qilmasdan
Shu asosda, bola orzulari ro'yobga chiqsa, baxtli bo'lib
qolishiga va hayotning maqsadi orzularni qondirish
.ekanligiga ishonib ulg'ayadi

Lekin keyinchalik u aldanganini anglaydi. Uydan
tashqaridagi dunyo u uy ichida ko'rgan va o'rganib qolgan
.narsadan butunlay farq qiladi

Hayotdagi har bir injiqlikni qondirish oson emas!
Boshqalar uni xohlagan narsasiga erishish uchun o'zlarining
shiddatli kurashlarida chetga surib qo'yishlari mumkin, va u
ham o'z navbatida o'z istaklarini ro'yobga chiqarish va
ehtiroslariga erishish uchun qotib qoladi, qalbi tosh bo'lib
qoladi, jismoniy istaklarni qondirish insonning asosiy
maqsadi deb hisoblaydi, bu dunyo hamma narsadan iborat
.ekanligiga amin bo'ladi

Ota-onalar farzandlarini kuchli iroda va sog'lom fikr bilan
qurollantirishlari kerak, toki ular dunyoda yomon odatlar
.ta'siriga tushmasdan o'z yo'llarini topa olishsin

* * *

Biz har bir yangi yil sovg'asi va u bizga olib keladigan
umidlar va va'dalar uchun Xudoga hamdu sanolar aytamiz
.va shukr qilamiz

Xudo bilan bog'lanish, shaxslar hayotida va dunyo
sharoitida ajoyib o'zgarishlarni amalga oshirish, tinchlik va
insoniy birodarlikka erishish uchun samimiy, chin dildan
.qilingan iltijodan buyukroq kuch yo'q

Biz Xudoga ibodat qilamizki, samimiy shaxsiy ibodatlar,
yuksak idroklar va o'sib borayotgan bilimlar yer yuzida
haqiqiy o'zgarishlarni keltirib chiqaradigan muborak ruhiy
.kuchga aylanadi

Ey Rabbim, bizni baraka bergin, toki biz Sening nuring
va yo'llaringda yorug'lik chiroqlari bilan yo'l-yo'riq
ko'rsataylik, toki biz qalbimizda va boshqalarning qalbida

Sening sevgingni uyg'otaylik, tirik nur mash'alalarini ko'tarib
yuraylik va iste'dodlarimizni Senga yoqadigan va odamlarga
.foyda keltiradigan narsalarga sarflaylik

Bizga boshqalarga yordam berish va ularning azob-
uqubatlarini yengillashtirish uchun kosmik energiyangiz va
yo'l ko'rsatuvchi nuringiz oqadigan kanallarni yaratishga
yordam bering , chunki Sening sharofati bilan biz insoniyatga
.va o'zimizga yordam berish qudratiga egamiz

Biz azob chekayotganlarga hamdard bo'lishimiz uchun
barakalimiz

Biz butun dunyo bo'ylab yaxshi g'oyalar va niyatlarni
tarqatamiz

Tinchlik va birodarlik jonli tajribaga aylansin

Ustoz Paramhansa Yoganandaning so'zlaridan

Odamlar hayotdagi ba'zi narsalardan voz kechish
g'oyasidan shikoyat qiladilar, garchi aslida ular ko'plab
qimmatli narsalardan, eng muhimi, xotirjamlikdan voz
kechsalar ham va ba'zan hatto pul uchun o'zlarini qurbon
.qilsalar ham, bu zarar va yo'qotishlarga olib keladi

O'zingizni Xudoga topshiring, shunda hayotingiz go'zal
ritmik musiqaga aylanganini ko'rasiz

Diqqatingizni bu dunyodan ichingizdagi Xudoning ulkan
shohligiga qarating

Tinchlik kemasida siz orzularimizdan tashqaridagi
olamga suzib borishingiz mumkin, u yerda ilohiy buloq qalb
.va ruh tubidan tinimsiz oqib chiqadi

Rabbim, zaif yoki kuchli, kasal yoki sog'lom, mashhur
yoki noma'lum, boy yoki kambag'al bo'lishimdan qat'i nazar,

Sen meni sevishingni va hech qachon tashlab ketmasligingni
bilib, hayot o'yinida Senga ma'qul keladigan tarzda o'z
.rolimni o'ynashimga yordam ber

Bu dunyodan ketganida boylik insondan tortib olinishi
mumkin yoki undan tortib olinishi mumkin, lekin ular uni
o'zlari bilan olib keta olmaydilar. Uning asl qiymati uni
foydali ishlarga sarflashda, o'ziga va boshqalarga Xudo va
.vijdonini rozi qiladigan tarzda baxt keltirishdadir

Faqat o'z xavfsizligi va qulayligi haqida o'ylaydiganlar,
boshqalarning ehtiyojlarini unutib yoki e'tiborsiz qoldirib,
aslida bir kun kelib ularning taqdiriga aylanadigan
qashshoqlikka intilishadi. Boyliklarini yaxshi ishlar uchun
ishlatish o'rniga, ularga yopishib olganlar oxiratda o'zlariga
farovonlik keltirmaydilar, balki boylarning istaklari va
ishtiyoqlari bilan kambag'al bo'lib tug'iladilar. Lekin mo'l-
ko'lchilik va farovonlikni boshqalar bilan baham ko'radiganlar
qayerga borsalar ham, yaxshilik va mo'l-ko'lchilikni o'ziga
.jalb qiladilar

Agar siz bunga loyiq bo'lganlarga ixtiyoriy ravishda
bersangiz, Xudo har doim siz bilan ekanligini va sizni hech
qachon tark etmasligini va sizga hech narsa kerak emasligini
bilib olasiz. Biz hayotimizni bevosita Xudo ta'minlayotganini
va ongimiz, irodamiz va faoliyatimizning barchasi Xudoga
bog'liqligini va Undan kuch olishini anglaganimizda, biz
Undan to'g'ridan-to'g'ri yo'l-yo'riq olamiz va hayotimiz Uning
.cheksiz hayoti bilan bir ekanligini anglaymiz

Meditatsiya Xudoning borligiga dalil keltiradi. Hislar
to'liqlari ong hovuzidan tozalangandan so'ng, ruhdan ilohiy
saodat paydo bo'ladi. Bu saodat allaqachon ruhda mavjud,
.ammo u yashiringan

Ey Xudoyim Men avval kichik ishlarni bajarish uchun
irodam va aql-zakovatimdan foydalanaman, keyin esa katta
yutuqlarga erishaman

Barcha moddiy ambitsiyalarga erishilgan taqdirda ham,
bu faqat to'liq bo'lmagan baxtni beradi - va Xudoni topish
orqali men cheksiz quvonch manbalarini kashf etaman Va u
hech qachon oqib va oqishni to'xtatmaydi Ruhning bog'lari
va doim yashil o'tloqlarida

Uy: G'alaba maydoni

Agar inson butun umrini bir hayajondan keyin
ikkinchisini quvib o'tkazsa, u hech qachon chinakam
baxtning ta'mini bilmaydi. Sodda yashash va hayotga
osonlikcha yondashish kerak. Inson yolg'iz vaqt o'tkazishi,
vaqti-vaqti bilan o'z harakatlari haqida mulohaza yuritishi va
shifo, yoshartirish va yangi kuch keltiradigan ichki
.xotirjamlikni amalda qo'llashi tavsiya etiladi

Agar chalg'ituvchi omillar doimo mavjud bo'lsa va
boshqa stimullar sezgilarni bombardimon qilsa, natijada
asablar zarar ko'radi, katta miqdordagi hayotiy energiya isrof
bo'ladi va ruh tarang va xafa bo'ladi. Bundan tashqari, odam
boshqalarni tuzatish bilan haddan tashqari
tashvishlanmasligi kerak ; aksincha, boshqalarni tuzatishga
.urinishdan oldin o'zini tuzatishi kerak

Uy eng buyuk jang maydoni ekanligini biling. Uyida
.farishta bo'lgan odam har qanday joyda farishta bo'ladi
Ovozning yoqimlilik va olijanob xulq-atvordan kelib
chiqadigan xotirjamlik uyda boshqa joylarga qaraganda
.ko'proq kerak

Yorug'lik porlagan joyda zulmat qololmaganidek,
Xudoning nuri tana hujayralarida porlaganda kasallik zulmati
.ham yo'qolishi kerak va bu haqiqatni anglaydiganlar kam
Odamlar shifo topishni kuchli istak bilan his qilganda,
ular Xudo ularning ibodatlarini eshitmasligini o'ylab, bezovta
qalblar bilan yoki umidsizlik hissi bilan ibodat qilishadi yoki
ibodat qilishadi, lekin kutishmaydi, toki ibodatlari Xudoga
.yetib borganmi yoki yo'qligini bilishsin
Xuddi nosoz qabul qilgich yordamida efirda
uzatilayotgan musiqani tinglab bo'lmagani kabi, qo'rquv,

xavotir va har xil xavotir, shubha va noaniqlik bilan
ishlaydigan ruhiy apparat orqali Xudodan chiqadigan sog'liq,
.kuch va donolik tebranishlarini ham qabul qilib bo'lmaydi

Ey Rabbim, muhtojlik va farovonlik paytlarida, kasallik
va sog'liqda, zulmat va yorug'likda va har qanday sharoitda

Seni eslaylik va shukr qilaylik. Bizga bergan farovonlik
kunlarini minnatdorchilik bilan eslaylik. Barcha kasalliklar va
dardlarni davolaydigan muborak nuringni ko'rishimiz uchun
.bizga imon ko'zlarini ochishga yordam ber

Men ezgu fikrlar, ezgu niyat va samarali, foydali
faoliyatim kemasining kapitaniman. Men hayotim kemasini
boshqaraman, ko'zlarimni doimo chuqur tafakkur
.osmonimdagi porloq tinchlik sayyorasiga qadab turaman

Men qilayotgan barcha ishlarimda muvaffaqiyatga
erishish uchun ijodiy fikrlash qobiliyatlarimdan
foydalanaman. Agar o'zimga ham yordam berishga harakat
.qilsam, Xudo menga yordam beradi

Bugun men hayot bog'ini yangilangan kuch bilan
ishlayman va unga donolik, sog'liq, mamnuniyat va baxt
urug'larini sepaman. Urug'larni imon va o'ziga ishonch bilan
sug'oraman va menga adolatli hosil berishini Qodir

Tangrining marhamatini kutaman. Kutilgan hosilni yig'ib
olmasam ham, qo'limdan kelganicha harakat qilishdan kelib
chiqadigan xotirjamlik uchun minnatdor va minnatdor bo'lib
.qolaman

Men Xudoga shukur qilamanki, Uning marhamati bilan
muvaffaqiyatga erishgunimcha harakat qila olaman. Va
qalbidagi eng buyuk istakni amalga oshirganimda Unga
shukur qilaman. Men Xudoning roziligini izlab, faqat olijanob
.va munosib ishlarni qilishga intilaman

Dunyo tabiiy va insoniy bo'ronlarga to'la, Xudo esa bu
dunyoning bo'ronlari, dovullari va yovuzliklaridan
mustahkam qalqon va xavfsiz boshpanadir. Xudo qayerda
bo'lsa ham, qo'rquv va qayg'u yo'q. Haqiqiy mo'min hayot
jangida va voqealar kurashida qat'iy va mag'rur turadi, Xudo

u bilan ekanligiga, uni zarardan himoya qilishiga va uni bir lahza ham tark etmasligiga amin. Shunday qilib, qo'rquv uning qalbidan yo'qoladi va ishonch paydo bo'ladi, bu esa .majburlab bo'lmaydigan himoyadir

Qo'rqmaslik Xudoga va Uning himoyasiga ishonishni, shuningdek, Uning adolatiga, donoligiga, rahm-shafqatiga, .sevgisiga va hamma joyda mavjudligiga ishonishni anglatadi

Qo'rquv insonni psixologik kuchidan mahrum qiladi, ongini xiralashtiradi va yurakning tabiiy ritmlarini buzadi. Bundan tashqari, qo'rquv jismoniy buzilishlar va psixologik kasalliklarga olib kelishi mumkin. Inson xavotir va psixologik qamalishlarga berilish o'rniga, o'zini hamma narsani ko'ruvchi, hamma narsani eshituvchi Xudoning himoyasida xavfsiz, Uning mustahkam qal'asida xavfsiz va Uning rahmati .va g'amxo'rliigi bilan o'ralganligiga ishonch hosil qilishi kerak

Afrika o'rmonida bo'ladimi, jang maydonida bo'ladimi, kasallik yoki qashshoqlikdan aziyat chekadimi, o'zini Xudoning qo'li har qanday xavfdan kuchliroq va Undan panoh izlaganlarni himoya qilishga qodir ekanligiga ishontirishi kerak. Himoya qilishning bundan samarali vositasi yo'q. Albatta, voqealar bilan kurashishda aqldan foydalanish kerak, shu bilan birga ilohiy yordamga to'liq ishonish kerak. Iymon hech qachon qiyinchiliklarga duch kelganda ehtiyotsizlik qilish yoki aqlsiz harakat qilish degani emas. Aksincha, nima bo'lishidan qat'i nazar, agar butun qalbingiz, joningiz va his-tuyg'ularingiz bilan Unga murojaat qilsangiz, faqat Xudo qiyin va sinovli vaziyatlarda yordam .berishga qodir ekanligini o'ziga tasdiqlash kerak

Qiyinchiliklar ko'chki kabi tushganda, biz ularning irodamizni falaj qilishiga yoki aniq tasavvurimiz va dono, mantiqiy yondashuvimizni yashirishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak. Aksincha, biz Xudoga bo'lgan imonimizni va to'g'ri va noto'g'ri tushunchamizni saqlab qolishimiz va chiqish yo'lini

topishga harakat qilishimiz kerak. Xudoning yordami bilan biz buni topamiz. Oxir-oqibat, ishlar yaxshilanadi, chunki Xudoning kuchi va mo''jizalari inson hayotining qarama-qarshiliklari ortida yashiringan. Vaziyatning muqarrarligini qabul qilmaydigan va buning o'rniga aql-idrok va imon bilan parda ortiga kirishga harakat qiladiganlar o'zlari uchun eshik ochilganini topadilar - har bir mo'min qo'l taqillatadigan .eshik

Hayot zulmatga burkangan va ba'zan biz qoqilib, oldinga siljishdan ikkilanamiz. Hayotning qorong'u yo'llaridan yurganda, Xudoning nuri bizga yo'l ko'rsatuvchi chiroq bo'lishiga yo'l qo'yishimiz kerak. Xudo johillik va zulmat tunlarida to'lin oy, uyg'onish soatlarida nur quyoshi, yo'l-yo'riq mayoqi va yer yuzidagi, o'tkinchi hayot dengizlarida .kezib yuruvchilar uchun yo'l ko'rsatuvchi yulduzdir

Dunyoda muammolar davom etaveradi, shuning uchun yo'l-yo'riq va yo'l-yo'riq uchun qayerga murojaat qilish mumkin? Odatlar, xurofotlar, tarafkashliklar va fanatizm ta'sirida bo'lgan insonning fikrlari hech qanday foyda bermaydi va atrof-muhit, oila, mamlakat yoki dunyoning ta'siri haqiqiy yo'l-yo'riq ko'rsatishga qodir emas. Shuning uchun inson Xudoga murojaat qilishi va qalb tubidan chiqayotgan xotirjam, osoyishta ovozni, haqiqat bilan uyg'un .ovozni tinglashi kerak

Aqliy mulohaza va ma'naviy introspeksiya o'rtasidagi
farq

Agar inson o'zini nazariy bilimlar bilan dasturlashtirsa, u maqollar va yuksak iboralarni takrorlaydigan yuruvchi yozuvchiga o'xshaydi va boshqalar ularni o'rganilgan va bilimli deb hisoblashadi. Ammo bunday bilim haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri idrok etish bilan mustahkamlanmaydi va ma'naviy yutuqlar bilan tenglashmaydi. Bunday intellektualizatsiya yoki intellektualizatsiya "men"ni hissiy

ongga bog'lab qo'yadi, uning o'zi jismoniy sezgilar bilan cheklangan. Nazariy bilim ilohiy bilimga ega bo'la olmaydi va qimmatli vaqtingizni haqiqatda qo'llay olmaydigan nazariyalarga sarflamaslik tavsiya etiladi, aks holda odam o'zini zich intellektual o'rmonda adashib, nazariya doirasidan .tashqariga chiqa olmaydi

Bu jarayon haqiqatni bilishga olib kelmaydi, chunki haqiqat fikrlar va nazariyalardan tashqarida va bu yondashuvga amal qilganlarning ko'pchiligi o'zlarining .sub'ektiv xulosalariga bog'lanib qoladilar

Agar inson aqliy qobiliyatlaridan faqat pul va moddiy boyliklarga ega bo'lish uchun foydalansa, uning ongi moddiy dunyoga tortiladi va cheksiz murakkabliklarga aralashib ketadi. Shuning uchun, dono odamlar inson Xudo unga bergan barcha aqliy qobiliyatlarini o'tkinchi narsalarga intilishga bag'ishlamasligi kerakligini aytishadi, aks holda ular o'zlarini materializm labirintida yo'qotib, o'zlari uchun keraksiz cheklovlar va cheklovlar yaratib qo'ymaydilar. Buning o'rniga, ular aqliy qobiliyatlaridan hayot ehtiyojlarini qondirish uchun foydalanishlari va to'g'ri va noto'g'ri, zararli va foydali narsalarni farqlash uchun axloqiy qobiliyatlarini rivojlantirishga intilishlari kerak. Ular o'zlarining ma'naviy tushunchalarini rivojlantirganlarida, o'zlarida Xudoni his qila oladilar va materializmning zich pardalari ortida yashiringan ma'naviy haqiqatlarni aniqlay oladilar. Bu holat ma'naviy .introspeksiya deb ataladi

Bizning tashvishlarimiz qanday bo'lishidan qat'i nazar, Xudo hayotimizda doimo ustuvor o'rin tutishi kerak. Ma'naviy o'sishning eng muhim elementlaridan biri bu Xudo bilan doimiy, samimiy aloqadir, bu orqali siz shaxsan sizni chuqur taassurot qoldiradigan ajoyib, ijobiy o'zgarishlarga guvoh .bo'lasiz

Biror kishi spektakl ko'rishni, yangi kiyim yoki yangi mashina sotib olishni istasa, uning ongini doim band qilib qo'yishadi, shunday emasmi? Bu masalalar va ularga qanday erishish yoki erishish haqida nima deyish mumkin? U o'z orzularini ro'yobga chiqarmaguncha tinchlanmaydi va bu orzulariga erishish uchun tinimsiz mehnat qilishda davom .etadi

Shunday qilib, inson ongi Xudo haqida o'ylash bilan band bo'lishi kerak. Shunda barcha kichikroq istaklar Xudoni .his qilish va U bilan muloqot qilish istagiga aylanadi

Aql Xudoga sog'inchli qalb tubidan chiqadigan samimiy,
g'ayratli pichirlashni pichirlaganda

Ruhning chaqirig'i kosmik qalbgaga ta'sir qiladi va javob
.keladi, u bilan birga katta quvonch ham keladi

Intellektual pichirlash iroda kuchini rivojlantiradi, toki siz
kerakli maqsadga erishish uchun yetarli kuchga ega
bo'lguningizcha

Insonning ongi va irodasi Xudo bilan uyg'un bo'lganda,
ular cheksiz kuchga ega bo'ladilar, shuning uchun biror narsa
haqida o'ylashning o'zi uni amalga oshirish uchun yetarli
bo'ladi, chunki ilohiy qonun oliy iroda bilan uyg'un bo'lganlar
.foydasiga ishlaydi

Hayotimdagi barcha ajoyib yutuqlar Xudo bilan
uyg'unlikdagi ong kuchi orqali erishildi. Ilohiy generator
ishlayotganida, men xohlagan hamma narsa istisnosiz
amalga oshadi, avval ko'rinmas, efirdagi dizayn sifatida
shakllanadi, keyin esa haqiqatda qarshilik ko'rsatmaydigan
.kuch bilan namoyon bo'ladi

O'sish siri

Biz boshdan kechirgan har bir tajriba orqali o'sib boramiz, agar ulardan qimmatli saboqlar olishimiz mumkinligini anglasak. Chunki biz boshdan kechirgan har bir .og'riq va azob-uqubatlarning ma'nosi va maqsadi bor

Sinovlarning qattiqligiga qaramay, ular temir rudasini eritib, uni go'zal, mustahkam va ko'p qirrali po'latga aylantiradigan olovga o'xshaydi. Tajribaning kuydiruvchi alangasi orqali orttirgan donoligimiz chindan ham ajoyibdir. Hayot bizni poklaydi, oddiy tabiatimizni qimmatbaho elementlarga aylantiradi, bizga qalblarimiz toshlar kabi sof, po'lat kabi mustahkam, ammo moslashuvchan va bardoshli, qiyinchilik va mashaqqat bosimi ostida sinmasdan .yashashga imkon beradi

G'azabdan buzilgan, shafqatsizlikdan yaralangan yuzlarni ko'rganimizda, ularning nigohi bizni o'z qalbimizdagi xunuklikni — yomon niyatlardan va ichimizdagi muborak ilohiy tasvirni yashiradigan chuqur g'azablardan boshqa hech narsa bilan tegmagan qalbni — xuddi kuy oynani buzganidek, yovuz niyatlardan va chuqur g'azablardan boshqa hech narsa bilan tegmagan qalbni yo'q qilishga undaydi. Boshqalarning og'riqli harakatlari bizda o'z xatti-harakatlarimizni yaxshilash va o'zimizni nazorat qilish istagini uyg'otishi kerak, toki biz o'zimizning itoatsiz .ehtiroslarimizning xo'jayini bo'laylik, ularga qul bo'lmaylik

Yaxshi so'zlar ko'plab kasalliklar uchun ajoyib davodir, ular kuchli, deyarli sehrli, magnit kuchga ega bo'lib, so'zlovchiga mo'l-ko'l baraka va farovonlik keltiradi. Yumshatuvchi, muloyim so'zlarni ishlatadiganlar ular orqali uzluksiz oqayotgan nozik oqimni his qilishadi, ular mo'l-ko'l xotirjamlikka to'ladilar. Buning sababi, bu oqim uning yuqori manbasiga bog'liq, doimo oqadi va u bilan uyg'unlikda qalblarga yetib boradi. Shunda ular bu baxt oqimini .tinchlikka intilayotgan qalblarga yetkaza oladilar

Har kuni inson o'zining eng yaxshi ko'rinishini istagani uchun o'z yuzini ko'rish uchun oynaga qaraydi. Unda ular uchun har kuni o'zlari bilan turish va ichki tahlil oynasiga qarab, yaltiroq yuzaning ostida nima borligini aniqlash qanchalik muhimroq! Chunki tashqi jozibali har bir narsa o'zining jozibasini ichki "men"dan oladi. Va hech narsa qalbning sof oynasini g'azab, xafagarchilik, hasad va nafrat kabi psixologik buzilishlar kabi dog'lantirmaydi. Kimki o'zini ruh tabiatiga begona bo'lgan bu birikmalardan xalos bo'lishga intilsa, ichki go'zallik nuri ichkaridan tarqalishiga .yo'l qo'yadi

Tahlil orqali biz inson muammolari uch xil ekanligini aniqlaymiz: inson tanasiga hujum qiladigan muammolar va kasalliklar, ongga hujum qiladigan boshqalar va ruh yo'llarini .to'sadigan uchinchi toifa mavjud

Kasallik, qarilik va o'lim tana duch keladigan qiyinchiliklar va to'siqlardir. Biroq, ruhiy kasalliklar ongga qayg'u, qo'rquv, g'azab, bostirilgan istaklar, nafrat, nafrat, hissiy obsessiyalar, qizg'in asabiy qo'zg'alish va aqliy qobiliyatlarni falaj qiladigan psixologik saraton orqali kirib boradi. Biroq, eng xavfli kasallik - bu johillikda namoyon bo'ladigan ruh kasalligi bo'lib, undan boshqa barcha .kasalliklar kelib chiqadi va tarqaladi

Dunyoda yaxshilik yomonlikdan ko'ra ko'proq

Shubhalar paydo bo'lganda, biz buyuk insonlarning hayotini eslashimiz kerak. Biz inson ekanligimiz rost, lekin Xudo bizga kamdan-kam foydalanadigan favqulodda kuchlarni ato etgan. Xo'sh, nega qarilik, kasallik va qayg'udan qo'rqib titraymiz? Biz tanamizga g'amxo'rlik qilish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz kerak, lekin qo'rquvga berilib ketmasligimiz yoki o'zimizni johillik uyumlari ostiga .ko'mmasligimiz kerak

Tana butun inson emas

Bu dunyoda yaxshilik yomonlikdan ustun turadi, chunki
Xudo eng oliy kuchdir. Lekin bizga yomonlik tushganda, biz
uni nazorat qilishga yoki uning ta'siridan qochishga kuchimiz
.yo'q deb o'ylaymiz

Yovuzlik bo'ronlari esishi aniq, ammo biz ularning
.ta'sirini yengib, ular ustidan ko'tarila olamiz

Bizga hayot yo'q qilish uchun emas, balki bizga abadiyat
ongini singdirish uchun berilgan va biz bu haqiqatni yodda
.tutishimiz kerak

Fikr erkinligisiz inson o'zini sof, o'z-o'zidan va tabiiy
tarzda ifoda eta olmaydi. Esingizda bo'lsin, siz tubdan
.erkinsiz. Iroda kuchi har doim erkindir

Agar siz irodangizdan to'g'ri foydalansangiz, bu siz
uchun yaxshi karma yaratadi, lekin ko'pchilik odamlar
o'zgarishni xohlamaydilar va harakat qilishni xohlamaydilar,
shuning uchun ular qiyinchiliklar oldida yiqilib,
.qiyinchiliklarga dosh berolmaydilar

O'zingiz xohlagan narsani qilish erkinlik emas, chunki
odamlar o'z xohish-istaklari bilan bog'langan va shuning
uchun ularning harakatlarini umuman erkinlik deb atash
mumkin emas. Haqiqiy erkinlik hamma narsani donolik bilan
boshqariladigan iroda bilan bajarishni anglatadi. Agar inson
o'z irodasini faollashtirsa va uni yaxshi va foydali ishlar
uchun ishlatsa, o'tmishdagi harakatlarining oqibatlarini
nazorat qila oladi, bu esa muqarrar ravishda ularga
ergashadi. Agar siz harakatlaringizni aql va iroda bilan
amalga oshirsangiz, avvalgi noto'g'ri harakatlaringizning
kuchlari zaiflashadi va yaxshi harakatlaringizdan kelib
.chiqadigan odatlar kuchayadi

Biz doimo o'zimizga yetishmaydigan narsani xohlaymiz
va keraksiz narsalarga bog'lanib qolamiz. Biror narsa bizni
egallab olgandan so'ng, biz vaqtincha iroda erkinligimizni
yo'qotamiz. Xuddi sharqliklar qadimgi urf-odatlar qulligida
bo'lgani kabi, g'arbliklar ham zamonaviy urf-odatlar qulligida.
.Biz o'z taqdirimizni yaratamiz va unga bog'lanib qolamiz

Nima uchun bir bola yovuz oilada tug'iladi, boshqasi esa
yaxshi oilada tug'iladi? Ularning har biri o'z erkinligidan
foydalanib, o'tmishda (avvalgi hayotda) ma'lum bir tarzda
yashashgan va shu tariqa bu hayotda o'zlariga shunday
.holatlarni keltirib chiqarishgan

Xudosiz haqiqiy erkinlik yo'q. Biz Uni doimo o'ylashimiz
kerak. Bizning tashvishlarimiz va fikrlarimiz qanday
bo'lishidan qat'i nazar, Xudo qalbimizda birinchi o'rinni
egallashi kerak va biz U bilan chinakam
uyg'unlashganimizda, bizga Uning ilohiy yordami bilan
istalgan vaqtda bajarishimiz kerak bo'lgan narsani amalga
.oshirish qobiliyati beriladi

Shogird uchun maslahat

Talabalardan biri o'qituvchi Paramhansadan o'zini
takomillashtirish bo'yicha ba'zi maslahatlar berishini so'radi
va u shunday dedi: Agar sevilishni istasangiz, avval sizning
.sevgingizga muhtoj bo'lgan boshqalarni sevishdan boshlang

Va agar siz boshqalardan kutsangiz, ularga sodiq va
.sodiq bo'ling, shunda ular sizga sodiq bo'lishadi

Agar boshqalarning yomon niyat va ayyorlik bilan
harakat qilishiga to'sqinlik qilmoqchi bo'lsangiz, yolg'onning
o'z fikrlaringizga singib ketishiga yo'l qo'ymang va
.boshqalarga zarar yetkazadigan tarzda harakat qilmang

Agar boshqalarning sizga hamdard bo'lishini istasangiz,
ularga, ayniqsa atrofingizdagilarga nisbatan hamdardlik
.ko'rsatishdan boshlang

Agar boshqalar sizni hurmat qilishini istasangiz,
yoshlarga ham, qarilarga ham hurmat ko'rsatishingiz kerak

Agar siz boshqalardan tinchlik istasangiz, uyg'unlikda
yashashingiz kerak

Agar odamlarning dindor bo'lishini istasangiz, ruhiy
tabiatga ega bo'ling va boshqalarga sizning yaxshi o'rnak
ekanligingizni, sizga ishonishlari va ishonishlari mumkinligini
.his qilishlariga imkon bering

Xulosa qilib aytganda, boshqalarning ko'rsatishini
istagan barcha narsalaringiz. Yaxshi fazilatlardan biri bu
avvalo uni hayotingizda namoyish etishdir, shunda odamlar
.sizga ham xuddi shunday munosabatda bo'lishlarini ko'rasiz

Agar siz hayotingizda qaysi sohalarni yaxshilash
kerakligini tushkunlikka tushmasdan yoki o'zingizni past his
qilish kompleksini rivojlantirmasdan aniqlay olsangiz va o'z
xarakteringizni yaxshilash ustida doimiy ishlasangiz, unda
bunga sarflaydigan vaqtingiz boshqalarning o'zlarini
yaxshilashlarini istashga sarflashdan ko'ra ancha
samaraliroq bo'ladi. Sizning ijobiy namunangiz va sog'lom
xulq-atvoringiz boshqalarni o'zgartirish uchun faqat sizning
xohishingiz, g'azabingiz va so'zlaringizdan ko'ra ko'proq
.kuchga ega

Ey Rabbim, Sen barcha yaxshiliklarning manbai va
barcha kuchlarning manbaisan. Bizga baraka ber, toki biz
Sening ne'matlaringni sog'lig'imizda, intellektual
intilishlarimizda va ma'naviy ifodalarimizda aks ettira olaylik.
Sen yulduzlardagi nur, atomlardagi energiya, qalblardagi
mehr va haqiqatdagi go'zalliksan. O'zimizni Sening oliy

kuching, cheksiz donoliging va cheksiz haqiqiyliğing bilan
.to'ldirishga yordam ber

Rabbim, keling, Sening sog'liq manbai, hayot okeani va
barcha tushuncha va bilim manbai ekanliğingni anglaylik.
Bizni johillik va uning oqibatlaridan, qo'rquv va xavotirlardan
ozod qilgin va donoliging toshqini hayotimizdagi barcha axlat
.va vayronalarni supurib tashlasin

Ey Rabbim, yuzingni bizdan yashiradigan pardalarni
yirtib tashla. Seni hayotimiz ufqidagi son-sanoqsiz quyoshlar
kabi yorqin nur sifatida ko'rishimizga ijozat ber. Seni
fikrlarimizni ilhomlantiradigan, ruhimizni oziqlantiradigan,
tanamizni qo'llab-quvvatlaydigan va orzularimizni ro'yobga
chiqaradigan doimiy yangilanadigan kuch sifatida his
.qilishimizga ijozat ber

Omin

Ko'p odamlar nima uchunligini bilishmaydi. Bu yer
yuzida mavjud bo'lganlaridan beri ular hayotning maqsadi
istaklarning ro'yobga chiqishi, hayot ehtiyojlariga erishish,
zavq va insoniy sevgini izlash va oxir-oqibat oxirgi
.chaqiruvchiga taslim bo'lish deb hisoblashadi

Odamlar o'z hayotlarini dasturchilar sifatida o'tmishda
amalga oshmagan o'ziga xos moyillik va istaklar bilan
boshlaydilar va ular - qolgan ozgina erkin irodalari bilan -
boshqalarning istaklari va harakatlariga taqlid qilishga
harakat qiladilar, agar ular biznesmenlar bilan muloqot
qilsalar, ular kabi bo'lishni xohlashadi va agar ular rassomlar
bilan muloqot qilsalar, san'at ular uchun hamma narsaga
.aylanadi

Xudo bu dunyoda amaliy bo'lishimizni xohlaydi. U bizga
ochlikni qondirish uchun ishlashimizni talab qiladigan
ochlikni berdi, lekin faqat oziq-ovqat, boshpana, pul va mol-

mulk izlash insonning o'z baxtining manbasini unutishiga olib
.keladi

To'g'ri, biz ehtiyojlarimizni qondirish uchun ishlashimiz
va qonuniy maqsadlarimizga erishishga intilishimiz kerak,
lekin birinchi navbatda, qalbimizni Xudoga ochishimiz va
qilayotgan barcha ishlarimizda Uning yo'l-yo'rig'i va roziligini
izlashimiz kerak. Shunda biz hayot maktabida albatta
muvaffaqiyat qozonamiz, chunki biz yo'l-yo'riqni bizga nima
kerakligini va biz uchun nima eng yaxshi ekanligini biladigan
Oliy Menejer va Ta'minlovchidan olamiz. Shuning uchun biz
Unga ishonishimiz va Uning dono irodasiga bo'ysunishimiz
.kerak

O'qituvchi Paramahansaning ma'ruzalaridan

Qalbning ichki baxti o'tkinchi shahvoniy zavqlarning
qalin qatlami bilan qoplanganda, ruhning oltin nuri
xiralashadi va qalbning shaffof qobiliyatlari materiya zichligi
ortida yashirinadi. Ong hasad va hasadga tortilganda va
qo'rquv va xavotir bulutlari bilan qoplanganda, odam
baxtsiz, baxtsiz va mag'lub bo'ladi. Ammo bir xil e'tiborni
sevgi, tinchlik va uyg'unlikka qaratganda, odam chuqur
.baxtni boshdan kechiradi

Ruh azob-uqubat va baxtsizlik bilan aralashgan jismoniy
istaklardan ulug'vor zavqlarga to'la ruhning shaffof
.fazilatlariga o'tganda baxtni his qiladi

Agar ruh qo'pol dunyoviy zavqlarga to'liq g'arq bo'lsa, u
yuksak quvonchlarga intilishga befarq bo'lib qoladi va
ma'naviy zavqlarni boshdan kechira olmaydi. Ko'pchilik bu
dunyoda yoki faqat moddiy narsalar atrofida fikrlaydigan
odamlar orasida yashayotganda moddiy zavqlardan voz
kechish deyarli imkonsiz deb ta'kidlashi mumkin. Biroq,
oddiy odamdan dunyoni tark etib, xotirjamlik va
osoyishtalikni topish uchun tog'lar va o'rmonlarga chekinishi

shart emas. Aksincha, ular bu dunyoda qolishlari kerak, uning kuchli oqimlari ularni olib ketishiga yo'l qo'ymasliklari kerak, aks holda ular bu hayotning notinch to'lqinlari tomonidan bosib olinmaydi

Inson atrof-muhitga salbiy munosabatda bo'lmasligi kerak va shu bilan birga, moddiy narsalarga berilib ketish uning ko'zlarini ko'r qilib qo'yishiga yo'l qo'ymasligi kerak, aks holda u o'zining ma'naviy tabiati bilan aloqani yo'qotib, saodat quvonchini tatib ko'ra olmasligi va ilohiy nurlarga guvoh bo'la olmasligi kerak

Hayot, o'zining mohiyati, tarkibiy qismlari va maqsadlari bilan, tushunish qiyin, ammo hal qilishning iloji yo'q emas, va biz progressiv fikrlashimiz bilan uning ba'zi sirlarini har kuni hal qilamiz

Bu davrdagi aniq ilmiy tamoyillarga asoslangan qurilmalar, albatta, ta'sirchan va fan olib keladigan kashfiyotlar bizga hayotni qanday yaxshilash mumkinligi haqida aniqroq tasavvur beradi. Ammo bizda mavjud bo'lgan barcha uskunalar, ixtirolar va strategiyalarga qaramay, biz hali ham taqdir qo'lidagi qo'g'irchoqlarga o'xshaymiz va oldinda yo'l hali uzoq. Tabiat nazoratidan ozod bo'lishimizdan oldin

Albatta, tabiat qo'lida yashash erkinlik emas. Biz suv toshqinlari, dovullar yoki zilzilalar qurboni ekanligimizni his qilganimizda yoki voqealar bizdan - mantiqiy sababsiz - qalbimizga yaqin yaqinlarimizni tortib olganda, g'ayratli ongimiz ojizlik hissi bilan chalkashib ketadi va kishanlanadi.

Shunda biz ko'p g'alabalarga erisha olmaganimizni va noqulay vaziyatlarni yengib o'tolmaganimizni anglaymiz. Chunki hayotni xohlaganimizdek qilish uchun barcha sa'y-harakatlarimizga qaramay, bu yer yuzidagi sahnada har doim ma'lum holatlar paydo bo'ladi va voqealar biz kam biladigan, fikrlarimiz va irodamizdan butunlay mustaqil

ishlaydigan qudratli ong tomonidan boshqariladi. Biz qila
oladigan eng yaxshi narsa - bu ishlash va ba'zi
.yaxshilanishlar qilishdir

Biz bug'doy yetishtiramiz va un tayyorlaymiz, lekin
birinchi urug'ni kim yaratgan? Biz undan non yeymiz, lekin
tanamizga uni hazm qilish qobiliyatini kim bergan? Va
?ovqatni qanday qilib ozuqaga aylantirish mumkin

Hayotning har bir burchagida ajralmas ilohiy qo'l borgan
o'xshaydi. Biz usiz ishlarimizni boshqara olmaymiz va bizda
mavjud bo'lgan barcha ishonchlarga qaramay, yurak qachon
ishlashni to'xtatishini bilmaymiz. Shuning uchun oliy ilohiy
kuchga jasorat bilan ishonish va biz namuna bo'lgan qudratli
kuchdan kelib chiqadigan yuqori "men"imizga tayanish
.zarurati tug'iladi

Biz mag'rurlikdan xoli iymonga ega bo'lishimiz va hayot
yo'llarida ishonch bilan yurishimiz kerak

Vahima va titroqsiz, qayg'u va qamoqsiz

Allergiya bilan kurashish

Ta'sirchanlikni yengish nozik san'atdir va muvozanatli va
har tomonlama rivojlangan shaxsni rivojlantirish uchun
.reaksiya tezligini nazorat qilish muhimdir

Ta'sirchanlik noto'g'ri tushunish, pastlik kompleksi,
.bo'rttirilgan mag'rurlik va bo'rttirilgan egodan kelib chiqadi

Biror kishi his-tuyg'ulari xafa bo'lgan deb o'ylasa, bu fikr
uning ongida ildiz otadi, asablarini qo'zg'atadi, keyin esa
asablar taranglashadi va isyonkor bo'ladi. Yaralangan his-
tuyg'ular tufayli qalbida g'azab alangalanadi. Biroq, ba'zi
odamlar his-tuyg'ularini nazorat qilish qobiliyatiga ega,
shuning uchun ularning tashqi belgilari ichidagi kuchli
g'azabga qaramay ko'rinmaydi. Boshqalar esa o'z

g'azablarini darhol reaksiyalar, ko'z mushaklari va yuz ifodalarida namoyon bo'ladigan va o'tkir, kodlangan og'zaki .javoblar orqali ifoda etadilar

Haddan tashqari hissiyotlilik jiddiy oqibatlariga olib keladi; bu vaziyatni murakkablashtiradi va boshqalarga salbiy ta'sir ko'rsatadigan kiruvchi beqarorlikni keltirib .chiqaradi

O'zini tuta bilish va xotirjamlikni namoyon etishga, keskinlik o'rniga tinchlikni targ'ib qiluvchi va stress tutunlarini yo'qotadigan o'zaro tushunish va uyg'unlik muhitini yaratishga harakat qilish kerak. Buni qilganlar o'z taqdirlarining xo'jayini bo'ladilar va atrofdagilar tomonidan .qadrlanadi va hurmatga sazovor bo'ladilar

Haddan tashqari sezgirlik ko'pchilik odamlarga xos xususiyatdir va bu mantiqsiz tuyg'u avj olganda, u tushunchani ko'r qiladi va donolik ko'zlarini xiralashtiradi. Bundan ham yomoni, haddan tashqari sezgir odam o'zini mukammal o'ylayotganiga, his qilayotganiga va harakat qilayotganiga ishonadi, aslida esa ularning xatti-harakatlari !butunlay noto'g'ri bo'lishi mumkin

Ko'p odamlar tanqid qilinganda o'zlariga achinishlari kerak deb hisoblashadi va o'ziga achinish ularga biroz yengillik beradi. Ammo giyohvandlar singari, ular qancha .ko'p qabul qilsalar, giyohvandlik shunchalik kuchli bo'ladi

Juda sezgir odam ko'pincha keraksiz azob chekadi.

Ko'pincha hech kim o'zining qayg'usining sababini yoki shikoyatining mohiyatini bilmaydi, bu esa o'zini o'zi yakkalab qo'yganida azob-uqubatlarning kuchayishiga olib keladi. Idrok qilingan haqoratlar yoki tanqidlar haqida jimgina o'ylab, hech narsaga erishib bo'lmaydi. Bunday o'ta sezgirlikning asosiy sabablarini ob'ektiv tahlil va o'zini .nazorat qilish orqali hal qilish ancha yaxshi

Bu turdagi nosog'lom allergiya jiddiy oqibatlariga olib
keladi; u yurakni olov kabi yoqib yuboradi va tinchlik
to'qimalarini yo'q qiladi. Shuning uchun, bunga oqilona,
. mantiqiy va qat'iy iroda bilan yondashish kerak

Men hammaga xizmat qilish uchun astoydil harakat
qilaman, lekin mulohaza yuritish uchun yolg'izlikka
chekinganimda, hech kimning mulohazalarimni buzishiga
yo'l qo'ymayman. Boshqa ishlar kutishi mumkin, ammo Xudo
bilan bo'lgan kundalik uchrashuvim e'tiborsiz qoldirilmasligi
.yoki e'tibordan chetda qolmasligi kerak

Biror harakatni amalga oshirishdan oldin, to'xtab,
oqibatlarini va ularning ongingizga, tanangizga va ruhingizga
ta'sirini diqqat bilan ko'rib chiqing. Majburiyat bilan
boshqariladigan harakatlar ozodlik emas, chunki uyg'unlik va
taraqqiyot qonunlariga zid harakatlar shaxsni cheklaydi.
Aksincha, aql-idrok bilan va vijdonga muvofiq amalga
.oshirilgan harakatlar fazilatli va ozodlik keltiradi

Yaxshi ish qilishga yoki yomon ish qilmaslikka qaror
qilsangiz va shu qaroringizga sodiq qolsangiz va shunga
.muvofiq harakat qilsangiz, bilingki, sizning erkinligingiz ko'p

Xudo bizga berilgan tanlov erkinligidan Uni izlash va
topish uchun foydalanishimizni xohlaydi, lekin U O'zini bizga
.majburlashni xohlamaydi

Xudoga yaqinlashish va Uni bilish istagi o'z-o'zidan
paydo bo'lmaydi, lekin uni faollashtirish va rivojlantirish
.kerak. Bu istaksiz hayotning qadri yoki ta'mi yo'q

Ma'naviy tushunchangiz fikrlash tarzingizga yo'l-yo'riq
ko'rsatsin va qayerga borsangiz ham muvaffaqiyat sizga
ergashadi

Xudoga ovozimni, qo'llarimni, oyoqlarimni, yuragimni,
tanamni, his-tuyg'ularimni, irodamni va hamma narsani
bag'ishlayman

Sevgi barcha urushlarni tugatadigan ruhiy quroldir

Bu yerdan tashqarida cheksiz olamlar bor, u yerda bizni
abadiy tark etgan deb o'ylagan odamlar bilan yana
.uchrashamiz

Bu dunyoviy hayot doimo o'zgarib turadi, qayg'u
orqasidan qayg'u xayollar ustiga xayollar keladi. Ongimiz
cho'lida paydo bo'ladigan bu sarob yo'q bo'lib ketishi kerak
va biz materiyaning zich pardalari ostidan haqiqiy
.o'zligimizni uyg'otishimiz kerak

Umidlaringizni bu hayotga bog'lashga urinmang
Kafolatingiz qayerda? Siz faqat Xudoning bilimiga panoh
.topsangizgina xavfsiz bo'lasiz

Ruhning mohiyati tuproq ostida ko'milgan qadimgi
oltinga o'xshaydi. Tuproq oltindan ajratib olinib, tafakkur suvi
bilan yuvilganda, u to'liq poklik va ravshanlik bilan yangidan
.porlaydi

Ey Rabbim, yaxshilikni ko'raylik, sog'lom fikrlarni
o'ylaylik va yaxshi xulqlilar bilan muloqot qilaylik. Ey barcha
solihlik manbai va barcha yaxshiliklarning manbai bo'lgan
Sen, Sen haqingda o'ylashimizga va Sen haqingda mulohaza
.yuritishimizga yordam ber

Zaiflikdan ozodlik

Zaiflikni yengishning eng yaxshi usuli - bu haqda
o'ylashni to'xtatish; aks holda, zaiflik g'oyasi sizning
ongingizni egallab oladi va ichki dunyongizni egallaydi.
O'zimizga yorug'lik keltirganimizda, zulmat hech qachon
.bo'lmagandek yo'qoladi

Bu fikr menga ajoyib ilhom bag'ishlaydi

Ming yillar davomida zulmat qoplagan g'orga yorug'lik
kiritilganda, zulmat darhol yo'qoladi. Xuddi shunday, biz
Xudoning nurini ongimizga kirishiga yo'l qo'yganimizda
zaifliklar va xatolar yo'qoladi va johillik zulmati qola olmaydi.
.Bu biz yashashimiz kerak bo'lgan falsafa

Kechiktirish befoyda Hayot g'ildiragi hech qachon
aylanishdan to'xtamaydi va hayotimizning kunlari tez o'tadi
Aniq fikrlashga va oqilona harakat qilishga sarflagan har bir
.daqiqamiz baxtimizga muvaffaqiyatli va foydali sarmoyadir

Ko'p odamlar butun hayotlarini pul, jinsiy aloqa va shon-
sharaf haqida o'ylash bilan o'tkazadilar va kamdan-kam
hollarda ularga xotirjamlik keltiradigan va xabardorlikni
yuqori darajaga ko'taradigan muhim narsalarga e'tibor
.qaratadilar

Insonning roli qanchalik kamtarona bo'lishidan qat'i
nazar, agar u vaqtini oqilona sarflashni va fikrlarini to'g'ri
yo'nalishga yo'naltirishni bilsa, u Xudoning nazarida
.muvaffaqiyatli hisoblanadi

Xudoning nuri insonga tushganda, u hech narsaga
muhtoj emasligini his qiladi, chunki uni qamrab olgan
quvonch uning barcha orzularini ro'yobga chiqaradi va bu
hayotda o'zini eng boy va eng baxtli deb his qilishiga sabab
.bo'ladi

Yorug'lik tunneli

Ma'naviy ongi ma'rifiy fikrlar, yaxshi amallar, mehrli his-
tuyg'ular va chuqur mulohaza bilan uyg'onganlar, tanadan
ketishlarining oxirgi daqiqasida ruhiy ko'z orqali his qilishlari
mumkin. Yer yuzidagi sayohatlari davomida yogilar materiya
va ruh o'rtasidagi chegarada ruhiy ko'zning tunnelini
ko'rishni mashq qiladilar va Yerni tark etish paytida ular bu

nurli tunnelga kirib, bu dunyodan Xudoning cheksiz yorug'lik,
quvonch, tinchlik va mutlaq erkinlik olamiga o'tishlari
.mumkin

{Nur ustiga nur}

Tananing chirog'i - bu [ruhiy] ko'zdir

Agar ko'zingiz bitta bo'lsa

Shunda butun tanangiz nurga to'ladi

Va yorug'lik zulmatda porlaydi, va zulmat buni bilmas}

{edi

Altruizm - bu boshqalarning qayg'ularini his qilish, ularga
yaqinlashish, ular bilan muloqot qilish, ularning
baxtsizliklarida ularni chin dildan yupatish, quvonchlaridan
quvonish va ulardan qo'rquv, ehtiyoj va xavotir arvohini
.uzoqlashtirish uchun qo'limizdan kelganini qilishdir

Altruizm ruhiga ega bo'lgan kishi cheklangan hisob-
kitoblar va umidlarga asoslanib harakat qilmaydi, balki
o'zining aql-idroki va sog'lom mulohazasidan foydalanib,
o'ziga va boshqalarga yordam berishga kirishadi, erishgan
muvaffaqiyati uchun Xudoga shukur qiladi. Agar u bir yoki bir
necha marta muvaffaqiyatsizlikka uchrasa, tushkunlikka
tushmaydi, aksincha, qat'iyatliroq bo'ladi, sa'y-harakatlarini
ikki baravar oshiradi va urinishni takrorlaydi, yangi g'oyalar
va kanallarni o'rganadi, aql nuri bilan boshqariladi va
maqsadiga va ezgu maqsadiga erishguncha Xudodan
.yordam so'raydi

Boshqalarni baxtli qilish uchun harakat qiladigan kishi
Xudo tomonidan ichki ruhiy tasalli hissi bilan baxtli qilinadi.
Agar u yordam bermoqchi bo'lganlar uchun biror narsani
yo'qotsa, uni yo'qotish deb hisoblamaydi, chunki buning
evaziga u Xudoning roziligi va xotirjamligini oladi. U sevish,

ishlash, berish va insoniyat dalalariga yaxshilik va tinchlik
.urug'larini ekish uchun yashaydi

Kimki o'z fikrlari va his-tuyg'ularida shaxsiy dunyosidan
tashqariga chiqsa, u o'z ongini kengaytiradi, hamdardligini
oshiradi va dunyo uning uyi, insoniyat esa uning oilasi
ekanligini his qiladi. U bu yerda yashashining maqsadi
boshqalarni isloh qilishdan oldin o'zini isloh qilish ekanligini
tushunadi, chunki o'zini isloh qilgan kishi boshqalarga o'z
hayotining namunasi orqali o'zlarini isloh qilishga yordam
beradi. Harakatlar boshqalarning qalbiga so'zlardan ko'ra
.chuqurroq ta'sir ko'rsatadi va chuqurroq ta'sir ko'rsatadi

Qisqa to'xtash joylari

:Samimiylikning yorqinligi

Ba'zi odamlar muammolaridan tabassum bilan
qochishga harakat qilishadi, ammo bunday qochish uchun
ikkiyuzlamachilik va yolg'ondan xoli bo'lgan sof vijdon kerak.

Inson o'zi va boshqalar bilan halol muomala qilganda,
olijanoblik va halollik bilan harakat qilganda, ularning ko'zlari
tiniqlashadi va ulardan noyob nur - samimiylikning aniq nuri
.taraladi

:Halollik

Ba'zi odamlar halollik nomi bilan ko'p narsalarni
aytishadi, lekin siz hamma bilan hamma narsa haqida
gaplasha olmaysiz. Siz maslahat va yo'l-yo'riq
ko'rsatganingizda, ba'zi odamlar sizning so'zlaringizni
noto'g'ri tushunishadi va aytganlaringizdan hech narsa
olishmaydi; bu behuda harakat va qadrlanmagan harakatdir.

Bunday hollarda sukut saqlash oltin, lekin bu hech qanday
.holatda noto'g'ri ish haqida jim turishni anglatmaydi

:O'z-o'zini uyg'unlashtirish

O'z-o'zini uyg'unlashtirish chindan ham ajoyib. Ko'p odamlar boshqalar bilan uyg'unlikda bo'lish qanchalik qiyinligini bilishadi, lekin siz hech qachon o'zingiz bilan uyg'unlikda bo'lish haqida o'ylab ko'rganmisiz? Bu nihoyatda qiyin, ammo mumkin. Agar o'zingizni tahlil qilsangiz, doimo o'zingiz bilan ziddiyatda ekanligingizni ko'rasiz. Agar o'zingizni sevmasangiz, boshqa hech kimni sevmaysiz. Agar inson o'zi bilan uyg'un bo'lmasa, u qanday qilib boshqalar ?bilan uyg'unlikda bo'lishi mumkin

O'z-o'zini uyg'unlashtirish dunyo bilan uyg'unlik uchun juda muhimdir. Shuning uchun o'zingizni qadrlash va sevish juda muhim, chunki siz bu sevgiga loyiqsiz. O'zingizni sevish kerak, chunki Xudo bizni yaratgan va bizga olijanob salohiyat bergan. Bu ichki "men"ni, fazilatlarga to'la bu mohiyatni sevish olijanob xulq-atvorga ilhomlantiradi va ongni iflosliklardan, qalbni esa yovuzlik va xafagarchilikdan .tozalaydi

:Adabiy kompasni kalibrlash

Inson vijdonini alday olmaydi, noto'g'ri xatti-harakatni oqlay olmaydi yoki noto'g'ri xatti-harakatlarning oqibatlaridan qochib qutula olmaydi, hatto boshqa sayyoraga sayohat qilsa ham. Insonning harakatlarining natijalari unga hamroh bo'ladi va u o'z yo'nalishini to'g'rilashi va axloqiy kompasni sozlashi kerak, shunda uning strelkasi .doimo to'g'ri yo'nalishga ishora qiladi

Ba'zi odamlar eng yomon sharoitlarda yashaydilar, ammo shunga qaramay, o'zlari bilan juda uyg'un, boshqalari esa barcha imkoniyatlarga va kerakli narsalarga ega, ammo shunga qaramay, o'zlari bilan doimiy ziddiyatda. Shuning uchun, vaziyat o'zgarishini kutmaslik kerak. Atrofingizdagi muhitga qaramay, o'zingizni yaxshi ekanligingizga .ishontiring, bu siz xohlagan narsadan farq qilishi mumkin

Kim o'zini vaziyatning irodasiga topshirsa, u narsalarning o'zgarishini kutadi va uning kutishi uzoq davom .etadi

Aytishlaricha, bir kishi o'n sakkiz tilda ravon so'zlasha olardi, ammo u shunchalik kambag'al ediki, yoniga chiroq olib o'qishga puli yo'q edi. Shuning uchun u burchakka borib, ko'cha chiroqi ostida o'tirib o'qirdi. Darhaqiqat, iroda vositalarini yaratadi, imkoniyatlarni yaratadi, umidni yangilaydi, vazifalarni bajaradi va istak va orzularni ro'yobga .chiqaradi

Xudoni biladiganlar bilan haqiqiy muloqot ular bilan shaxsiy aloqa, ularning yozuvlarini mulohazali o'qish yoki ular haqida chuqur va do'stona mulohaza yuritish orqali amalga oshirilishi mumkin. Esda tutish kerak bo'lgan muhim narsa bu ularning ongi bilan uyg'unlikda, bu esa Xudo bilan .uyg'unlikda

Biz ongimizni Xudoni sevadigan buyuk qalblar bilan uyg'unlashtirganimizda, bu uyg'unlik asta-sekin hayotimizni juda ajoyib tarzda o'zgartiradi. Bu uyg'unlik irodani qul qilmaydi, balki uning doirasini kengaytiradi va kuchini mustahkamlaydi. Bu egoga to'la va ular erisha oladigan narsalar bilan band bo'lgan odamlar bilan uyg'unlikda bo'lish bilan ular bilan uyg'un bo'lganlarning qalbida ilohiy sevgini berish va uyg'otishni maqsad qilgan Xudo va insoniyatni sevuvchilar bilan uyg'unlikda bo'lish o'rtasidagi farqdir. Bu muborak shaxslarning magnetizmi bizni ilohiy magnetizm .bilan yaqin aloqada qiladi

Shuni yodda tutishimiz kerakki, biz o'z ehtiyojlarimizni qondirishga intilar ekanmiz, boshqalarga ham kerakli narsalarni olishga yordam berishimiz va hayotdagi yo'limizda duch keladigan yaxshi narsalarni kambag'allar bilan baham ko'rishimiz kerak. Keling, global oilaning ajralmas qismi

ekanligimizni va bu katta oilasiz yashay olmasligimizni yodda
.tutaylik

Duradgorlar, ixtirochilar, fermerlar va boshqalarsiz hayot
qanday bo'lar edi? Xudo bizdan boshqalar haqida
o'ylashimizni va ularga hamdard bo'lishimizni xohlaydi.
Boshqalarni hisobga olmasdan faqat o'zimiz uchun yashash
katta xatodir. O'z baxtimiz haqida o'ylaganimizda,
boshqalarning baxti haqida ham o'ylashimiz kerak. Biz global
oilaning farovonligi uchun bor narsamizni berishimiz shart
emas, chunki bu mumkin emas. Aksincha, biz boshqalarga
hamdard bo'lishimiz va ularga yordam berish va ularning
yukini yengillashtirish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz
.kerak

Muvaffaqiyat va qalbning qoniqishi o'rtasida, shaxs
.yashaydigan muhit doirasida bog'liqlik mavjud

Haqiqiy muvaffaqiyat solihlik tamoyillariga muvofiq xulq-
atvor natijasidir va u shaxsiy qoniqishning ajralmas qismi
sifatida boshqalarning baxti va farovonligini o'z ichiga oladi.
Ushbu tamoyilni o'zining moddiy, aqliy, axloqiy va ma'naviy
hayotiga qo'llaydigan har bir kishi muvaffaqiyatning ushbu
.ta'rifini to'liq va keng qamrovli deb topadi

Odamlar hayotdagi maqsadlariga qarab muvaffaqiyat
haqida turli yo'llar bilan o'ylashadi. Ba'zan ba'zi odamlar buni
o'g'irlik bilan tenglashtiradilar va "U muvaffaqiyatli o'g'ri!"
kabi gaplarni aytishadi. Bu shuni ko'rsatadiki, hamma
muvaffaqiyat ham orzu qilingan narsa emas; bizning
.muvaffaqiyatimiz boshqalarga zarar yetkazmasligi kerak

Muvaffaqiyatning yana bir sharti - nafaqat o'zimizga
uyg'unlik va ijobiy natijalarni olib kelish, balki biz bu
.afzalliklarni boshqalar bilan ham baham ko'rishimiz kerak

Moliyaviy muvaffaqiyatga erishish shunchaki biz loyiq bo'lgan narsadan zavqlanishni anglatmaydi; bu shuningdek, boshqalarga o'zlari uchun yaxshiroq hayot yaratishga yordam berish uchun axloqiy mas'uliyatni ham anglatadi.

Aqlli har qanday odam pul topishi mumkin, lekin agar ularning qalbida sevgi bo'lsa, ular bu pulni xudbinlik bilan ishlata olmaydilar; buning o'rniga ular bor narsalarini .boshqalar bilan baham ko'rishadi

Pul xasis va ziqna odamlar qo'lida la'natga aylanadi, ammo saxiy qo'llari va mehribon qalblari borlar uchun bu .ne'mat va sovg'adir

Yaxshi qalblar yaxshi qalblarni o'ziga tortadi va ularga jalb qilinadi

Biz qo'shnimizni o'zimiz kabi sevishni o'rganishimiz va bu hayotda qisqa vaqtga ekanligimizni , shundan so'ng biz boshqa dunyoga ketayotganimizni, uning darajasi bizning fikrlash darajamizga va bu yerdagi hayotimiz davomidagi .harakatlarimiz sifatiga bog'liqligini yodda tutishimiz kerak

Bizning haqiqiy qarindoshlarimiz kimlar? Dono odam uchun hamma qarindosh va har biri "qo'shni". Albatta, dono odam farqlay oladi va quyosh o'z nurini ko'mir bo'lagi va olmosga sochsa ham, olmos, ko'mirdan farqli o'laroq, yorug'likni ajoyib tarzda qabul qilish va aks ettirishning noyob qobiliyatiga ega ekanligini tushunadi. Fikrlari va his-tuyg'ulari olmos kabi sof bo'lganlar bilan muloqot qilish va samimiy do'stlar topishga vaqt ajratish kerak. Toza va halol hayot kechiradiganlar poklik va halollik bilan ajralib turadigan do'stlarni jalb qiladilar, farqlamasdan oddiy instinktlar bilan yashaydiganlar esa xuddi shunday do'stlarni .jalb qiladilar

Agar siz yuksak ideallar va yuksak tamoyillarni qadrlasangiz, bu ideallar va tamoyillarga ishonmaydigan,

fikrlarni chalkashtirib, kayfiyatni buzadigan odamlar bilan muloqot qilishdan saqlanish tavsiya etiladi, toki ularning tebranishlari sizning tebranish darajangizni pasaytirmasin. Shu bilan birga, hech kimni sevgi doirangizdan chiqarib .tashlamang

Bundan tashqari, inson nafaqat sevgi berishi, balki tinchlik o'rnatishi kerak, toki qayerga borsa ham, uyg'unlik va xotirjamlik yaratib, atrofdagilarni o'zining mehribon ishtiroki bilan tetiklashtirsin. Hech kim badbo'y hidli skungga yaqinlashishni istamaydi - uzr so'rayman - hamma undan qochadi. Xuddi shunday, asabiy, dürtüsel va bahsli odam boshqalarni bezovta qiladi va ularni itaradi. Biz qalbni quvontiradigan yoqimli hid taratadigan gullaydigan atirgullar kabi bo'lishni xohlaymiz. Keling, qayerga borsak va qayerda yashasak ham, tinchlik hidini va yaxshilik shabadasini .tarqatishga intilaylik

Xudoning Shohligi bulutlar orasida yoki kosmosdagi ma'lum bir joyda emas. U ko'zlarimizni yumganimizda ko'radigan zulmatdan tashqarida, meditatsiya qilganimizda va ibodat qilganimizda, peshonamizda joylashgan ruhning ko'zi ichimizda ochiladi va biz muborak nurni ko'ramiz va tanamizning har bir hujayrasiga singib ketgan quvonchni his qilamiz va parda ko'tarilganini va Xudoning Shohligiga .maxfiy eshik ochilganini his qilamiz

Xudo doimo yangilanib turadigan quvonch, hamma narsani qamrab oluvchi quvonchdir. Biz ichimizda yashaydigan va cheksizlikni o'rab turgan quvonch bilan .birlikni his qilishimiz kerak

Zich materiyaning tebranish chegaralaridan tashqarida cheksiz, hamma narsani qamrab oluvchi ong, o'zining barcha shon-shuhrati, kengligi va cheksizligida ta'riflab bo'lmaydigan darajada yashiringan. Bu osmon shohligi, .abadiy, cheksiz va cheksiz ongli saodatdir

Ruhning idroki kengayganda va u hamma joyda o'zining
.mavjudligini his qilganda, u ilohiy ruh bilan birlashadi

Osmon okean bilan uchrashadigan ufqda taxtga o'tirgan
Mutlaq Cheksizga shon-sharaflar bo'lsin va ichimizdagi
tinchlikda taxtga o'tirgan Oliy Cheksizga shon-sharaflar
bo'lsin; ichimizdagi Cheksizga e'tibor qaratish orqali biz
.uning cheksiz kuchini olishimiz mumkin

Kitob o'qish yoki odamlardan olingan bilim cheklangan
bilimdir, to'g'ridan-to'g'ri Xudodan olingan bilim esa donolik
kuchini, aniqlik ulug'vorligini, qalb xotirjamligini va qalb
.xotirjamligini beradi

Ey Rabbim, menga chuqur diqqat bilan ibodat qilishni va
meditatsiyani samimiy istaklar bilan uyg'unlashtirishni o'rgat
va qalbim har kuni Senga bo'lgan sof sevgim bilan
.tozalansin

Karma cheklovlaridan xalos bo'lish

aqliy yoki jismoniy, ongli yoki ongsiz bo'lishidan qat'i ,
nazar, inson hayotiga ma'lum bir ta'sir ko'rsatadi.
O'tmishdagi harakatlar nafaqat kunlar, oylar yoki yillar oldin
qilingan harakatlar, balki o'tmishdagi hayotdagi harakatlar
.hamdir

Sizlar o'lik edingizlar, U sizlarni tiriltirdi, keyin o'ldirdi,
.keyin yana tiriltirdi, so'ngra sizlar Unga qaytarilursizlar

Insonning harakatlarining yaxshi va yomon oqibatlari
Uning hozirgi hayotida bu izlar ongsiz yoki ongsiz holda
saqlanadi va inson oldingi mujassamlanishlardan olib
yuradigan (yoki uning ruhi olib yuradigan) ta'sirlar ongsizda
urug'lar kabi uxlab yotadi, ma'lum bir karmik vaqtda unib
chiqishi va o'sishi uchun qulay sharoitlarni kutadi. Narsalarni
muvozanatlashtiruvchi karma qonuni harakat va reaksiya,
.sabab va oqibat, ekish va o'rishni o'z ichiga oladi

Har bir inson o'z taqdirini fikrlari va harakatlari orqali shakllantiradi va ular chiqaradigan energiyalar, oqilona yoki ahmoqona bo'lishidan qat'i nazar, muqarrar ravishda ularga boshlang'ich nuqta sifatida qaytadi, xuddi aylana o'zini mukammal aniqlik bilan yakunlaganidek [Savol shundaki] ixtiyoriy izlovchi o'zining irodasiga qarshi o'tmishdagi harakatlarining muqarrar oqibatlariga yoki taqdir deb ataladigan narsaga duch kelishi kerakmi? Javob: yo'q, Xudo qonun va sevgidir va Unga samimiy intilish va to'liq imon bilan murojaat qilgan, harakatlarini ilohiy qonun bilan uyg'unlashtirgan va Xudoning shartsiz sevgisini izlagan izlovchi, shubhasiz, og'ir yuklarni yengillashtiradigan va .vaziyatni yaxshilaydigan ilohiy ne'matni oladi

Xudo bizni bu xayollarga to'la dunyoga joylashtirdi va U bizning azob-uqubatlaringizni, biz boshdan kechirayotgan sinov va qiyinchiliklarni biladi. Insonlar o'zlarini gunohga botib, uning tubidan qochishga o'jiz deb hisoblaganlarida, ma'naviy johillikning ichki zulmatini chuqurlashtiradilar. Ular o'zlarini tuzatishga intilishlari, ilohiy rahm-shafqat qalbidan yordam va rahm-shafqat so'rashlari, mehribon, rahmdil va .kechirimli Xudodan kechirim umid qilishlari yaxshiroqdir

Xudo bilan yaqin aloqamizni anglaganimizda, qanday karma bizni bog'lay oladi? Hech kim sizni og'riq va qiyinchiliklaringiz karmangiz natijasi ekanligiga ishontirishiga yo'l qo'ymang. Sizning mohiyatingizdagi ruh sifatida sizda karma yo'q. Aksincha, siz o'zingizga hayot, yorug'lik va kosmik kuchlarning mohiyati bilan bir ekanligingizni tasdiqlash orqali bu haqiqatni anglab yetishingiz kerak . Agar siz bu haqiqatni anglasangiz, qo'rqishga hech narsangiz yo'q va Xudo siz uchun ko'plab eshiklarni ochadi va sizga ko'plab .imkoniyatlarni taqdim etadi

Agar hayotingiz qanday kechayotganidan noqulaylik his qilsangiz, fikrlash tarzingizni o'zgartiring va his-

tuyg'ularingizni ijobiy energiya bilan to'ldiring, shunda
.o'zingiz ham farqni his qilasiz

Odamlar o'tkazib yuborgan narsalari uchun
afsuslanishlari va qayg'urishlari yoki baxtsiz holatlarini bu
hayotda yoki uzoq o'tmishda qilgan xatolari bilan bog'lashlari
shart emas, chunki bu ma'naviy beparvolikning bir shaklidir.
Ular harakat qilishlari va hayot bog'idan begona o'tlarni yulib
tashlashlari kerak, shunda eng shirin va eng yorqin gullar
gullab-yashnaydi va eng mazali va orzu qilingan mevalarni
.beradi. Uning inoyati bilan, Xudoyi Taolo

Xudoga bo'ysunish, ishlarimizni yaxshilash uchun
irodamizdan foydalanmaslik va Xudo bizning vaziyatimizni
hech qanday kuch sarflamasdan hal qilishini kutish degani
emas, chunki Xudo o'zlariga yordam beradiganlarga yordam
beradi

Gap shundaki, biz irodamizni boshqarish va to'g'ri
harakatlarimizni duo qilish va mustahkamlash uchun Xudoga
murojaat qilishni o'rganamiz. Taslim bo'lishni istamaslik
to'sig'ini yengib o'tganimizda, Xudoda bu dunyoda hech kim
bizga bera olmaydigan himoyani va hech qanday sinov
.yengib o'tolmaydigan kuchni topamiz

Agar har bir kishi Xudoga qalbini ochishni va Uning ilohiy
huzurini intizorlik bilan kutsa, Xudo bilan o'zgacha
munosabatlarni o'rnatishi mumkin, bu esa quvonch va
.ishonch keltiradi

Inson Xudoga chuqur ehtiyoj sezganda, Usiz yashay
olmasligini bilib, Xudo unga u yoki bu tarzda javob berishini
ko'radi. Lekin avval ular bu kuchli tuyg'uni rivojlantirishlari
.kerak, chunki javob o'z-o'zidan paydo bo'lmaydi

Agar biz Xudoga hayotimizda birinchi o'rinni bermasak, ongimiz holati xavotirli va chalkash bo'ladi va biz hayotning .cheksiz talablariga mantiqiy va to'g'ri javob bera olmaymiz

Va bu istakni rivojlantirishning yo'li qanday? Har safar baxtsizlik yoki qiyinchilikka duch kelganimizda va qalbimizda og'irlik his qilganimizda, biz Xudoga murojaat qilishimiz va Undan yordam so'rashimiz kerak, chunki kim Xudoni sevsa va U buni ongi va qalbida saqlasa, Uning ahvoli yaxshilanadi. .Uning ahvoli yaxshi tomonga o'zgarmoqda

Biz efirni aralashtirib, chayqaganimizda, samimiy ibodatlarimiz va samimiy murojaatlarimiz bilan biz oziq-ovqat, shifo va baxtni o'z ichiga olgan ilohiy javobning .mohiyatini chiqaramiz

Ma'naviy ozuqaga muhtoj bo'lganlar uchun o'tmishdagi umidsizliklar va muvaffaqiyatsizliklar ahamiyatsiz. Ulardan saboq olish mumkin va boshidanoq urinishni takrorlab, yana urinib ko'rish mumkin. Muvaffaqiyatsizlikdan tushkunlikka tushmagan, fojialardan qat'iyati susamagan va Xudo sabr-toqatlilarni qo'llab-quvvatlashiga sobit ishonch bilan ishonganlarning barchasi uchun muvaffaqiyat Xudoning yordami bilan kafolatlanadi. To'g'ri yo'lda bo'lganlar va ularga umid, kuch va nekinlik ato etganlar, ular o'zlarining .asosiy maqsadlariga va hayot maqsadiga erishgunlaricha

Fikr elektr kabi kuchdir va psixologik holatlar U fikrlash va fikrlash tarziga borib taqaladi

Elektr ham foydali, ham zararli; kim undan oqilona foydalansa, uni o'z xizmatiga sarflaydi, aks holda uni elektr toki urishi mumkin. Va shunday deb o'ylagandim. Agar u to'g'ri yo'lga yo'naltirilsa, u egasiga baxt keltiradi, aks holda .unga muammo keltiradi

Fikr yovvoyi otga o'xshaydi, lekin uni bo'ysundirish
imkonsiz emas va ijobiy fikrlash fikrni boshqarishning bir
.usulidir

Sog'lom fikrlash yaqin do'st, kasal aql esa doimiy
.dushman

Sog'lom fikrlash tinchlik va xavfsizlikni jalb qiladi,
nosog'lom fikrlash esa o'z egasiga ikki barobar ko'p zarba
beradigan halokatli o'qlarni otadi. Shuning uchun ham
"Mukofoti amal bilan bir xil" degan maqol bor. Inson yaxshi
niyatlarni yo'llagan ekan, uning fikrlari mash'alaga aylanadi,
qalb xonalarini yoritadi va zulmat uyumlarini haydab
chiqaradi, shunda u chuqur tasalli topadi va ko'zlari
mamnuniyat tabassumi bilan porlaydi! Tabassum
.ko'zlaringizdan uzoq bo'lmasin va sizga tinchlik bo'lsin

Hayot hayot nonini tayyorlash uchun samarali sinov va
tajriba urug'larini maydalaydigan tegirmonga o'xshaydi. Bu
egri-bugri yo'lga o'xshaydi, ikki tomonida yam-yashil gullar,
yorqin kapalaklar va shoxlarida mazali mevalar bo'lgan
daraxtlar, lekin biz kamdan-kam to'xtaymiz. Keling, uning
manzarasidan zavqlanib, shirinligini his qilaylik; haqiqatan
ham, biz ko'pincha chalg'ib turamiz. Kengroq hududlarga
yetib borish uchun biz ko'rganimizdan ko'ra yoqimliroq
manzaralar bor deb o'ylaymiz. Lekin asta-sekin uzoqlashib
borar ekanmiz, gulli, serhosil yo'llarda yangi emas, balki
qorong'uroq daraxtlarni topamiz, keyin gullar yo'qoladi. Va u
bilan birga kapalaklar va mevalar ham, faqat o'zimizni
.bepoyon cho'lda topamiz

Inson hayoti dengiz suvlariga o'xshaydi, ular tozalanadi
va faqat yuqori atmosferaga ko'tarilganda tetiklashadi. Bu
ertalabki tushga o'xshaydi, yosh o'tishi bilan yorqinroq
bo'ladi, chunki narsalar keyin aniqroq va ravshanroq
ko'rinadi. Bu sayohatga o'xshaydi, unda biz masofani bosib
o'tganimiz sari manzara o'zgaradi. Keyin biz unga

yaqinlashganimiz sari xuddi shu manzara o'zgaradi va
.hokazo

Hayot donolarni hafsalasini pir qilmaydi, chunki ular bunga mohirona yondashadilar va undan zavqlanishadi, bu ularni nazorat qilishiga va erkinliklaridan mahrum qilishiga yo'l qo'ymaydilar. Masalan, ular suvdan zavqlanishadi. Ular uni ichishadi va cho'milishadi, lekin o'zlarini unda cho'ktirishga yo'l qo'ymaydilar. Ular o'zlariga yoqadigan kiyimlardan zavqlanishadi. Yuzaki deb hisoblangan rasmiyatchilik va rasmiyatchiliklarga haddan tashqari rioya qilmasdan. Ular ochko'zlik ularni iste'mol qilishiga yo'l qo'ymasdan ovqatlanishdan zavqlanishadi, chunki ortiqcha ovqatlanish tanani zaiflashtiradi va u hislarni yutib yuboradi. Va u uni butunlay yo'q qiladi. Shunday qilib, inson hayotdan zavqlanishi kerak, lekin cho'milish orqali hislarni .charchatmasdan

Boshqalar bilan til topishish bu ular bilan hamma narsada rozi bo'lish yoki ular uchun ideallardan voz kechish degani emas, chunki bu moslik uslubi istalmagan va haqiqatga mos kelmaydi. Islohotchilar va buyuk odamlar kelisha olmadilar. Atroflarida juda ko'p odamlar borligi sababli, ular o'z ideallariga sodiq qolishdi, chunki ular .qilayotgan ishlari mutlaqo to'g'ri ekanligini angladilar

Avvalo, inson Xudo bilan, keyin vijdon bilan va keyin .odamlar bilan uyg'unlikda bo'lishi kerak

Prinsipdan voz kechmaslik va ma'lum bir maqsadga erishish uchun yashirin niyatlarga murojaat qilmaslik kerak, .chunki bu prinsipial odamlarga yarashmaydi

Xudoga ma'qul keladigan tarzda kim yashay oladi? Boshqalarga zarar yetkazmang, chunki ularning qo'rqadigan hech narsasi yo'q. Agar bu yondashuv boshqalarni qoniqtirmasa, inson o'zini xotirjam his qilishi va odamlarning

roziligidan mustaqil bo'ladigan ichki xotirjamlikni his qilishi
.kifoya

Xudoga murojaat qilishda ruhning kuchi va istagi Bu
ma'naviy magnetizm deb ataladi Va bu magnetizm bilan ruh
o'ziga ne'matlar va nozik tebranishlarni va barcha yaxshi
insoniy tajribalarni tortadi Bu unga yaxshilik va solihlikni
eslatadi

ma'naviy magnetizm Bu insonni o'ziga tortadigan va
o'ziga tortadigan kuchdir Yaxshi do'stlar Va muhim va
muhim narsalar Va narsalarni intuitiv tushunish Bu kuch
Xudoning jozibador magnit kuchidan kelib chiqadi

Tinchlik shami

Aqliy qozonni oling, uni xotirjamligingiz bilan to'ldiring

Tuyg'ularim shishasini oling Uni rahm-shafqating bilan
to'ldiring

Bo'sh jon savatimni oling Uni donoligingiz mevalari bilan
to'ldiring

Sevging suvlarini qalbimga quying, men uni chanqoq
qalbning kosalariga quyaman

Ego devorlarini vayron qil Meni to'liq huzuringga
cho'mdir

Sevgi tongining nuri

U yuragimning teshiklaridan qarasin

Bu menga sevgingizning quyosh nurini eslatadi

Hayotim osmoniga yoyilib

Sevgingizning yorqin nuri porladi

O'zimga, va u ma'rifatli edi

Sizning nuringiz mening ma'naviy makonimni to'ldirdi
Sen mening tanamni qo'llab-quvvatlaydigan hayotsan

Va fikrlarimni ilhomlantiradigan aql

Va mening johilligimni yo'q qiladigan donolik

Men sevgimning nozik shamini yoqaman

Oltin kitobni o'qish uchun

Qadim zamonlardan beri ichimda saqlanib qolgan

Sizning sevgingiz bor edi va hali ham shunday

Tinchlikning ko'rinmas shami

Bu zulmatni yo'q qiladi va menga xabarlaringizni
ko'rsatadi

Blog yuraklar sahifalarida

Ey Rabbim, ulug'vorliging oshkor bo'lsin

Donoligingiz nuri yo'qolib ketsin

Jaholat, kelishmovchilik va hasad

Yer qirg'oqlaridan abadiy

Zaifligimizni kuchga aylantiring

Va biz qat'iyatli bo'lishga zaiflashdik

Tanamizni hayotiy elektr energiyasi bilan zaryadlang

Va ongingizni va qalbingizni shifobaxsh nuringiz bilan
to'ldiring

Sening g'aflat suvlarida cho'kib ketmasligimiz uchun
qo'limizdan tut va borlig'imizni Sening sevging va donoliging
bilan to'ldir. Bizga Senga juda yaqin ekanligimizni va Sening

rahm-shafqating quyoshi bizga doimo porlab turishini his
.qilaylik

Men pichirlab gapiradigan, jonli fikrlarimning gullarini
joylashtiraman

Jimjitlik tuzilishida

Uning jimgina xushbo'y hidi kuylaydi

Va u sizning shon-sharafingiz haqida kuylaydi

Va muqaddas nuringizning nuri bilan

Men sizning mavjudligingizning go'zalligini ko'raman

Mening baxtli orzularim ushaladi

Sizning nuringiz qalbimda miltillaganda

Pardalar donolik olovi bilan yonmoqda

Men Sening ulug'vorligingni ko'ryapman va quvonchim
ortib bormoqda

Alloh sizni O'z nuri bilan yoritib bersin

Va sizga qalbdan salomlar

Dunyo bizga ko'plab talablar va talablarni yuklaydi va
bizni ularning eng muhimligiga va ularsiz yashashning iloji
yo'qligiga yoki ularsiz yashay olmasligimizga ishontiradi.

Ammo asosiy talab manbalari hech qachon qurib
qolmaydigan va buloqlari hech qachon qurib qolmaydigan,
hayotdagi hamma narsaga ta'm va ma'no beradigan
.Xudoning tinchligiga erishish bo'lishi kerak

Keling, Xudo bizning borlig'imizning mohiyati ekanligini
va sevgi Uning ulug'vor yuziga qaraydigan deraza ekanligini
yodda tutaylik. Kimki ilohiy huzurni his qilishni istasa va bu
ulug'vor istakni fikr va amalda rivojlantirsa, Xudo ularning

iltimosini bajaradi va ularga muborak nurlarni ko'rishlariga
.to'sqinlik qiladigan pardalarni yirtishga yordam beradi

Kimki yo'lda oldinga intilishga qaror qilsa, u maqsadiga
yetmaguncha va qalbidagi istakni amalga oshirmaguncha
hech narsa uni to'xtata olmaydi va hech qanday to'siq unga
.xalaqit bermaydi

Ma'naviy marvaridlar va toshlar

Boshqalarning zaif tomonlarini fosh qilib, ularni
sharmanda qiladigan va xafa qiladiganlar donolik va sog'lom
fikrdan uzoqdirlar. Biz gunohkorni emas, balki gunohni
nafratlashimiz kerak, chunki u bizning ruhan birodarimizdir,
garchi uni o'rab turgan johillik zulmatiga qaramay.
Ayblashning maqsadi shifo bo'lishi kerak, maqtanish va
yaralash emas. Biz gunohkor birodarimizga uning o'rnida va
holatida bo'lganimizda bizga qanday munosabatda
.bo'lishlarini istasak, shunday munosabatda bo'lishimiz kerak

Kim bu dunyoda birodarining kamchiliklarini yashirsa,
.Alloh oxiratda uning kamchiliklarini yashiradi

Biz boshqalarni hukm qilganimiz kabi, ma'naviy qonun
ham bizni bir xil darajada hukm qiladi. Biz boshqalardan juda
ko'p narsa kutmasligimiz kerak, shuningdek, har doim ham
hech kimdan yaxshi natijalar kutmasligimiz kerak, hatto ular
.qo'lidan kelganicha harakat qilsalar ham

Inson yiqilib, qoqilib ketishi mumkin, ammo u fazilat va
solihlik zinapoyasiga yana ko'tarilish uchun qo'lidan
.kelganicha harakat qilsa, xavfsiz bo'ladi

Biz har kuni o'zimizga yoki oila a'zolarimizga yordam
berganimiz kabi, bemorning kayfiyatini atrof-muhitimizda
ham jismoniy, ruhiy yoki ma'naviy jihatdan ko'tarishga
.harakat qilishimiz kerak

Kimki bugundan boshlab qiyinchilik va baxtsizlik keltiradigan eski xudbin hayot o'rniga ilohiy qonunlarga muvofiq yashashga harakat qilsa, u hayotda qanchalik kamtarona rol o'ynamasin, kosmik spektakl rejissyori va barcha taqdirларimizning xo'jayini - Qodir Xudoning ko'rsatmasiga binoan o'z burchini to'liq bajargan ekan, bu .muhim rol bo'lib qolishini tushunadi

Boshqalar bilan chinakam samimiylik, chinakam sevgi va his-tuyg'ularni hisobga olish bilan muloqot qilganimizda, shaxsiy manfaatlarimiz yoki xudbin hisob-kitoblارimizni hisobga olmasdan, hayotimizga yaxshi do'stlarni olib .kiramiz; aks holda, biz haqiqiy do'stlarimizni taniy olmaymiz

Ikkiyuzlamachilik va da'vogarlikdan xalos bo'lish va boshqalarga qasddan zarar yetkazmaydigan tarzda harakat .qilish kerak

Do'stlar g'azablanmasligi, kamsitilmasligi yoki adovatga berilmasligi kerak, shuningdek, ularga bizga nisbatan do'stona bo'lmagan his-tuyg'ularni saqlash uchun hech qanday sabab berilmasligi kerak. Do'stlarga yomon munosabatda bo'lish, ulardan foydalanish yoki so'ralmagan holda maslahat berish mumkin emas. Maslahat so'ralganda, u samimiy va mehr bilan, oqibatlaridan qo'rqmasdan berilishi kerak. Do'stlar bir-birlariga konstruktiv, birodarlik tanqidlari .orqali yordam berishadi

Qiyin hayot tajribalari irodamizni falaj qilish va bizni mag'lub etish uchun emas, balki qat'iyatimizni charxlash, Xudoga bo'lgan imonimizni va o'ziga bo'lgan ishonchimizni mustahkamlash uchun keladi. Ba'zi odamlar bu tajribalar va qiyinchiliklarni yengib bo'lmaydigan vayronkor kuchlar deb noto'g'ri ishonishadi va shuning uchun ular taslim bo'lishadi. Sog'lom fikrlash tarzi hayot va uning sinovlari bilan samarali kurashish uchun ichki kuchimizni faollashtirish uchun juda .muhimdir

Agar inson o'zidan kuchliroq odam bilan raqobatlashmasa, u kuchli bo'lmaydi. Xuddi shunday, biz qiyinchiliklarga jasorat va aqliy bardosh bilan duch kelganimizda, biz kuchliroq va bardoshliroq bo'lamiz

Bizning ongimiz Xudoning hamma narsani qamrab oluvchi ongining ajralmas qismidir. Bizning ongimiz to'liqini ostida Uning cheksiz ongi okeani yotadi. To'liqin o'zining buyuk okeanning bir qismi ekanligini unutganda, u o'zini o'sha okean kuchidan ajratib qo'yadi. Natijada, odamlarning onglari moddiy cheklovlar tufayli zaiflashadi va endi samarali mehnat va mo'l-ko'l ishlab chiqarishga qodir emas. Aqlar johillik changini qoqib, o'z kuchlarini bog'laydigan zanjirlarni uzib tashlaganda, ular ijodkorlik va hayot bilan ijobiy o'zaro ta'sirga ko'proq qodir bo'ladilar

Muayyan g'oyaga mahkam yopishib, uni kuchli iroda bilan singdirganingizda, bu g'oya dinamik kuchga aylanadi. Fikr dinamikaga aylanganda, ongda chizilgan ko'rinmas xaritaga ko'ra, u muvaffaqiyat uchun to'g'ri muhitni yaratishi mumkin

Odamlar qiyin hayot sharoitlariga taslim bo'lmasdan qarshilik ko'rsatish o'rniga, ularga qarshilik ko'rsatmasdan taslim bo'lganliklari uchun muvaffaqiyatsizlikka uchraydilar

Iroda kuchini mashq qilish va faollashtirish kerak

Tinchlik makoniga kirganlar Xudoni sevadigan boshqa qalblar bilan ruhiy aloqa qila oladilar va atirgullar va barcha tirik mavjudotlarning tilini tushuna oladilar

Ey Rabbim, mening sevgim va sog'inchim ustida taxtga o'tirgan yagona Shoh bo'l

Meditatsiya qiluvchilar chuqur xotirjamlik tuyg'usini boshdan kechiradilar va bu ichki xotirjamlik hatto boshqalar bilan birga bo'lganda ham saqlanishi kerak. Inson

meditatsiyada o'rganganlarini kundalik faoliyatda va boshqalar bilan o'zaro munosabatlarda, hech kimning tinchligi yoki xotirjamligini buzishiga yo'l qo'ymasdan .qo'llashi kerak

Yaxshi odatni shakllantirishni yoki yomon odatdan xalos bo'lishni istasangiz, turli odatlarning mexanizmlari .joylashgan miya hujayralariga e'tibor qarating

Yaxshi odatni shakllantirish uchun avval jimgina o'tirib, ilohiy yordam so'rab mulohaza qiling. Fikringizni peshonangizda, qoshlaringiz orasidagi iroda markaziga qarating va miyangizga singdirmoqchi bo'lgan odatingizni qat'iy tasdiqlang. Yomon odatlardan xalos bo'lishni istasangiz, diqqatingizni ushbu iroda markaziga qarating va bu odatlar ildiz otgan barcha chuqurliklar o'chirilayotganini qat'iy tasdiqlang. Diqqat va iroda bilan siz hatto chuqur ildiz otgan eski odatlarning eng chuqur chuqurliklarini ham yo'q qilishingiz mumkin. O'zingizni miya sohasidagi nosog'lom odatlarni yo'q qilish uchun yetarli iroda kuchiga ega .ekanligingizga qayta-qayta ishontiring

Bunday tasdiq uchun eng mos vaqt - bu iroda va e'tibor .sergak bo'lgan erta tong

O'zingizga barcha buyruqlardan ozod ekanligingizni tasdiqlab turing va bir kun kelib - Xudoning yordami bilan - .qutulmoqchi bo'lgan odatdan xalos bo'lganingizni bilib olasiz

Nimadan qo'rqsangiz ham, fikrlaringizni undan chiqarib tashlang va uni Xudoga qoldiring. Xudoga bo'lgan imoningizni mustahkamlang va U sizga yordam bera olishiga .ishoning

Ko'p azob-uqubatlarda xavotir va xavotirdan kelib chiqadi.

Qo'rqqan narsangiz hali sodir bo'lmagan bo'lsa, nega azob chekishingiz kerak? Xudoning himoya nuri sizni har

tomondan o'rab turganini tasavvur qiling, shunda siz Uning
.ajoyib himoyasini his qilasiz

Xavotirlarimizning aksariyati qo'rquvdan kelib
chiqqanligi sababli, agar biz qo'rquvni hayotimizdan yo'q
qilsak, o'zimizni erkin his qilamiz va shifo darhol keladi. Har
kecha, uxlashdan oldin, Xudo siz bilan ekanligini, sizni
himoya qilayotganini va kuzatib turganini o'zingizga
.tasdiqlang

Ushbu kosmik dramada barcha irqdagi odamlar hayot
hikoyasini vaqt sahnasida sahnalashtiradilar. Biz o'tkinchi
rollarimiz bilan haddan tashqari band bo'lmasdan yoki ularga
haddan tashqari berilib ketmasdan hayotning ma'nosini
.tushunishimiz kerak

Hayot haqidagi tasavvurimiz ko'pincha buzuvq va
og'ishgan bo'ladi, chunki biz xudbinlik va cheklangan ufqlar
bilan qaraymiz. Agar biz qalb ko'zi bilan qarasak, narsalarga
.butunlay boshqacha nuqtai nazardan qaragan bo'lar edik

Biz donolik ko'zini ochganimizda, biz Xudoning hamma
narsani qamrab oluvchi nurini ko'ramiz va shu nurda biz
o'zimizning ruhiy tabiatimizni idrok etamiz, bu koinotning
barcha zarralari va qismlarini qamrab oluvchi universal ong
.tabiatining aksidir

Bizni o'rab turgan ma'naviy haqiqatlar, yumilgan
ko'zlarimizning eshiklarini taqillatib, bizni zulmat o'rniga
yorug'likni ko'rishga, johillik o'rniga donolik bilan harakat
qilishga, qalbizni nafrat o'rniga sevgi bilan to'ldirishga va
tinchlik o'rnatish hamda dunyomizga mo'l-ko'lchilik va
xavfsizlik olib kelishda hamkorlik qilishga undaydi. Agar biz
shunday qilsak, johillik yo'qoladi, vaziyatdagi farqlar
yo'qoladi, aholini ro'yxatga olishda birlikni ko'ramiz va ilohiy
.iroda bilan yanada uyg'unlashamiz

Xudo bilan bo'lgan munosabatimiz ish beruvchi va xodim o'rtasidagi kabi sovuq yoki mehirsiz emas. Biz Uning oilasimiz, Uning bizga bo'lgan g'amxo'rligi doimiy va U bizni doim tinglaydi. Biz Uning borligining ajralmas qismimiz va U .bilan bo'lgan munosabatlarimiz jonli va jonli

Yaratuvchimiz bizga cheksiz sevgi, tushunish, idrok, xayrixohlik va ma'naviy kuch ato etgan, ammo ko'pchiligimiz bu boylikni Xudo bizdan olijanob va mehribon oilaga munosib bo'lgan xavfsizlik, tinchlik va do'stona hamkorlikda yashashimizni istamagan narsalarga sarfladik, ammo ochko'zlik va xudbinlik qalblarimizga ildiz otib, oramizda .nizolar keltirib chiqardi

Xudo bizning xo'jayin bo'lishimizni xohlaydi, lekin biz qul bo'lishni tanladik

Inson o'zining samoviy uyidan uzoqlashdi va Xudoga yaqinlik va Xudo unga yaqinlik hissini yo'qotdi va u shaxsiy .sa'y-harakatlarisiz bu jannatga qayta erisha olmaydi

Xudo bizni O'z suratida yaratdi, lekin bu haqiqat ongimizdan chiqib ketdi. Biz taqdirimiz qiyinchilik va taqdirimiz halokat degan illyuziyaga berilib ketdik. Biz illyuziya pardasini donolik xanjari bilan yirtib tashlashimiz .kerak, uning ortidagi yorqin haqiqatni ko'rish uchun

?Biz kimmiz va asl tabiatimiz nima

Insonlar psixologik yoki hissiy tuzilishida, hayotdagi rollarida, intilayotgan ishlari va faoliyatlarida yoki his qilayotgan istaklarida aniq farqlarga ega. Ammo bu farqlarning barchasi ostida har bir inson istisnosiz istaydigan va muhtoj bo'lgan ikkita narsa yotadi. Birinchisi - barcha turdagi og'riq va istaklardan ozodlik. Ikkinchisi - to'liq va abadiy baxt - tinchlik, sevgi, donolik va quvonch .yashaydigan to'liq qoniqish

Darhaqiqat, insonlar bu nomni ishlatishlaridan qat'i nazar, Xudoga erishishga intiladilar. Donolar Xudo baxtning mohiyati va baxt ruhi, deyishadi. Va agar inson to'g'ridan-to'g'ri kosmik manbadan foydalanmasa, to'liq qoniqishni his qila olmaydi. Bu insonning holatini tushunish uchun muhim .nuqta

Lekin odamlar izlayotgan narsalarini qaerdan
?qidirishadi

Ular buni faqat dunyoviy narsalarda: mol-mulkda, tashqi sharoitlarda va boshqa odamlar bilan munosabatlarda izlaydilar. Ammo yaratilishning o'ziga xos xususiyatini hisobga olgan holda, uni bu dunyoda hech narsada, hech .kimda yoki biron bir sharoitda topishning iloji yo'q

Yaratilish ikkilik tamoyiliga asoslangan. Faqat bitta rangdagi rasmga ega bo'lishning iloji yo'q, chunki uning aksisiz hech qanday yo'l yo'q. Xuddi shunday, mavjudlikning biron bir jihati ikkilikdan alohida mavjud bo'lishi mumkin emas. Biroq, odamlarni rag'batlantiradigan istaklarni o'rganib chiqsak, har birimiz faqat yaxshi, yoqimli, chiroyli va ijobiy narsalarni xohlayotganimizni, yoqimsiz yoki istalmagan narsalar bilan kurashish istagisiz ekanligini aniqlaymiz. Ammo bu mumkin emas

Bu dualistik dunyoda og'riqsiz zavq, zulmatsiz yorug'lik, yomonliksiz yaxshilik, o'limsiz hayot yo'q. Tanganing ikki tomoni ajralmasdir. Bu shuni anglatadiki, biz o'zimizning .ichimizda orzu qilgan narsani bu dunyodan ololmaymiz

Odamlar izlaydilar — ha, ular bor kuchlari bilan izlaydilar — lekin ular izlayotgan narsasini topa olmaydilar, bu esa umidsizlik va umidsizlikni keltirib chiqaradi. Bu nafaqat umidsizlikka, balki katta norozilik va kuchli g'azabga, natijada zo'ravonlik harakatlariga olib keladi. Bularning barchasi ular izlayotgan narsasini to'g'ri joyda

izlamaganliklari va natijada qalblari xohlagan narsani topa
.olmaganliklari uchun sodir bo'ladi

Bizning davrimizdagi odamlar hayotning mazmuni va
maqsadi haqida ko'p narsa bilishmaydi va shuning uchun
.ular chalkashlik va hayratdan aziyat chekishadi

Tabiatan, insonlar maqsadga yo'naltirilgan
mavjudotlardir. Agar ular hayotda maqsadga ega
bo'lmasalar va ularning ongi, energiyasi, irodasi va his-
tuyg'ulari ijobiy va konstruktiv tarzda yo'naltirilmasa, ular
alkogol va giyohvand moddalarni suiiste'mol qilish,
zo'ravonlikka murojaat qilish va boshqalar kabi halokatli
yo'llarga murojaat qilishadi. Hayotning asosiy maqsadi
Xudoni bilishdir va shaxslar o'z rollari va tashqi faoliyatlarini
solih harakatlar, sog'lom nuqtai nazarlar, ijobiy munosabatlar
va his-tuyg'ularini foydali yo'naltirish orqali
.uyg'unlashtirishlari shart

Tabiatimizning bu ikki jihati - ichki yoki ma'naviy jihati
va tashqi jihati - to'g'ri tushunilsa, qarama-qarshi emas.
Aksincha, ular bir-birini qo'llab-quvvatlaydi va jismoniy,
psixologik, hissiy va ma'naviy qobiliyatlarimiz va
salohiyatimizni rivojlantirish va kuchaytirishga yordam
.beradi

Odamlar intellektual yoki psixologik rag'batlantirishsiz
katta bo'shliqda yashaydilar. Ular maqsad yo'qligi va
hayotlariga qiymat va ma'no beradigan hech narsa yo'qligi
sababli zerikishni his qiladilar. O'rtacha odam psixologik va
ruhiy jihatdan sog'lomdek ishlay va o'zini tuta olishi mumkin,
?ammo ular baxtlimi

Hayotning asosiy maqsadi - biz kimligimizni va asl
tabiatimizni bilishdir. Agar biz hayotning chuqurroq
jihatlariga ular munosib e'tibor bersak, muqarrar ravishda
baxtni his qilamiz, chunki inson baxti insonning ma'naviy o'zi

bilan bog'lanish bilan bog'liq bo'lib, usiz insonning mavjudligi
.yoki mavjudligi yo'q

Muvaffaqiyatsizlik yoki kasallik qo'rquvi,
muvaqqiyatsizlik g'oyasi ongli ongdan ong ostiga singib,
oxir-oqibat yuqori ongga yetguncha, bu haqda doimiy o'ylash
orqali rivojlanadi. Keyin, ong osti va yuqori ongda
mustahkam o'rnashgan qo'rquv ko'payib, o'sib bora
boshlaydi, toki u ongli ongni unib chiqqanida dastlabki fikr
kabi osonlikcha yo'q qilinmaydigan qo'rquv begona o'tlari
bilan to'ldirguncha. Bu zararli begona o'tlar oxir-oqibat
zaharli va halokatli mevalarni beradi. Yaxshiyamki, uning
ildizlarini jasoratga kuchli e'tibor qaratish va Xudoga va U
o'zlariga yordam berishni va ularni zarardan himoya qilishni
istaganlarga yordam berishga qodir ekanligiga mutlaq
.ishonchni singdirish orqali ichkaridan yo'q qilish mumkin

Bir paytlar dengiz yuzasida bo'ronlar va chaqmoqdan
ehtiyot bo'lib, kichik bir pufakcha suzib yurgan edi, to'satdan
u bir ovozni eshitdi: "Hayotning kichkina pufagi, senga nima
"?bo'ldi

Hayot okeanining bir qismi ekanligingizni bilmaysizmi?

Kichkina pufakcha atrofga qaradi va bu haqiqatni angladi

Inson ongi kosmik ong dengizi yuzasida mayda pufakcha
kabi suzib yuradi, uni vaqtinchalik pufakcha deb o'ylaydi,
kasallik, qashshoqlik va o'lim qo'rquvidan titraydi. Voy
pufakcha, siz okeandan qo'rqasizmi? Atrofga qarang va
diqqat bilan kuzating. Nuqtai nazaringizni yaqin
atrofingizdan Xudoning cheksiz olamiga o'tkazing. Chuqurroq
o'rganing, tushunchangizni kengaytiring, shunda siz Uning
ulkan dengizi bilan bir ekanligingizni va Xudo siz bilan
ekanligini bilib, ishonch hosil qilishingiz mumkin. U sizni
.himoya qiladi, sizni qo'llab-quvvatlaydi, hozir va abadiy

Tuzoq va tuzoqlardan qochish

Qachonki qalbingizda kuchli istak paydo bo'lsa, uni amalga oshirishga undaydigan kuchli istakni his qilsangiz, aql-idrokka ega bo'ling va o'zingizdan so'rang: "Bu bajarilishi mumkin bo'lgan yaxshi istakmi yoki bajarilmasligi kerak bo'lgan yomon istakmi?" Nosog'lom moddiy istaklar bizga yolg'on umidlar va xayoliy baxtni berish orqali yomon odatlarimizni rag'batlantiradi. Bunday hollarda, haqiqatni ochib berish uchun aql-idrok kuchidan foydalanish kerak. Yomon odatlar oxir-oqibat baxtsizlikka olib keladi. Ularning asl mohiyati fosh bo'lganda, ular odamni azob-uqubatlar va .baxtsizlik tuzoqlariga ilintirishga ojiz bo'lib qoladilar

Fikrlar va hikoyalar

Hayotda ham, o'limda ham, qayg'u va musibatlarda ham, Senga bo'lgan imonim kuchli va sobit, mustahkam va .tebranmas bo'lib qoladi, ey Rabbim

Sog'inishim va iltijolarimning har bir nafasi qalbimda eshik va derazalarni ochadi, ular orqali men Xudoning .saodatiga o'taman

Quyosh eng gavjum joylarga porlaganidek, men ham hayotimning barcha sohalarida va kundalik faoliyatimda .ilohiy sevgi nurlarini ko'raman

Ey Rabbim, menga baraka ber, toki men ruhimni tong .bilan uyg'otib, uni muborak ostonangizga olib kelay

Mushk kiyiklari haqidagi hikoya

Musk - bu Himolay tog'larining baland qismida yashovchi mushk kiyiklarining kindigida topilgan kuchli xushbo'y hidli .qimmatbaho modda

Kiyik ma'lum bir yoshga yetgandan so'ng, uning kindigidan maftunkor mushk hidi yashirincha chiqib keta

boshlaydi va kiyik o'sha jozibali hiddan bezovtalanib, raqsga
.tushib, yoqimli hid manbasini izlay boshlaydi

U bir joydan ikkinchi joyga ko'chib yuradi, toshlar
orasidan va daraxtlar ostidan hidlaydi, o'sha hayajonli
hidning manbasini hamma joyda qidiradi

Nihoyat, u so'z topa olmay, sog'inch va ishtiyoq bilan
izlayotgan narsasini topa olmay, g'azablanib, yanada
.bezovta va xavotirga tushadi

Mushk manbaiga yetib borish uchun oxirgi urinishda, u
taqdiriga duch kelish va o'lim bilan yuzlashish uchun baland
qoyali jarliklardan chuqur vodiya sakraydi, shu payt
ovchilar uni tutib, undan mushk xaltachasini yoki bezini
.chiqarib olishlari mumkin

Shu munosabat bilan ma'rifatparvar shoirlardan biri
:quyidagi mazmunda bir narsani aytib berdi

!Ey mushk kiyigi, ahmoq

?Nega azob chekyapsan? Nega uyqusizsan

Bu mushk mavjud

!Qorningiz bilan, ahmoq

Buruningizga tegsangiz ham

Sizdan maxfiy hid keladi

Siz umid qilgan narsangizni yutgan bo'lar edingiz

Va siz sarflamasdan yashadingiz

Do'stlarim, ko'pchilik odamlar mushk kiyiklari kabi o'zini
tutadi deb o'ylamaysizmi? Ular doimo va abadiy o'zlaridan
.tashqari hamma joyda baxt izlaydilar

Ha, ular baxtni o'yin-kulgidan izlaydilar va o'zlarini istak
va ehtirolardan charchatib, boylikning sirpanchiq yo'llaridan
ko'tarilishadi, oxir-oqibat ular qalblarining eng tubida
saqlangan haqiqiy baxtni topa olmaganlarida katta umidlar
qoyalaridan umidsizlik va muvaffaqiyatsizlik qoyalariga
.sakrab o'tishadi

Agar fikrlarimizni ichkariga qaratsak va chuqur
mulohaza qilsak, qalbimiz xotirjamligida biz izlayotgan
.haqiqiy va abadiy baxt manbaini topamiz

Biz baxtni noto'g'ri joylarda qidirib halok bo'layotgan
mushk kiyiklariga o'xshamasligimiz kerak. Aksincha, hushyor
bo'lishimiz va baxtni o'zimizdan tashqarida emas, balki
.o'zimizdan topishga harakat qilishimiz kerak

Tugmaning hikoyasi

Bir kuni bir kishi mening oldimga kelib, surunkali yurak
:kasalligidan aziyat chekayotganini aytdi va qo'shimcha qildi

Men ko'p narsalarni sinab ko'rdim, lekin yurak"
"og'rig'idan qutula olmayapman

Xotirjam o'ylab bo'lgach, undan qaychi olib kelishini
:so'radim. U menga titroq bilan qaradi va dedi

"?Janob, yuragimni yorib yubormoqchimisiz"

Men kulib javob berdim: "Men shifokor emasman.
Jarrohlik amaliyotini qaychi yordamida amalga oshirgan
"!?odam haqida eshitganmisiz

Nihoyat, u ikkilanib qaychi olib keldi, shuning uchun
men uning paltosidagi tugmalardan birini kesib tashladim va
uning o'rniga boshqa tugma tikmaslikni va tugma yo'qolgan
joyga qo'lini qo'ymaslikni aytdim. Shuningdek, unga ikki
haftadan keyin yonimga qaytib kelishini aytdim va shu vaqt
.ichida u tuzalib ketishini kutgandim

Erkak kulib dedi: "Men sizga ishonganim uchun
so'raganingizni bajaraman, lekin menimcha, bu menga
"!buyurilgan eng g'alati dori

Ikki hafta o'tgach, u mening oldimga yugurib kelib,
:hayrat bilan dedi

Mutaxassislar menga yurak xastaligidan tuzalganimga"
ishontirishdi. Xo'sh, Xudo haqqi, nima qildingiz? Tugmadan
"?jin chiqardingizmi

Men tabassum bilan javob berdim: "Ha! Qo'lingiz doimo
."tugma bilan o'ynardi va tugma yurak bilan bir tekisda edi

Bu tugma yuragingizni og'ritayotgan jin edi. Shuning
uchun men tugmani kesib, uni almashtirmaslikni yoki
qo'lingizni yuragingizga qo'ymaslikni aytdim. Shu tariqa
yuragingiz bosimdan xalos bo'ldi va sizga zarar yetkazishni
!to'xtatdi

Hamma narsa tez rivojlanmoqda va odamlar ko'p
narsalar bilan band. Tabiiyki, vaqtni behuda sarflashdan,
mavsumni o'tkazib yuborishdan va bo'sh qo'l bilan
tugashdan ko'ra, dunyoning ne'matlarini yig'ib olish
yaxshiroqdir. Lekin inson hayotning eng boy hosilini yig'ib
olishi kerak: Xudoga yaqinlashish va Uni bilish. Haqiqiy
baxtga erishishning yagona yo'li bu dunyoda biror narsaga
.erishish va shuningdek, ma'naviy muvaffaqiyatga erishishdir

Xudoni biladiganlar kundalik vazifalarini avval Xudo
haqida mulohaza yuritishdan va onglari va tanalarini
muborak ilohiy energiya bilan to'ldirishdan oldin
.boshlashmaydi

Dunyoning ko'plab talablari ma'naviy maqsadlarini
izlayotganlarni to'xtatishi va ularni tanlagan yo'llaridan
chalg'itishi mumkin. Ammo qat'iyatli bo'lganlar hech
narsaning ularni yo'ldan adashtirishiga yo'l qo'ymaydilar;

ular qiyin yoki noqulay sharoitlarga qaramay, qat'iyat bilan
.davom etadilar

Dunyo bizga nima bermasin, u dunyo xazinalari va
boyliklaridan ko'ra barqarorroq, muhimroq va qadrliroq
narsani orzu qiladigan qalblarimizning istaklarini qondira
.olmaydi

Inson vafot etganda — umringiz uzoq bo'lsin — yer
yuzida hech qanday kuch ular uchun hech narsa qila
olmaydi. Bu dunyodan ketganimizdan keyin bizga kim
yordam bera oladi? Xudoyim. Shuning uchun, biz har doim
shuni yodda tutishimiz kerakki, bu dunyo shunchaki samoviy
uyimizga boradigan yo'limizdagi vaqtinchalik to'xtash joyidir,
.u yerda biz Rahmli Zot huzurida abadiy yashaymiz

Haddan tashqari boylik sog'liq, xotirjamlik va
samaradorlikni kafolatlamaydi, ammo xotirjamlik va
samaradorlikka erishish ham ma'naviy, ham moddiy
.darajada muvozanatli muvaffaqiyatga olib keladi

Ko'pchilik odamlar aqliy samaradorlikni faqat moddiy
muvaffaqiyatga erishish uchun rivojlantiradilar. Ammo inson
o'zini o'zi boshqarib, psixologik kuchlarini boshqarib, ilohiy
rejaga muvofiq harakat qilganda, uning hayoti barakali
bo'ladi va u bu yerda ruhning nektarini tatib ko'radi. U endi
odatlar va istaklar asiri bo'lmaydi, balki uning ongi ilohiy
mavjudotning qalbiga aylanadi va u yerda ta'riflab
bo'lmaydigan yangilangan zavqlardan bahramand bo'lib
.yashaydi

Tana eng buyuk dorixonadir

Tibbiyot tadqiqotchilari shuni aniqladilarki, biz cheksiz
quvonchni his qilganimizda, tanamiz shifokorlar tomonidan
buyurilgan dorilar kabi kuchli va samarali bo'lgan
antidepressantlar va boshqa stressni kamaytiruvchi

moddalarni ishlab chiqaradi. Tanamiz Yer yuzidagi eng
buyuk dorixona bo'lib, Xudo bizda o'rnatgan ma'naviy
muvozanat bilan uyg'unlikda bo'lganimizda, to'g'ri narsani
.to'g'ri vaqtda ishlab chiqarishga qodir

Hamma stress ham zararli emas; stress tanamiz orqali
oqib o'tadigan hayotiy energiyani uyg'otadi va faollik va
harakatni rag'batlantiradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki,
.yetarli miqdorda stress foydalidir

Ammo muammo stress sog'lom darajadan oshib
ketganda paydo bo'ladi

Har birimizning stressga bo'lgan shaxsiy chegaramiz bor
va bu chegaradan oshib ketganda, biz kerak bo'lgandan
ko'ra ko'proq stressga tushamiz va tanada, his-tuyg'ularda
va ongda muammolar paydo bo'la boshlaguncha buni
.sezmasligimiz mumkin

Xudo bilan hayot quvonch va baxtdir, Xudosiz esa
tashvish, tartibsizlik, qiyinchilik va hatto falokat ham bor.
Xo'sh, qanday qilib falokatlarni va fojialarni hukmronlik qiladigan
hayotda tinchlik va osoyishtalikni topib, bu yerga bir oz baxt
?keltirishimiz mumkin

Birinchi talab - hayot bosimi ularning ta'siri ostida
.bo'lganimizda ulardan xabardor bo'lishdir

Xudo dono va bilimdonidir va U tanamizga qulaylik,
noqulaylik, xotirjamlik va xavotir kabi signallarni bergan va
biz bu signallarga e'tibor berishimiz kerak. Tanamizda bizga
biror narsa aytishga harakat qiladigan ilohiy aql bor va biz
stress yoki dam olish paytida bu xabarlarini tinglashimiz
kerak. Stressni his qilganingizda, ongingizni tanangizning
stressni boshdan kechirayotgan qismiga qarating, keyin
chuqur nafas oling va shu bilan birga, u tebranguncha o'sha
qismni muloyimlik bilan tarang. Keyin bo'shashing va

taranglikni yo'qoting. Bu tanada energiya va hayotiy muvozanatni saqlashga va uni stressning zararli ta'siridan .himoya qilishga yordam beradi

Shuningdek, biz hissiy stressni nafas olish orqali boshqarishimiz mumkin. Qo'rquv yoki boshqa zararli his-tuyg'ularni his qilganingizda, bir necha marta sekin, chuqur va ritmik nafas oling va chiqaring, bu har bir nafas chiqarishda tanangizga bo'shashishga imkon beradi. Bu yurak urishini sekinlashtirishga, normal qon aylanishini tiklashga, asablaringiz orqali hayotiy energiya oqimini osonlashtirishga va ongingizni tinchlantirishga va .fikrlaringizni tozalashga yordam beradi

Hayot favqulodda vaziyat emas; bu go'zal ilohiy ifoda va biz undan zavqlanishimiz kerak. Tabassum kuch ekanligini yodda tutaylik; agar biz undan foydalanmasak, hayotning .muhim jihatini yo'qotamiz

Insonlar his-tuyg'ular va tuyg'ularga ega ruhlardir va ularning kiyim yoki tashqi palto kabi kiyadigan tanasi bor. Ammo biz faqat tana va his-tuyg'ular darajasida yashasak, .stress va keskinlikning salbiy ta'siriga tushib qolamiz

Biz o'zimizning asosiy tabiatimiz, ya'ni ruh bilan uyg'unlikda bo'lganimizda, ruhning quvonchi qalbgga oqib keladi va sevgiga aylanadi. Ruhning tinchligi va osoyishtaligi bilan bog'liq bo'lgan bu sevgini his qilish va uning uyg'un ta'siri ostida harakat qilish va o'zaro ta'sir qilish, ziddiyatlar va qarama-qarshiliklarga to'la dunyoda tabiiy yashashning eng mos usuli hisoblanadi. Bu quvonch bilan uyg'unlik hayot .muammolarining yechimidir

Izoh: “Organizm antidepressant va stress va taranglikni kamaytiradigan boshqa moddalarni ishlab chiqaradi, ular shifokorlar tomonidan buyurilganidan kam bo'lmagan kuchli va samarali” degan bayonotga kelsak, bu tibbiy maslahat va

retseptlarsiz voz kechish tavsiyasi emas, shuning uchun
.aniqlik kiritish zarur

Magnit tenglamalar

Kuchli mavjudligi va yomon moyilligi bo'lgan odam +
mehribon, ammo irodasi zaif odam = yovuzlik magnetizmi
mehrda ustun keladi

Yomon moyillikka ega zaif irodali odam + yaxshi
moyillikka ega kuchli irodali odam = yaxshilik magnetizmi
yovuzni yengadi

Zaif ma'naviy magnitlanish + yovuz biomagnetizm =
kuchli yovuz magnitlanish

Kuchli axloqiy kuch + zaif axloqiy kuch = katta axloqiy
kuch

G'azablangan va zo'ravon odam + muloyim va mehribon
odam = g'azabning jozibasi muloyimlikdan ustun keladi

Kuchli, muvozanatli va xotirjam temperament + ba'zan
norozilikka moyil bo'lgan temperament = xotirjamlikning
jozibasi ustunlik qiladi

Surunkali chuqur ildiz otgan muvaffaqiyatsizlik +
kamroq chuqur ildiz otgan muvaffaqiyatsizlik = kuchli
muvaffaqiyatsizlik magnitlanishi

Kuchli ijobiy muvaffaqiyat + kamroq ijobiy muvaffaqiyat
= kuchaytirilgan muvaffaqiyat

Kuchli muvaffaqiyatsizlik tebranishi + kuchli
muvaffaqiyat tebranishi = muhit va sharoitlarga qarab kuchli
muvaffaqiyatsizlik magnitlanishi yoki kuchli muvaffaqiyat
magnitlanishi

Kuchli, sog'lom aql + to'liq johillik = yoki ayyorlik va
mahorat, yoki johillik va ahmoqlik

Ajoyib ma'naviy kuch + ajoyib amaliy kuch = Ma'naviy
magnetizm - chinakam ajoyib amaliy kuch

Agar odamlar atrofdagi efirdagi ko'plab sayyoraviy
mavjudotlarni ko'ra olsalar, ehtimol ba'zilar o'zlarining vafot
etgan yaqinlarini topishga harakat qilishar edi. Xudo mening
ruhiy ko'zlarimni ochdi va men yer olamini tark etgan ko'plab
ruhlarni ko'rmoqdaman. Ma'naviy ko'zga (peshonaning
markaziga) chuqur e'tibor qaratish orqali inson ichki ko'rish
qobiliyati bilan efir tekisligiga ko'tarilgan barcha yaxshi
ruhlar yashaydigan nurli dunyoni ko'rishi mumkin. Rahmdil
.Zotning huzuriga

Odamlarda yurak simsiz qabul qilgich, ruhiy ko'z esa
uzatuvchi vazifasini bajaradi. Agar siz vafot etgan
yaqinlaringizni ko'ra olmasangiz ham, his-tuyg'ularingizni
xotirjamlik bilan qalbgaga qaratsangiz, endi osmon tanalarida
yashayotgan, Xudoning tinchligi va xavfsizligidan
bahramand bo'lib, tananing cheklovlaridan ozod
bo'lishlaridan xursand bo'lgan azizlaringizning borligini his
qilishingiz mumkin, shunda siz ularning tinchligida taskin
.topasiz va qalbingiz ular haqida xotirjam bo'ladi

Xudoning ismini tilga olganimda, butun vujudim oliy
quvonchga to'ladi. Lekin bu holat menga faqat katta kuch
sarflagandan keyin keldi. Avvaliga men sog'inchga moyil
emas edim, chunki o'shanda ongim chalg'igan edi. Lekin
endi, fikrlarim va ongimni ruhiy markazga - qoshlar orasidagi
bo'shliqqa qaratganim zahoti, barcha fikrlar yo'qoladi, nafas
olish o'z-o'zidan to'xtaydi, yurak urishdan to'xtaydi, ongning
notinchligi pasayadi va ruhga mavjudlik holatlari tushadi,
shunda men ruhiy ekstazni boshdan kechiraman va ilohiy
.saodatga to'laman

Oltin so'zlar

Baxt mening huquqim, merosim va yashirin ilohiy
xazinamdir. Meni o'zimda shohlarning orzularidan ustun
.bo'lgan xazinalarni topishga yo'naltir

* * *

Hayot - bu muntazam ritmga ega aqlli harakat. U o'zini
jonsiz narsalarda shakllantiradi yoki tirik va harakatlanuvchi
shaklga kiradi. Hayot hamma narsani qamrab oladi va
.hamma narsaga singib ketadi

* * *

Ey eng buyuk sevgilim, Sen hayotsan, Sen mening
.maqsadim va intilishimsan

* * *

Menga samoviy bog'ingda gullab-yashnayotgan atirgul
yoki yorqin sevgi marjoningda yaltiroq munchoq yasa, yoki
.menga eng katta sharafni ber: yuragingdagi eng kichik joyni

* * *

Yaxshilik qilishdagi harakatlarimni boshqalar
qadrlaydigan joyda men eng katta xizmatni ko'rsata olaman

* * *

Keling, shirin xotiralar va nafis fikrlarning ipak iplari
bilan orzularning oltin gilamini to'qaylik

* * *

Sevgi ongni sayqallash va xarakterdagi qo'pollikni
.ketkazadigan zimpara qog'oziga o'xshaydi

* * *

Pandemiyalar, falokatlar va tabiatdagi vayronagarchilik,
halokat va keng tarqalgan zarar keltiradigan zo'ravon
o'zgarishlar "ilohiy farmon" emas. Bu ofatlar inson fikrlari va
harakatlaridan kelib chiqadi. Dunyoning yaxshilik va
yomonlikning nozik muvozanati insonning yomon niyatlari va
noto'g'ri harakatlari natijasida yuzaga keladigan zararli
to'lqinlar va tebranishlarning to'planishi bilan qayerda
bo'lmasin, betartiblik hukmronlik qiladi va keng tarqalgan
.vayronagarchilik yuzaga keladi

* * *

Men har bir xalqning eng yaxshisini olaman va barcha
millatlarning kamchiliklariga e'tibor qaratmasdan, ularning
.yaxshi fazilatlarini qadrlayman

* * *

Kundalik ovqatimizning ozuqaviy qiymatiga g'amxo'rlik
qilganimiz kabi, har kuni ongimizga beradigan psixologik
.ozuqalarga ham e'tibor berishimiz kerak

* * *

Yaxshi so'zlar ko'plab kasalliklar uchun ajoyib davo
bo'lib, kuchli, deyarli sehrli, magnit kuchga ega bo'lib,
so'zlovchiga mo'l-ko'l baraka va farovonlik keltiradi.
Yumshatuvchi, muloyim so'zlarni ishlatadiganlar ular orqali
uzluksiz oqayotgan nozik oqimni his qilishadi va ular chuqur
xotirjamlik hissi bilan to'ladilar. Buning sababi, bu oqim
o'zining yuqori manbai bilan bog'liq, doimiy oqim bo'lib, u
shu manba bilan uyg'unlikda qalblarga yetib boradi va ularga
.tinchlikni orzu qilganlarga baxtni etkazish imkonini beradi

* * *

Qanchadan-qancha mehrli so'zlar ko'plab qayg'ularni
yo'q qildi va qanchadan-qancha dono ovozlari qorong'u
!yo'llarni quvonch va xotirjamlik chiroqlari bilan yoritib berdi

* * *

Biz boshdan kechirgan har bir tajriba orqali o'sib
boramiz, agar ulardan qimmatli saboqlar olishimiz
mumkinligini anglasak. Chunki biz boshdan kechirgan har bir
.og'riq va azob-uqubatlarning ma'nosi va maqsadi bor

* * *

Tajribalarning qattiqqo'lligiga qaramay, ular temir
rudasini eritib, uni chiroyli, bardoshli va ko'p qirrali po'latga
.aylantiradigan olovga o'xshaydi

* * *

Hayotimdagi barcha ajoyib yutuqlar Xudo bilan
uyg'unlikdagi ong kuchi orqali erishildi. Ilohiy generator
ishlayotganida, men xohlagan hamma narsa istisnosiz
amalga oshadi, avval ko'rinmas, efirdagi dizayn sifatida

shakllanadi, keyin esa haqiqatda qarshilik ko'rsatmaydigan
.kuch bilan namoyon bo'ladi

* * *

Aql Xudoga intiq qalbning tubidan samimiy, g'ayratli
pichirlaganda, ruhning chaqirig'i koinot qalbiga ta'sir qiladi
va javob keladi, bu esa ulkan quvonch keltiradi. Bu
intellektual pichirlash irodani kerakli maqsadga erishish
.uchun zarur bo'lgan kuchga ega bo'lguncha rivojlantiradi

* * *

Insonning ongi va irodasi Xudo bilan uyg'un bo'lganda,
ular cheksiz kuchga ega bo'ladilar, shuning uchun biror narsa
haqida o'ylashning o'zi unga erishish uchun yetarli, chunki
ilohiy qonun oliy iroda bilan uyg'un bo'lganlar foydasiga
.ishlaydi

* * *

Inson Xudo unga bergan barcha intellektual
qobiliyatlarini o'tkinchi narsalarga sarflamasligi kerak, aks
holda ular materializm labirintida o'zlarini yo'qotib qo'yishadi
va o'zlari uchun keraksiz cheklovlar va cheklovlarni
yaratadilar. Buning o'rniga, ular o'zlarining intellektual
kuchlaridan hayot ehtiyojlarini qondirish uchun
foydalanishlari va to'g'ri va noto'g'rini, zararli va foydali
narsalarni farqlash uchun axloqiy qobiliyatlarini
.rivojlantirishga intilishlari kerak

* * *

Haqiqat fikrlar va nazariyalardan tashqarida va bu
yondashuvni qo'llaydiganlarning ko'pchiligi o'zlarining
.sub'ektiv xulosalariga bog'lanib qoladilar

* * *

Ey Rabbim, xotirjamlik darvozalarini och va ruhiy
fikrlarim ma'badi maskanini yovuz pichirlashlar hujumlaridan
saqla. Sening kelishing tongini kutar ekanman,
.sog'inchlarimning atirgullari qalbim bog'ida gullasin

* * *

Nazariy bilim ilohiy bilimga ega bo'la olmaydi va
qimmatli vaqtingizni haqiqatda qo'llay olmaydigan
nazariyalarga sarflamaslik tavsiya etiladi, aks holda inson
o'zini zich intellektual o'rmonlar orasida topadi va
.nazariyalar doirasidan chiqa olmaydi

* * *

Baxt - bu hayotning o'zgaruvchan sharoitlari ustidan
.ruhiy g'alabaning samarasidir

* * *

Xudo tanigan odam dunyoga noma'lum bo'lishi mumkin

* * *

Agar inson o'zini nazariy bilimlar bilan dasturlashtirsa
[haqiqiy sinovsiz], u maqollarni takrorlaydigan va yuksak
iboralarni aks ettiradigan ko'chma yozib olish moslamasiga
o'xshaydi va boshqalar uni bilimdon olim deb hisoblashadi,
ammo bunday bilim haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri idrok etish
bilan mustahkamlanmaydi va ma'naviy yutuqlar bilan
.tenglashmaydi

* * *

Dunyoda muammolar davom etaveradi, shuning uchun
yo'l-yo'riq va yo'l-yo'riq uchun qayerga murojaat qilish
mumkin? Odatlar, xurofotlar, tarafkashliklar va fanatizm
ta'sirida bo'lgan insonning fikrlari hech qanday foyda
bermaydi va atrof-muhit, oila, mamlakat yoki dunyoning
ta'siri haqiqiy yo'l-yo'riq ko'rsatishga qodir emas. Shuning
uchun inson Xudoga murojaat qilishi va qalb tubidan
chiqayotgan xotirjam, osoyishta ovozni, haqiqat bilan uyg'un
.ovozni tinglashi kerak

* * *

Ilohiy yog'in sizdan oqib o'tishi va hayotingizni ma'naviy
ne'matlar va yaxshilik bilan to'ldirishi uchun qalblaringizni
.ilohiy yog'inga oching

* * *

Qaysi ish bilan shug'ullanishingizdan va qanday
yutuqlarga erisha olishingizdan qat'i nazar, doimo yodda

tutingki, Xudo sizga ishlash va erishish uchun zarur bo'lgan
.barcha kuchni beradigan manbadir

* * *

Ey Rabbim, Seni qashshoqlikda ham, farovonlikda ham,
kasallikda ham, sog'lig'imda ham, johillikda ham, donolikda
ham eslagin va bir zumda sog'liq va shifo beradigan
.muborak nuringni ko'rishimga ijozat bergin

* * *

Fikrlarimning yolg'izligida, muborak ovozingizni
eshitishni orzu qilaman Xotiramning burmalarida yashiringan
qo'pol, dunyoviy ovozlarni mendan haydab chiqaring Men
sizning xotirjam, ohangdor ovozingizni qalbimning
xotirjamligida abadiy tinglashni istayman

* * *

Hayot zulmatga burkangan va ba'zan biz qoqilib, oldinga
siljishdan ikkilanamiz. Hayotning qorong'u yo'llaridan
yurganda, Xudoning nuri bizga yo'l ko'rsatuvchi chiroq
bo'lishiga yo'l qo'yishimiz kerak. U johillik va zulmat tunlarida
to'lin oy, uyg'onish soatlarida nur quyoshi, yo'l-yo'riq mayoqi
va yer yuzidagi, o'tkinchi hayot dengizlarida kezib
.yuruvchilar uchun yo'l ko'rsatuvchi yulduzdir

* * *

Inson uchun unutuluvchanlik uyqusidan ruhning uyg'onishiga
.qadar ongini uyg'otish vaqti keldi

* * *

Ey Rabbimiz, biz Sendan xabardorligimizni johillik va tor,
cheklangan fikrlar tubidan tinchlik, yorug'lik, sevgi va
.umuminsoniy mehr-shafqat ufqlariga ko'tarishni so'raymiz

* * *

Oxir-oqibat hamma narsa yaxshilanadi, chunki Xudoning
kuchlari va mo''jizalari inson hayotining qarama-qarshiliklari
ortida yashiringan va kimki vaziyatning muqarrarligiga
ishonch hosil qilmasa va o'z ongi va imoni bilan parda
ortidagi narsaga kirishga harakat qilsa, u uchun eshik
.ochiladi, bu eshikni har bir iymonli qo'l taqillatadi

* * *

Imon hech qachon beparvolik yoki vaziyatlarga oqilona
munosabatda bo'lmaslik degani emas. Aksincha, nima
bo'lishidan qat'i nazar, inson o'zini faqat Xudo qiyin va
stressli vaziyatlarda, agar u butun qalbi, joni va his-tuyg'ulari
bilan Unga murojaat qilsa, uni qo'llab-quvvatlashga qodir
.ekanligiga ishontirishi kerak

* * *

Agar sezgi organlarimiz bizga butun haqiqatni
yetkazganda edi, biz Yerni elektronlar daryosi sifatida ko'rar
edik va har bir chang zarrasini yorug'lik massasi sifatida
.ko'rar edik

* * *

Materiyadan ruhgacha bo'lgan tushunchalari bilan kirib
boradiganlar illyuziyaning mohiyatini tushunadilar va
.haqiqatning mohiyatini biladilar

* * *

Inson Afrika o'rmonlarida bo'ladimi, jang maydonida
bo'ladimi, kasallikdan yoki qashshoqlikdan aziyat chekadimi,
u o'zini Xudoning qo'li xavfdan kuchliroq va Undan panoh
izlaganlarni himoya qilishga qodir ekanligiga ishontirishi
.kerak

O'zini himoya qilishning bundan samaraliroq usuli yo'q.
Albatta, voqealar bilan ishlashda mantiqdan foydalanish va
.shu bilan birga ilohiy yordamga to'liq ishonish kerak

* * *

Barcha mavjudotlarning qalbida yashaydigan sevgi —
barcha onalar, otalar, do'stlar va yaqinlarning sevgisi —
.ilohiy sevgidan kelib chiqadi

* * *

Katta va kichik vazifalar o'rtasida farq bo'lishi kerak,
shunchaki muhimlaridan ko'ra eng muhimini
ustuvorlashtirish kerak. Bundan tashqari, hech bir vazifa

boshqasiga zid kelmasligi kerak. Muqaddas Yozuvlarda
aytilishicha, bir vazifa boshqasi bilan ziddiyatga kirsam, bu
.uning haqiqiy burch emasligidan dalolat beradi

* * *

Quyoshning hayotiy nurlari tarqalib borar ekan, men
kambag'allar va tashlab ketilganlarning [jamiyat tashlab
ketganlarning] qalbiga umid nurlarini sochaman va o'zlarini
muvaffaqiyatsiz deb o'ylaydiganlarning qalbiga yangi
.qat'iyat bag'ishlayman

* * *

Ustoz Paramahansa shogirdlaridan biriga shunday
degan edi: "Hech kimni sevgi doirangizdan chetlashtirmang,
hammani qalbingizda saqlang, shunda ular sizni o'z
."qalblarida saqlaydilar

* * *

Rabbim, menga har doim foydali va xayrli ishlarni
bajarish uchun irodamdan foydalanishimga yordam ber
Barcha fikrlarim maqsadlaringizga javob berishi va
irodang bilan uyg'un bo'lishi uchun menga irodangga
moslashishga yordam ber
U menga barcha qiyinchiliklar va sinovlarni yengib
o'tishim uchun ichimdagi yashirin, muborak kuchni
uyg'otishga yordam berdi

* * *

Sherlarning kuchini kaptarlarning muloyimligi bilan
birlashtirgan jasur va kamtar ruhiy shaxsga uyg'oning

* * *

Meni achchiq, yolg'on tanqid ham, dabdabali maqtov va
xushomad ham bezovta qilmaydi. Mening yagona istagim -
Sening irodangni bajarish, ey Rabbim, va Sening
.marhamatingga sazovor bo'lish

* * *

Ilohiy huzurni his qilganingizda sizni to'ldiradigan ulkan
quvonchni tasavvur ham qila olmaysiz. Shunda qalbingiz
Xudoning cheksiz sevgisidan mast bo'ladi. Bu har qanday

insoniy sevgidan millionlab marta ustun bo'lgan sevgi -
barcha istaklaringizni ro'yobga chiqaradigan va qalbingizni
.quvonch va mamnuniyat bilan to'ldiradigan sevgi

* * *

Ichki diqqatni jamlash orqali siz o'zingizda va
atrofingizda ma'naviy baxtni bevosita his qilishingiz mumkin.
Agar siz ushbu ongni rivojlantirsangiz, shaxsiyatingiz uyg'un
ravishda o'sadi va odamlar va boshqa mavjudotlar uchun
.jozibali jozibaga ega bo'lasiz

* * *

Ey Buyuk Himoyachim, taqdirim tufayli hamma narsani
yo'qotsam ham, baribir, bu mening o'zim yaratgan narsa,
lekin Sendan, yagona panohimdan, senga bo'lgan sevgim
shamini beparvolik va unutish shamollaridan himoya
.qilishingni so'rayman

* * *

Keling, ijobiy fikrlash va optimistik qarashga bo'lgan
qat'iy qarorimiz bilan mustahkamlangan, qulay sharoitlar
buloqlaridan oqib chiqayotgan sof, tetiklantiruvchi tinchlik
.suvlaridan to'yguncha ichaylik

* * *

Vijdon - bu insonning asl tabiati va niyatlarini ochib
beradigan intuitiv tuyg'u. Vijdoningiz toza bo'lsa va to'g'ri ish
qilayotganingizni bilsangiz, qo'rqishga hech narsa yo'q.
Vijdoningiz toza bo'lsa, Xudodan kelgan yaxshi xulq-
atvorning dalilidir. Vijdon sudida oqlanish baxtga erishish va
.Xudoning marhamatlarini olish demakdir

* * *

Ko'pchilik qilmaydigan jasur va yoqimli ishlarni qilishga
harakat qiling va boshqalar e'tiborsiz qoldiradiganlarga sevgi
va tinchlik bering

* * *

:Ustoz Paramahansa shogirdlaridan biriga shunday dedi
Agar siz ongni rivojlantirishga vaqt sarflamasangiz,"
hech qanday moddiy farovonlik sizni qoniqtirmaydi. Bu

o'stirish qiynoq emas, balki baxtga olib boradigan fikrlar va
".harakatlarni oziqlantirish uchun ongni mashq qilishdir

Baxtingiz - bu sizning muvaffaqiyatingiz, shuning uchun
uni hech kim sizdan o'g'irlashiga yo'l qo'ymang. Sizni
bezovta qilishga urinayotganlardan o'zingizni himoya qiling.
Bolaligimda, ba'zi odamlar men haqimda yolg'on mish-
mishlar tarqatganda, sabrim tugab qolardi. Keyinchalik,
xotirjamligim odamlarning roziligi yoki hayratidan muhimroq
.ekanligini angladim

* * *

Qani endi siz ba'zi dindorlar Xudo bilan boshdan
kechiradigan ilohiy sevgi haqidagi hikoyani bilsangiz edi!
Hayotdagi boshqa hech bir tajriba bu quvonchga teng kela
olmaydi. Men doimo Xudoning sevgisiga berilib ketgan va
yuzidan muqaddas sevgi nuri sochilib turgan bir avliyoni
bilardim. Xudoning nigohi doimo Uni sevuvchilarda va U
.ularni bir lahza ham tark etmaydi

* * *

Aqliy va ma'naviy kuchlarini rivojlantirishga
.qiziqadiganlar kam

* * *

O'zingizni kechiktirish tubiga cho'ktirishga yo'l
qo'ymang. Zerikarli oddiy haqiqat uyqusidan turing va yutuq,
quvonch va tinchlik hukm suradigan nafis hayot ufqlariga
.yo'l oling

* * *

Sizning ichingizda investitsiya qilishni kutayotgan ulkan
salohiyat yotadi va siz uni faollashtirish va undan foyda olish
.imkoniyatiga ega bo'lgan yagona odamsiz

* * *

Yomon odatlar va nosog'lom ehtiroslar diktaturasidan
ozod bo'lish moddiy muvaffaqiyatdan ko'ra ko'proq baxt
.keltiradi

Adabiy muvaffaqiyat tashqi sharoitlar sizdan tortib
ololmaydigan psixologik baxt keltiradi

* * *

Siz butun vaqtingizni pul yig'ishga sarflashingiz mumkin,
ammo bu pul sizga izlayotgan uzoq muddatli tinchlik va
xavfsizlikni bermaydi. Aksincha, bu sizga ko'proq baxtsizlik
keltiradi, chunki baxt va xotirjamlik narsalarning o'zida
.emas, balki ongda yashaydi

* * *

Zaiflik ongingizga singib ketishiga yo'l qo'ymang va
salbiy fikrlarga va pessimistik qarashlarga ega odamlar bilan
muloqotda ehtiyot bo'ling, aks holda ularning zaif fikrlari
ongingizga singib ketmaydi, agar ongingiz boshqalarning
fikrlari uni zaiflashtira olmaydigan darajada kuchli bo'lmasa,
aksincha, u boshqalarning fikrlarini kuchaytirishga va o'ziga
.bo'lgan ishonchini oshirishga qodir bo'lmasa

* * *

Xudo birinchi o'rinda turadi va biz kunimizni U haqida
o'ylamasdan boshlamasligimiz yoki tugatmasligimiz kerak.
Biz Xudodan oladigan kuch va quvvatsiz hech bir vazifamizni
bajara olmasligimizni yodda tutishimiz kerak. Bu bizning
.Unga bo'lgan eng katta burchimizdir

* * *

Urf-odatlar va an'analarni baholash va hukm qilishning
bir yo'li bor Dastlab, har bir an'ananing asosi bor edi. Agar
biz asos hali ham haqiqat ekanligini aniqlasak, unda
an'ananing ma'nosi va foydasi bor. Biroq, an'analarga ko'r-
ko'rona ergashish oqilona emas. Biz nima to'g'ri ekanligini
bilib, unga amal qilishimiz, bizga nima baxt keltirishi
.mumkinligini ajratib olishimiz va keyin uni qo'llashimiz kerak

* * *

Baxt yoki muvaffaqiyatsizlikka uchragan juda ko'p
odamlarni ko'rsangiz, bu ularning taqdiri deb o'ylamang. Siz
o'zingizni xohlagan narsangizga aylantirishingiz mumkin.

Sizning ichki muvaffaqiyatingiz sizni chinakam
.muvaffaqiyatga olib keladi

* * *

Agar ichingizda hech narsa bo'lmasa, baxtli bo'lmaysiz.

Lekin agar atrofingizda hech narsa bo'lmasa va ichingizda
baxtli bo'lsangiz, shubhasiz muvaffaqiyatlisiz. Shunday qilib,
.odamlarni tashqi sharoitlariga qarab baholab bo'lmaydi

* * *

Keng olomon orasida ruhiy yuksalish darajasiga yetgan
va ichki xotirjamlik va oliy ma'naviy baxtdan bahramand
.bo'lgan odam bo'lishi mumkin

* * *

Menga kerak bo'lgan hamma narsa menga kelishini aniq
bilaman va shuning uchun kelajakda nima bo'lishi haqida
qayg'urmayman. Bu maqtanish yoki da'vo emas, chunki men
hayotimda bu muborak kuchning ishini va samaradorligini
.ko'p marta boshdan kechirganman

* * *

Hayot yuzasida suzib yursam ham, dengiz tubida cho'kib
ketsam ham, men Xudo bilan birga ekanligimni va U men
bilan ekanligini va hech narsa menga zarar yetkaza
olmasligini bilaman. Bu bilim menga ta'riflab bo'lmaydigan
.va chuqur baxt bag'ishladi

* * *

Yangi narsa sotib olish yoqimli tajriba ekanligiga shubha
yo'q. Ammo bir muncha vaqt o'tgach, bu quvonchli tuyg'u
asta-sekin yo'qoladi va siz hatto unga bo'lgan qiziqishni
butunlay yo'qotishingiz, uni unutib, boshqa narsani
xohlashingiz mumkin. Biroq, bu buyum uchun to'lov
unutilmaydi, ayniqsa uni to'lov asosida sotib olgan
!bo'lsangiz

* * *

Inson o'z hayotini nazorat qilishi va uni iloji boricha
soddalashtirishi kerak. Ular zaruriy va favqulodda vaziyatlar
uchun pul yig'ishlari, hashamatli narsalarga sarflashdan
ko'ra tejashga ustuvor ahamiyat berishlari va boshqalarga
qo'llaridan kelganicha yordam berishlari kerak. Boshqalarga
yordam berganingizda, yordam sizga u yoki bu tarzda keladi
va siz hech narsadan mahrum bo'lmaysiz va hech narsadan
.mahrum bo'lmaysiz

* * *

Ey Rabbim, barcha qalblarning quvonchida men Sening
ne'mating aks-sadosini eshitaman va barcha sodiqlarning
do'stligida Sening sevgingni his qilaman. Men quvonaman va
do'stlarimning muvaffaqiyati va farovonligidan yuragim
quvonadi, xuddi men o'z farovonligim va xotirjamligimdan
xursand bo'lganim kabi. Boshqalarga donolik ilhomlantirar
ekanman, o'z donoligim xazinalarini ko'paytiraman va
.barchaning baxtida o'zimning donoligimni topaman

* * *

Baxtning eng katta dushmani - hashamatli buyumlar
sotib olish uchun qarz olish. Odamlar biron bir aniq narsaga
ega bo'lmaguncha baxtli bo'la olmasliklariga noto'g'ri
ishonishadi. Lekin o'sha narsaga ega bo'lgandan keyin ham,
u keltiradigan vaqtinchalik quvonchga qaramay, ular haqiqiy
baxtni his qila olmaydilar. Faqatgina sindirib tashlashni va'da
qilgan dunyoviy baxt sarobining orqasidan quvishning nima
keragi bor? Odamlar doimiy e'tibor talab qiladigan ko'plab
.narsalarga muhtoj bo'lmasdan, sodda yashashlari kerak

* * *

Jannati mening ichimda. Xudoning ne'matlaridan
bahramand bo'lar ekanman, Unga shukur qilaman va ichki
quvonchim oshadi. Bu ichki mamnuniyatsiz, hatto dunyoviy
zavq va quvonchlar ham do'zaxga aylanadi. Men shuni
angladimki, bu ichki quvonchsiz menga yuklangan mas'uliyat
yuki meni tinchligimdan mahrum qilib, baxtimdan mahrum
.qilgan bo'lar edi

* * *

Agar boylik kasallik va muammolar bilan birlashsa,
oqibatlari juda ko'p bo'ladi. Gigiena va sog'liqni saqlash
G'arbning kuchli tomonlaridan biridir. Rivojlangan
mamlakatlarda zararli hasharotlar va halokatli mikroblar
samarali nazorat qilinadi, boshqa mamlakatlarda esa ular
ko'p. Ammo bu zararkunandalarni yo'q qilish yutuqning
cho'qqisi emas, chunki rivojlangan mamlakatlarda boshqa
turdagi muammolar, masalan, to'lash qiyin bo'lgan to'lovlar
va to'lovlarni amalga oshirish tizimlari tufayli bo'g'uvchi
moliyaviy inqirozlar mavjud - bu uyquni buzadigan va
.xotirjamlikni buzadigan muammolar

* * *

Biz bu buyuk olam paydo bo'lgan ongning ajralmas
qismimiz

* * *

Siz hech qachon qo'y podasini ko'rganmisiz? Agar
ulardan biri sakrasa, qolganlari ikkilanmasdan unga taqlid
qilishadi. Ko'pchilik odamlar shunday. Kimdir g'oya o'ylab
topishi yoki yangi tendentsiyani joriy qilishi mumkin,
boshqalari esa darhol unga qo'shilib, uni taqlid qilishadi. Bu
naqsh avlodlar davomida saqlanib qolgan. Har bir xalqning
o'z urf-odatlarini va an'analari bor va biz ularning barchasi
to'g'ri yoki asosli deb da'vo qila olmaymiz. Lekin kim biladi?
Balki bu urf-odat va an'analarning ba'zilari ma'nosiz va
.befoydadir

* * *

Fikrlarning notinch bo'roni pasayganda, biz tinchlik
.shohligiga kiramiz va ilohiy huzurga tegamiz

* * *

Xudoni yoki tinchlikka ilhomlantiruvchi go'zal manzarani
yoki quvonchli va yoqimli tajribani tasavvur qiling. Ijobiy,
.xotirjam aqliy faoliyat tetiklantiruvchi va tetiklantiruvchidir

* * *

Biz tartibsiz va notinch dunyoda yashayapmiz. Siz pul
baxt degani deb o'ylashingiz mumkin, lekin uni qo'lga
kiritganingizda ham, baribir baxtsiz ekanligingizni anglaysiz.
Siz boylik orttirishingiz va — Xudo saqlasin — sog'lig'ingizni
yo'qotishingiz mumkin. Yoki sog'lig'ingiz yaxshi bo'lib,
pulingizni yo'qotishingiz mumkin. Yoki siz ham boylik, ham
sog'liqqa ega bo'lishingiz mumkin, lekin boshqalar bilan
ko'plab muammolarga duch kelishingiz, mehr-oqibat
ko'rsatishingiz va buning evaziga g'azab va nafrat bilan
javob berishingiz mumkin. Xudosiz bu hayotda hech narsa
.sizni chinakamiga qoniqtira olmaydi

* * *

Yer ilohiy rejadan bexabar yashovchilar uchun qiynoq
kamerasiga aylanadi. Ammo hayot tajribalarini o'zingizning
ustozingiz sifatida ko'rsangiz va ulardan bu dunyoning asl
mohiyatini va kosmik dramadagi sizga yuklatilgan rolni
o'rgansangiz, bu tajribalar abadiy mamnuniyat va baxtga
.erishish yo'lida qimmatli yoritgichlarga aylanadi

* * *

U yerda, qorong'ulik, jimjitlik va yaratilmagan yo'qlik
ortida, mavjudlikning kelib chiqishi va barcha kuchlar va
mavjudotlarning, ko'rinadigan va ko'rinmas manbai bo'lgan
.abadiy mohiyat yotadi

* * *

Xudo bu yerni bizni shunchaki ovqatlanish, uxlash va
o'lish uchun yaratmagan, balki biz Uning irodasini bilishimiz
va mavjudligimizning maqsadini tushunishimiz uchun
yaratgan. Bir nechta dono odamlar kosmik rejaning
ma'nosini tushunishgan, ammo ko'pchilik odamlar ko'r va bu
.maqsaddan bexabar

* * *

Pul hech qachon hayotimdagi maqsadim bo'lmagan;
maqsadim insoniyatdagi birodar-uka va opa-singillarimga
xizmat qilish edi. Shuning uchun Xudo menga o'zimni

ta'minlash va vazifamni bajarish uchun ko'plab imkoniyatlar
.eshiklarini ochdi

* * *

Xudo bu koinotni qat'iy va o'zgarmas qonunga muvofiq
ishlash uchun yaratgan. Agar biz ushbu universal
qonunlarning birortasini buzsak, o'zimizni jazolaymiz. Baland
binoning tomidan sakragan odam suyaklarini sindirib
tashlaydi. Shuning uchun biz tortishish qonunini e'tiborsiz
.qoldirib, oqibatlarini boshdan kechira olmaymiz

* * *

Dunyo tsivilizatsiyalariga chuqur nazar tashlasak va
qadimgi tsivilizatsiyalarning yashirin sirlarini o'rgansak,
o'zaro bog'liq chiziqlar, xilma-xil boblar va aniq tafsilotlar
bilan keng manzara paydo bo'ladi va biz insonning bir
vaqtning o'zida ham individual, ham ijtimoiy tabiatga ega
.ekanligini aniqlaymiz

* * *

Agar Xudo bizning faqat moddiy ongda yashashimizni
istasa, biz moddiy narsalardan to'liq qoniqamiz va dunyoviy
.hayotdan mamnun bo'lamiz

* * *

Orzulardan tashqari poklik, tinchlik va baxt nurlari
bizning asosiy tubimizda miltillaydi va raqsga tushadi

* * *

Bu yer yuzidagi sayohatimiz davomida hayotimiz
osmonida paydo bo'ladigan har bir tajriba bilan biz ongimizni
kengaytirishni va bizni o'rab turgan yoki boshdan
kechirayotgan vaziyatlarni yaxshiroq tushunishni
o'rganishimiz kerak, shunda biz odamlar va hayot bilan
.yanada uyg'un va xavfsizroq munosabatda bo'la olamiz

* * *

Ko'p odamlar boshqalarga taqlid qilishadi. Inson o'ziga
xos va ijodiy bo'lishi va qilayotgan barcha ishlarini mohirona
.bajarishi kerak

Sharqda asosiy e'tibor ma'naviy baxtni rivojlantirishga qaratilgan bo'lsa, hayotning moddiy jihatlari ko'pincha e'tibordan chetda qolgan. G'arbda ba'zi moddiy qulayliklar mavjud, ammo psixologik baxt juda kam. Kerak bo'lgan narsa bu ikkalasi o'rtasida muvozanatdir, chunki hayotning faqat bitta jihatiga e'tibor qaratish nomutanosiblikka va .hayot talablariga oqilona yondasha olmaslikka olib keladi

* * *

Ilohiy baxtdan keyingi eng katta baxt - inson uchun yilning har kuni birga yashashi kerak bo'lgan yaqin .qarindoshlari bilan tinch-totuv yashashdir

* * *

Odamlar ko'p vaqtlarini shoshilib va impulsiv harakatlarga sarflaydilar, ammo ko'p narsaga erisha olmaydilar. Hayot nimani taklif qilayotganini tushunish va mulohaza yuritish .uchun deyarli to'xtamaydilar

* * *

Biz tinchlik bog'larida ajoyib ma'naviy fazilatlarning son-sanoqsiz gullari bilan gullab-yashnaydigan va porlaydigan donolikning ichki inshootlarini qurish uchun ishlashimiz .kerak

* * *

Ichki uyg'unlik kuchning boy manbaidir va qayta tiklanadigan energiya ishlab chiqaradi

* * *

Hayotga nazar tashlasak, muvaffaqiyatga erishish oson emasligini ko'ramiz. Hayot ko'pincha qattiq va shafqatsiz bo'ladi va biz tirikchilik qilish uchun kurashishimiz kerak. Tanangizni saqlash va uni sog'lom va kasallikdan xoli saqlash uchun zarur bo'lgan kuch haqida o'ylang! Agar bunga erishsangiz ham, bu muvaffaqiyat vaqtinchalik. Tana — uzoq umr ko'ring — oxir-oqibat dam olishga qo'yiladi. Kerakli muvaffaqiyatga erishish uchun ichki va tashqi ko'plab

kuchlarga qarshi kurashish zarurati tug'iladi. Bu kuchlar sizni
har qanday chinakam muhim yutuqlardan mahrum qilish
.uchun tinimsiz ishlaydi

* * *

Har qanday vaziyatda xotirjamlikni saqlashga harakat
qiling va tinchligingiz urug'i quvonch va mamnuniyat
.tabassumi bilan gullab-yashnasin

* * *

Hatto eng buyuk avliyolar ham o'zlarining
muvaffaqiyatlarini, ya'ni ma'naviy tajribalari va oliy
bilimlarini boshqalar bilan baham ko'rmaguncha, ularga
muqaddas bilimlarga erishishda yordam bermaguncha to'liq
.najotga erisha olmaydilar

* * *

Shu sababli, ushbu bosqichlarga erishgan va ushbu
holatlarga erishganlar, agar siz chinakam muvaffaqiyatga
erishmoqchi bo'lsangiz, nafaqat o'zingizning shaxsiy
.baxtingizni, balki boshqalarning baxtini ham ta'minlaysiz

* * *

Aqlga ega bo'lgan har bir kishi pul topishi mumkin. Lekin
agar ularning qalbida sevgi bo'lsa, ular bu pulni hech qachon
xudbinlik maqsadlarida ishlatmaydilar; aksincha, ular uni
boshqalar bilan baham ko'rishadi. Pul xudbin va baxil
odamlar qo'lida la'nat va baxtsizlik, mehribon qalb va
.saxovatli odamlar qo'lida esa ne'mat va sovg'adir

* * *

Kimdir uzoq vaqt jim turishni tanlashi mumkin, bu vaqt
ichida oila a'zolari bilan gaplashishdan bosh tortishi mumkin.
Bu odam natijada ichki xotirjamlikka erishishi mumkin bo'lsa-
da, uning xatti-harakati xudbinlik va oilasining baxtiga zarar
keltiradi. Agar ularning yaqinlari ham ularning yutuqlaridan
foyda ko'rmasa, ularni chinakam muvaffaqiyatli deb
.hisoblash mumkin emas

* * *

Xuddi shunday, moddiy muvaffaqiyatga erishish nafaqat
bizning farovonlikdan mustaqil ravishda bahramand bo'lish
huquqimiz, balki boshqalarga nisbatan ularning moddiy
sharoitlari va yashash sharoitlarini yaxshilashga yordam
.berish borasidagi axloqiy mas'uliyatimizdir

* * *

Men toza vijdonim devorlari ortida himoyalanganman,
qorong'u o'tmishni yoqib yubordim va faqat bugun bilan
.qiziqaman

* * *

Bugun men eng buyuk yaxshilik nuri bilan bir
ekanligimni va qayg'u dengizi to'lqinlariga qarshi
.kurashayotganlar uchun mayoq ekanligimni anglayapman

* * *

Odamlar hayotdagi ambitsiyalariga qarab muvaffaqiyat
haqida turli xil qarashlar va nazariyalarga ega. Ba'zi odamlar
muvaffaqiyatni o'g'irlik bilan tenglashtirib, "U muvaffaqiyatli
o'g'ri edi!" kabi gaplarni aytishlari odatiy hol. Bu barcha
shakl va navlardagi muvaffaqiyat orzu qilingan va intiladigan
narsa ekanligini ta'kidlaydi. Biroq, bizning muvaffaqiyatimiz
.boshqalarga zarar yetkazmasligi kerak

* * *

Muvaffaqiyatning yana bir mezoni bor: o'zimiz uchun
uyg'un va foydali natijalarga erisha olsak,
muvaffaqiyatimizga boshqalarni ham qo'shishimiz va uning
.samarasini ular bilan baham ko'rishimiz kerak

* * *

Muvaffaqiyat insonning o'z muhitidan qoniqishi va
qoniqishini anglatadi. Haqiqiy muvaffaqiyat adolat
tamoyillariga asoslangan harakatlarning natijasidir va u
boshqalarning baxti va farovonligini o'z baxtining ajralmas
qismi sifatida qamrab oladi. Agar biz ushbu tamoyilni
moddiy, intellektual, axloqiy va ma'naviy hayotimizga
qo'llasak, muvaffaqiyatning to'liq va keng qamrovli ta'rifiga
.ega bo'lamiz

* * *

Bu cheklangan dunyoda biz uzunlik, kenglik va zichlikni idrok etamiz, ammo o'lchamlar mavjud bo'lmagan yana bir daraja mavjud; hamma narsa aniq va shaffof - hamma narsa ong va idrokdir. Ta'm hissi idrokdir, hid hissi ham xuddi shunday. Bizning his-tuyg'ularimiz, fikrlarimiz va tanamiz ong holatidir. Xuddi tushlarda ko'rish, eshitish, hidlash, ta'm bilish va teginishimiz kabi, yuqori darajada ham biz bu .hislarning barchasini sof ong orqali boshdan kechiramiz

* * *

Ey Rabbim, bizni O'zingning yaqinligingni his qilish orqali baxtli qilgin, bizni istaklar kishanlaridan ozod qilgin va bizga hayot tajribalari va uning o'zgaruvchan voqealari ta'sir .qilmaydigan ichki quvonchni ato et

* * *

Ongimiz yuqori idrok bilan uyg'unlashganda, ichimizda ma'naviy ong uyg'onadi va biz ilohiy donolik va sevgining .ajoyib mo''jizalarini boshdan kechiramiz

* * *

Agar biz Xudoni to'liq sevsak va Unga butun fikrlarimiz va qalbimiz bilan murojaat qilsak, biz Unga yaqin bo'lamiz va U hayotdagi eng buyuk xavfsizlik boshpanasi ekanligini bilib .olamiz

* * *

Bo'sh va bo'm-bo'shdek tuyulgan makonda bizni koinotdagi barcha tirik va jonsiz mavjudotlar bilan birlashtiradigan kosmik aloqa va abadiy hayot mavjud bo'lib, ulkan hayot to'lqini mavjudotdagi hamma narsadan oqib .o'tadi

* * *

Abadiylik bizning haqiqiy uyimiz va doimiy maskanimizdir va bu tanalardagi mavjudligimiz vaqtinchalik mavjudlikdir, xuddi cho'l bo'ylab sayohat qilayotgan karvon .uchun qisqa dam olish kabi

* * *

Biz o'zimizni ruhning ijodiy kuchlari bilan
uyg'unlashtirganimizda, bizni yo'naltirishga va
muammolarimizni hal qilishga qodir bo'lgan universal va
cheksiz ong bilan bog'lanamiz. Ijodiy kuch bizga
borlig'imizning eng buyuk manbaidan uzluksiz ravishda oqib
keladi va bu bizga faoliyatimizning har qanday sohasida
.ijodiy muvaffaqiyatga erishish imkonini beradi

* * *

Sevgi ishonch, bag'rikenglik va o'zaro hurmat muhitida
o'sadi va gullab-yashnaydi

* * *

Ey Rabbim, bizni sof fikrlar va yaxshi odatlar nuri bilan
barakala, toki yomon odatlar va buzuvchi fikrlar zulmati bizga
yaqinlashsa, u darhol yo'q bo'lib ketsin va bizga Seni
shunday chuqur sevgi bilan sevishga yordam berki, na
moddiy illyuziyalar, na dunyoviy vasvasalar bizni tuzoqqa
.ilintira olmaydi yoki ongimiz va qalbimizni egallay olmaydi

* * *

Osonlik bilan qo'lga kiritiladigan narsalar kamdan-kam
hollarda qadrli bo'ladi. Biz buni buyuk erkaklar va ayollarning
hayotini va ularning iste'dodlarini rivojlantirish, burchlarini
bajarish, axloqiy qadriyatlarini shakllantirish, chuqur
o'rganish va xudbinlikdan qochish orqali qanday qilib buyuk
bo'lganliklarini o'rganish orqali bilamiz. Ammo ular erishgan
natijalar va erishgan yutuqlari sarflagan kuchlaridan beqiyos
.darajada katta edi

* * *

Haqiqiy erkinlik donolik bilan boshqariladigan va
tushunish, to'g'rilik va qat'iy iroda bilan qo'llab-
.quvvatlanadigan tanlov erkinligidadir

* * *

Irodangizni, qat'iyatingizni va ongli idrokingizni
uyg'otganingizda, ko'rinmas kuchlar yuqori ongdan - ruhning
idroki orqali - sizga yordam berish va Xudoning yordami

bilan psixologik tasalli va baxtga olib boradigan yo'llarni
.yoritish uchun ozod qilinadi

* * *

Inson o'z kuchi bilan qalb kanallarini ochishi kerak Hech
kim tinchlik va baxtdan ko'ra azob-uqubat va baxtsizlikni
ixtiyoriy ravishda tanlamaydi Jaholat azob-uqubatlarning
ildizi va olib tashlanishi va yo'q qilinishi kerak bo'lgan
to'siqdir Jaholat insoniyat bog'ida o'sadigan va foydali va
.foydali o'simliklarni siqib chiqaradigan zararli begona o'tdir

* * *

Jaholatni sobit iroda va qat'iyat bilan yengish kerak. Aql
tuprog'ini diqqat bilan [ijobiy narsalarga] o'stirish va yaxshi
urug'larni imon suvi bilan sug'orish kerak. Sevgining hayotiy
va iliq nurlari porlaganda, yaxshilik urug'i o'sib chiqadi va
begona o'tlar va parazit o'simliklarni yengib chiqadi, chunki
.yorug'lik bor joyda zulmat bo'la olmaydi

* * *

Moddiy narsalarning zavqlari so'nadi va yo'qoladi, lekin
ilohiy quvonch hech qachon xiralashmaydi. Bu cheksiz va
.ta'riflab bo'lmaydigan ilohiy baxtdir

* * *

Biz baxtga erishish uchun hech qachon noto'g'ri
usullardan foydalanmasligimiz kerak, shuningdek,
o'zimizdagi xotirjamlik va ma'naviy boylikdan voz kechib,
xayoliy qulaylik va halokatli ta'sirga ega do'zax harakatlar va
xatti-harakatlar bilan oldinda osilib turishi mumkin bo'lgan
.yorqin hayotni izlamasligimiz kerak

* * *

Xotirjamlik ilohiy mavjudlikni suratga olish uchun eng
yaxshi kameradir. Sof va aniq yo'naltirilgan xotirjamlik
linzalari orqali muborak tasvir mukammal ravshanlik bilan
.namoyon bo'ladi

* * *

Darhaqiqat, barcha donolik sizning ichingizda va sizga
kerak bo'lgan yagona narsa - bu ongli ravishda xabardor
.bo'lishdir

* * *

Haqiqiy qoniqish o'zini takomillashtirishda yotadi,
shuning uchun boshqalar sizni siz ularni izlamasdan
qidiradilar. Sevgi va do'stlik umid va talabsiz tekinga berilishi
kerak. Kutish faqat baxtsizlik va baxtsizlikni keltirib
chiqaradi. O'zini takomillashtirishga intilayotganingizda ham,
inson o'zining fazilatlari va qadr-qimmatini qal'asida yolg'iz,
.xavfsiz va xotirjam turishi kerak

* * *

Yuragimdan quvonch va nekbinlik sharsharalari doimo
oqib chiqsin va ularning tetiklantiruvchi spreysi uchratgan
.barcha odamlarga ta'sir qilsin

* * *

Ma'naviy quvonch qalbda boshqalarga har tomonlama
yordam berish istagini uyg'otadi va baxtga olib boradigan
nafis axloqiy zavqlarni qadrlash qobiliyatini rivojlantiradi, shu
.bilan qo'pol zavqlarga moyillikni kamaytiradi

* * *

Rolingiz qanchalik kichik bo'lishidan qat'i nazar, u ruhlar
hayot sahnasida ijro etadigan kosmik spektaklning
muvaffaqiyatiga hissa qo'shish nuqtai nazaridan eng buyuk
.rollar kabi muhim bo'lib qolmoqda

* * *

To'liq ong - bu mutlaq, cheksiz ong bo'lib, u doimo o'zini
yangilab turadi va uning ijodkorligi hech qachon tugamaydi
va siz orqali u o'zining noyob jihatini ifoda etishga harakat
.qiladi

* * *

Agar siz ilohiy sevgini bir marta bo'lsa ham tatib
ko'rsangiz, undan hech qachon voz kechmaysiz, chunki
.butun koinotda bunga o'xshash narsa yo'q

* * *

Xudoni biladiganlar juda rivojlangan ruhiy bosqichlarga yetib kelishgan, shuning uchun ular gunohkorlarga shunchaki ruhiy maslahat berish bilan kifoyalanmaydilar, balki Xudoning marhamati va yordami bilan ularni gunohkor ishlarining oqibatlaridan ozod qiladigan ruhiy kuch bilan .zaryadlashlari mumkin

* * *

Barcha yaxshi va yomon amallar miya hujayralarida yashiringan bo'lib, fikrda yaxshi yoki yomon odatlar yoki moyilliklar sifatida namoyon bo'ladi

* * *

Miya hujayralari ushbu odatlarning kuchi bilan zaryadlanganligi sababli nosog'lom odatlardan aziyat chekadigan odam o'zini iroda kuchi, meditatsiya, samimiy ibodat va doimiy ijobiy tasdiqlar orqali ozod qilishi mumkin, toki barcha nomaqbul odatlari tinchlik va osoyishtalikning yaxshi odatlariga aylanmaguncha. Bu to'g'ri yo'naltirilgan hayot kuchi miya hujayralarining g'ayritabiiy tabiatini o'zgartirish uchun ishlaganda sodir bo'ladi, shunda bu hujayralar barcha yaxshi, fazilatli va go'zal narsalar bilan .to'ladi

* * *

Tushunish - bu ichki ko'z, qalbning ko'rish qobiliyati va qalbning teleskopi. Bu ongning xotirjamligi va vijdon pokligi .o'rtasidagi muvozanatdir

* * *

Har kuni biz turli xil manzaralarni ko'ramiz va har kuni o'rganish kerak bo'lgan yangi saboq olib keladi. Inson bu saboqni o'z hayotining asosiy maqsadiga, ya'ni o'z mavjudligining manbasini va hayotining poydevorini anglash .orqali olishi kutilmoqda

* * *

Keling, o'tmishdagi qayg'ularni unutishga va ular haqida o'ylamaslikka qaror qilaylik. Qat'iy qat'iyat va faol iroda bilan

hayotimizni yangilaylik, muvaffaqiyatlarimizni oshiraylik va
.o'zimizda yaxshi odatlar va olijanob fazilatlarni tarbiyalaylik

* * *

Boshqalarning zaif tomonlarini fosh qilib, ularni
sharmanda qiladigan va xafa qiladigan har qanday odam
.donolik va sog'lom fikrlashdan yiroqdir

* * *

Barcha zamon va joylar uchun maqollar

Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganlar hayratlanarli
go'zallikni ko'rishadi va boshqa hech qanday tarzda his qilib
.bo'lmaydigan yuksak shirinlikni tatib ko'rishadi
Jonim Senga iltijo qilganida, Sening sukunating bulutlari
otilib chiqdi, ey Xudo, va Sening rahm-shafqating yomg'iri
to'lqinlar bilan yog'di, toki u Sening inoyatingning to'lib
toshqiniga aylandi. Sening muborak daryong mening
borlig'imni qamrab oldi va mening jonim abadiyat suvlariga
sho'ng'idi va mening kichik hayotimning pufagi Sening
hamma narsani qamrab oluvchi borlig'ing okeanida erib
.ketdi

Ustozim menga ilohiy huzurga loyiq ma'bad qurish
uchun donolik o'ymakorligidan qanday foydalanishni o'rgatdi
Agar siz ezgu maqsadga erishmoqchi bo'lsangiz, avval
uning uchun aqliy model yaratishdan boshlang. Endi agar siz
ongingizga kuchli g'oyani eksangiz, ongingizda istalgan
yo'nalishni mustahkam o'rnatishingiz mumkin; shunda butun
vujudingiz shu g'oyaga moslashadi va harakatlaringiz unga
.mos keladi

Ilohiy qalbgaga tegsangiz, muammolaringiz yo'qoladi,
sevgi qalbingizni to'ldiradi va ajoyib ruhiy tajribalar ongingiz
.bog'larida sof favvoralar kabi raqsga tushadi
Ko'plab bulutlar sizni yashirishga va mendan yashirishga
harakat qilishadi, lekin sog'inch ko'z yoshlari shudringi orqali
sizning muborak ismingiz menga barcha pardalar va
.pardalar ortidan yorqin oltin harflar bilan porlab ko'rinadi

Vijdon pokligi haqiqatga shaffof munosabatda bo'lishni
anglatadi

Aslida keraksiz va ortiqcha bo'lgan asosiy ehtiyojlar va
ba'zilar "zarurat" deb hisoblagan narsalar mavjud. Hayotni
asosiy ehtiyojlarga e'tibor qaratish va keraksiz hashamatlarni
.yo'q qilish orqali soddalashtirish kerak

Ey do'stlik, sen naqadar yuksaksan va tuprog'ing
naqadar unumdor va muqaddas! Sevgi sening ozuqang,
.sadoqat esa ichimligingdir

Ikki kishi, farqlarga qaramay, uyg'unlikda va
hamjihatlikda yurganlarida, ularni bitta maqsad birlashtiradi:
sof sevgi va o'zaro sadoqatda qalb tinchligi va osoyishtaligini
topish va agar sevuvchi sevganining hisobidan zavq
izlamasa, altruizm bog'ida do'stlikning xushbo'y gullari
.gullab-yashnaydi va o'zlarining yoqimli hidlarini tarqatadi
Dunyo bizning ongimizni boshqacha tarzda tarbiyalaydi,
bizni shunchalik ko'p narsalarga ko'niktiradiki, ularsiz baxtga
erishib bo'lmaydi deb o'ylay boshlaymiz. Lekin hayot,
ayniqsa bolalar hayoti soddalashtirilishi kerak; aks holda
.hayot ularga achchiq umidsizliklar orqali o'rgatadi

Haqiqat shunchaki fikr yoki tasavvurdan ko'ra aniqroq
va realistikroq, ammo biz o'ylagan yoki tasavvur qilgan
.narsalar ba'zan amalga oshishi mumkin

Tasavvur ijodiy fikrlash jarayonida muhim element
hisoblanadi. Biroq, tasavvur yetuk bo'lishi va qat'iy
ishonchga aylanishi kerak va bu kuchli irodasiz mumkin
.emas

Agar siz biror narsani butun irodangiz bilan tasavvur
qilsangiz, tasavvuringiz shaxsiy e'tiqodga aylanadi va bu
...e'tiqodni saqlab qola olsangiz

Barcha qarama-qarshi fikrlarga qaramay, sizning
ishonchingiz haqiqatda amalga oshadi

Inson o'zining fazilatlari va o'ziga bo'lgan ishonchi bilan

.mustaqil bo'lishni o'rganishi kerak

Ma'naviy quvonch yangilangan quvonchdir va Xudo

haqida chuqur o'ylaydiganlarda tobora ko'proq namoyon

bo'ladi. Bu to'g'ri qarorlar qabul qilish va to'g'ri ishlarni

qilishda yordam beradigan quvonchdir va u topilganda,

nosog'lom istaklar va ishtiyoqlar yo'qoladi, chunki ular

.ma'naviy quvonchga nisbatan jozibadorligini yo'qotadi

Qudratli Yaratguvchimiz bizga hayot, kuch va donolik

ato etgan va bizning burchimiz Unga e'tiborimizni qaratish

va qalbimizni Unga sevgi, minnatdorchilik va Uning

.marhamati va mehr-oqibatini e'tirof etish bilan ko'tarishdir

Ey Xudo, menga g'azab olovini yoqmaslikka yordam ber,

aks holda o'zim va boshqalarning ichimdagi tinchlikning

yashil vohalarini g'azab olovi bilan kuydiraman. Sevgimning

.doimiy yomg'iri bilan g'azab olovini o'chirishga yordam ber

Mening muloyimligim va xotirjamligim ko'li tinch va

sokin bo'lib qolsin, faqat baxtsizlik keltiradigan norozilik

.bo'ronlari uni bezovta qilmasin

Burch hissi bilan harakat qilish yoki boshqa odamga

xizmat qilish va unga bo'lgan muhabbat yo'lida shaxsiy

istaklaridan voz kechish, qo'rquv tufayli buni qilishdan ko'ra

.ancha yaxshi

Inson ilohiy qonunlarni buzishni bas qilgan taqdirda

ham, u buni Xudoning jazosidan qo'rqib emas, balki Xudoga

.bo'lgan muhabbat tufayli qilishi kerak

Nimadan qo'rqsangiz ham, fikrlaringizni undan

uzoqlashtiring, uni Xudoga qoldiring va Unga bo'lgan

ishonchingizni mustahkamlang

Qo'rquv har doim inson bilan birga bo'ladi va undan

qutulish Xudo haqida o'ylash va Uning borligini his qilish

.orqali mumkin

Avvaliga fazilat yo'llaridan yurish qiyin bo'lishi mumkin,

ammo bu xotirjamlik va chinakam baxtga olib boradigan

.muborak yo'llardir

Xudoning ulug'vorligi hayotimizning har bir burchagida
porlasin, Uning sevgisi qalbimizda yashasin va Uning nuri
.ongimizni to'ldirsin

Ey mening ilohiy sevgilim, gullar ochiladi va fasllar
o'zgaradi va hamma siz haqingizda gapiradi To'lin oy sizning
tabassumingizning xususiyatlarini ochib beradi va quyosh
sizning samoviy chiroqingizni ko'taradi Men ko'z yoshlar
dengizida suzaman, sizga bo'lgan sog'inch bilan to'lib-
toshganman Daraxtlarning barglarida va insoniyat
tomirlarida sizning hayotingiz va hayotiyligingiz oqadi va
men sizning kosmik yuragingizning urishini o'zimning
ichimda his qilaman

Sizning huzuringizni his qilganimda, o'zimni boshqa
dunyoda uyg'oqdek his qilaman va vaqti-vaqti bilan bu yerni
va bu kichkina tanani - o'zimniki haqida orzu qilaman. Men
cheksiz baxtda uyg'oqman va yerdagi hayot haqidagi orzuim
siz bilan uyg'oq onlarimning baxtli xotiralari bilan
xushbo'ylanadi. Men tushlar bog'idan kabuslarning begona
o'tlarini yulib tashladim va ularning o'rniga ilhom atirgullarini
ekdim, u yerda sog'inchimning xushbo'y hidi sizni o'ziga
tortadi va siz meni abadiy baxt ufqlariga olib ketish uchun
.kelasiz

Ey Xudo, meni poklik va poklik bilan shaffof qil, toki
ichimda shifobaxsh nuringni paydo qilay
Cheksiz yuzingizni aks ettirishi uchun ongingning titroq
oynasini tinchlantiring
lymon darchalarini keng oching, toki men sizning
.tinchliligingiz hididan nafas olay

Ey O'zingda nur sohib turgan Zot, ey ta'riflashga erishib
bo'lmaydigan Ulug'vorlik, Senga intiq ko'zlarim bilan qara,
toki men Sendan boshqa hech narsani ko'rmaylik
Hayotning barcha hodisalari va ko'rinishlari ortida
Xudoning jimgina ovozi yashiringan, u bizga doimo gullar,
muqaddas kitoblar, vijdonimiz va hayotni yashashga
.arziydigan barcha go'zal narsalar orqali murojaat qiladi

Izlovchining ma'naviy cho'qqilarga erishish uchun qilgan
har bir sa'y-harakati Xudo tomonidan u uchun hisoblanadi va
.buning uchun yaxshi mukofotlanadi

Ey Rabbimiz, biz Sendan ongimizni haqiqating nuri bilan
yoritishingni, qalblarimizni sevging bilan urtirishingni va
qalbimizni quvonching va inoyatingning mo'lligi bilan
.to'ldirishingni so'raymiz

Aql kira olmaydigan shaffof ufqdan Xudo O'zining abadiy
nurini yog'diradi va kosmik ongdan ulug'vor ilhomlar va
muborak kuchlar keladi va ijodiy faoliyat ochiq va uyg'un
.onglarga oqib keladi

Qalbingiz, qalbingiz, har bir ilhom uchquni, moviy
osmon, porlayotgan yulduzlar, tog'lar, yer, qushlar va
gullarning barchasi kosmik ritm, ma'naviy quvonch va
umuminsoniy birlikning yagona ipi bilan bog'langanini
anglaganingizda, ularning barchasi qirg'oqsiz ilohiy okean
.ko'krigidagi to'lqinlar ekanligini anglaysiz

Agar biz Yaratuvchimizni unutsak, azob-uqubatlarga
loyiqmiz. Biz Xudo bizning sevimlimiz ekanligini va bizni
sevishini anglashimiz kerak va bu bilim bizni muammolarimiz
.va azob-uqubatlarimizdan xalos qiladi

Xudoning chinakam sevgilisi, hatto ko'p urinishlardan
keyin ham Uni topa olmasa ham, Uni izlashni hech qachon
to'xtatmaydi. Xuddi bo'ron tinchlangandan keyin to'lqin
okeanning yuragiga qaytishi kerak bo'lganidek, astoydil
izlovchi ham shundaydir; u to'siqlar qulab tushishiga va
ertami-kechmi muqarrar ravishda kosmik okean bilan - u
kelib, qaytib keladigan cheksiz okean bilan birlashishiga
.yashirin ishonchga ega

Aql doimo ilohiy sevgilisi haqida o'ylaganida, yurak
.quvonch va baxt qo'shiqlarini kuylaydi
Ma'naviy emanatsiya - bu insonning hozirgi holatidan
.kelajakda kim bo'lishiga ko'tarilishi

Inson o'zining asl mohiyatini boshqalardan yashira
olmaydi, uning fikrlarining tebranishlari qandaydir tarzda

uning xatti-harakatlarida aks etadi va harakatlarida namoyon
.bo'ladi

Erkinlik haqida noto'g'ri tushunchaga ega bo'lganlar

ko'p; ular erkinlikni inson xohlagan narsani qilish deb
.bilishadi va men bu erkinlikni injiqlik erkinligi deb atayman

Erkinlikning asl mohiyatini noto'g'ri tushunish tufayli

ba'zi ota-onalar farzandlarini darhol istaklarini bajarish orqali

an'analarga qul qilib qo'yadilar. Keyin bola istaklari ro'yobga

chiqsa, ular baxtli bo'lishadi va hayotning maqsadi har bir

istakni ro'yobga chiqarish deb ishonib ulg'ayadi. Biroq,

keyinchalik ular yanglishganliklarini anglaydilar, chunki

tashqi dunyo uy hayotidan butunlay farq qiladi va har bir

istakni ro'yobga chiqarish oson emasligini bilib oladilar!

Boshqalar ularni chetga surib, o'z istaklarini amalga oshirish

uchun ularni e'tiborsiz qoldirishlari mumkin. Natijada, bola

o'z istaklarini qondirishga bo'lgan kuchli istak tufayli qotib

qoladi va hissiy jihatdan karaxt bo'lib qoladi. Shuning uchun

ota-onalar farzandlariga dunyoda uning tuzoqlari va

tuzoqlariga tushmasdan yashashlari uchun iroda va idrokni

.rivojlantirishga yordam berishlari kerak

Ona: "Unga mehr bilan o'rgating", deydi. Albatta,

bolalarga mehr bilan munosabatda bo'lish odatda yaxshi,

lekin juda ko'p shirinlik tishlarni buzadi va shunga o'xshab,

juda ko'p erkalash bolalarni buzadi. Ma'lum darajada qat'iyat

va qat'iyat zarur, ammo agar bola xatosi uchun qattiqqo'llik

bilan muomala qilinsa va jazolansa, oqibatlar dahshatli

bo'ladi. Bolalarga qanday munosabatda bo'lish va ularga

qanday munosabatda bo'lishda muvozanat bo'lishi kerak ;

har bir ota o'z fe'l-atvorini sevgi va muloyimlik bilan

yumshatishi kerak va har bir ona o'z sevgisini donolik va aql-

.idrok bilan ziravorlashi kerak

Inson Xudoga bo'lgan muhabbat va sog'inchning

barqaror psixologik holatini saqlab turishi kerak. Men ko'p

ishlarni sinab ko'rdim, lekin ishimning tabiati qanday

.bo'lishidan qat'i nazar, fikrlarim doimo Xudo bilan qoladi

Biz bu yaratilishdan zavqlanishimiz kerak, lekin uning
bizni qul qilishiga yo'l qo'ymasdan. Va tajriba menga Xudoni
.topish quvonchi mislsiz ekanligini o'rgatdi
Muhim ishlarni boshlashdan oldin, odam jimgina o'tirishi,
his-tuyg'ulari va fikrlarini tinchlantirishi, chuqur mulohaza
yuritishi va ma'naviy yo'l-yo'riq va to'g'ri yo'nalish olish
.uchun ilohiy yordam so'rashi kerak
Tong yuzidagi, gullar lablaridagi va olijanob erkaklar va
ayollarning yuzlaridagi tabassum sizning tabassumingiz
.ekanligini anglab yetay
Menga baxtsizliklar, omadsizliklar, kasalliklar yoki
kutilmagan to'siqlarning ketma-ket tasvirlari ta'sir qilmaydi,
chunki men kosmik ong bilan chambarchas bog'liq bo'lgan
intizomli ong bilvosita muvaffaqiyatsizliklar va
.bezovtaliklardan aziyat chekmasligini tushunaman
Erkinlik ehtiroslar, odatlar va injiqliklar buyrug'iga emas,
balki donolikka muvofiq harakat qilish qobiliyatini anglatadi.
Egoga bo'ysunish qullikka olib keladi, ruhning ilhomlariga
.bo'ysunish esa cheklovlardan xalos bo'lishga olib keladi
Xudo men bilan ekan, hashamatli saroyda yoki oddiy
.uyda yashashimning farqi yo'q
Men halol topgan pulimni isrofgarchilikdan voz kechib,
oddiy hayot kechirishga sarflayman
Xudoga ishonish va iroda kuchidan foydalanish orqali
inson kasallik, muvaffaqiyatsizlik va johillikni yengib o'tishi
mumkin, agar iroda tebranishlari jismoniy yoki ruhiy
kasalliklar tebranishlaridan kuchliroq bo'lsa. Kasallik
qanchalik surunkali bo'lsa, iroda shunchalik kuchli va
qat'iyatli bo'lishi va kerakli natijaga erishish uchun imon
.shunchalik chuqur va mustahkam bo'lishi kerak
Ey Rabbim, menga faqat Senga ishonishga ilhom ber,
insoniy himoya vositalariga emas. Qo'rquv va xavotir hayot
sinovlariga dosh berish uchun cheksiz kuchimni falaj qilishiga
yo'l qo'yma. Baxtsiz hodisalar, falokatlar va baxtsizliklarni
ularning fikr va tasavvur orqali namoyon bo'lishidan qo'rqib

tasavvur qilma. Ey Rabbim, uyg'oqmi yoki uxlab yotganmi,
uyg'oqmi yoki tushlarda adashib qolganmi, tirikmi yoki
o'layotganmi, Sening himoya huzuring meni hali ham o'rab
.oladi va himoya qiladi

Donolar aytadilar: Xudoga bo'lgan sevgi va fazilat bilan
rag'batlantirilgan yaxshi ishlarning samarasi uyg'unlik va
poklikdir. Xudbin istaklar va ambitsiyalar bilan
rag'batlantirilgan ishlarning samarasi og'riq va azobdir.

.Yomon ishlarning samarasi johillik va ahmoqlikdir

Yaxshi amallar baxt keltiradi, o'zini sevish bilan
boshqariladigan dunyoviy harakatlar esa azob-uqubat va
og'riqqa olib keladi. Biroq, davom etayotgan yomon amallar
.insonning idrok va tushunish qobiliyatini yo'q qiladi

Agar tinchlik va hamjihatlikda yashashni istasangiz,
niyatlaringiz yaxshi bo'lishi kerak va mehr-oqibat fikrlari va
sevgi tuyg'ularini tarqatishingiz kerak. Agar siz fazilatli hayot
kechirsangiz, o'zingizning namunangiz va yaxshi xulq-
.atvoringiz orqali boshqalarga yordam berasiz

Xavotir va ruhiy chalkashlikni his qilganimda, o'zimni
qo'lga olgunimcha jimjitlik va tafakkurga chekinaman va har
bir kunimni Xudo haqida o'ylash va Undan yordam va yo'l-
.yo'riq so'rash bilan boshlayman

Nafratning bo'g'uvchi begona o'tlari o'sib, hayotingiz
bog'iga, olijanob ruhning fazilatlariga to'la bog'ga kirib
borishiga yo'l qo'ymaslikka qaror qiling. Va bu xushbo'y,
atirgulga o'xshash fazilatlarni qanchalik ko'p
rivojlantirsangiz, Xudo sizga ichingizdagi mavjudlikning eng
.buyuk sirini shunchalik ko'p ochib beradi

Hayotning maqsadi tinchlik, qoniqish, o'lmaslik,
xavfsizlik va haqiqatni bilishdir va bizda uyg'onadigan bu
.istaklarning markazida ichimizdagi ilohiy mohiyat yotadi

Ey Rabbim, ozodligimni Senda topsam va mening
haqiqiy uyim Sening to'liq mavjudliging ekanligini va men
Sening kosmik ongingning ajralmas qismi ekanligimni
.anglasam edi

Ey ulkan, ilohiy dengiz, to'siqlar va to'siqlar cho'llaridan
oqib o'tayotgan orzularim daryolari nihoyat sizning buyuk
.tubingizga aralashsin

Biz faqat ilohiy qal'ada himoya va xavfsizlikni topamiz
va Xudoga yaqinlikni his qilish va Uning huzuriga teginishdan
.ko'ra xavfsizroq boshpana yo'q

Insonlar o'zlarining moyilliklari, moyilliklari, xarakterlari
va istaklarini shakllantiruvchi odatlar tomonidan
boshqarilganligi sababli, agar bu odatlar yomon bo'lsa,
xarakter zararli bo'lib, harakatlar yomonlikka aylanadi.
Shuning uchun, yaxshi odatlarga ustuvor ahamiyat berish
tavsiya etiladi, chunki ular bizning harakatlarimiz va
fikrlarimizni ezgu maqsadlar sari yo'naltiradi va bizga sog'liq
.va baxt keltiradi

Qayerda qayg'uli va azob chekayotgan qalblar bo'lsa,
men ularga xizmat qilish va ularni yupatishdan taskin
topaman. Men boshqalarga quvonch baxsh etish uchun
qo'limdan kelganini qilaman va ularning his-tuyg'ulariga
.o'zimnikiday hamdard bo'laman

Aqliy qobiliyatlar odamlarda mavjud, ammo ular
ko'pchilik odamlarda rivojlanmaganligicha qolmoqda va bu
qobiliyatlarni rivojlantirmaslik jiddiy oqibatlariga olib keladi.

Tana singari, ong ham sog'liq va hayotiylik uchun to'g'ri
.ovqatlanish va jismoniy mashqlarga muhtoj

Olmos yorug'likni qabul qiladi va aks ettiradi, Xudoni
biladigan va Uning huzuri bilan porlaydigan sof, shaffof
.qalblar ham shunday

Ey Rabbim, Sen hayotdagi haqiqiy boylikсан va Seni
birinchi bo'lib topsam, Sendan kerakli hamma narsani
.topaman

Odamlar odatda sog'lig'ini saqlash uchun faqat oziq-
ovqat, havo va quyosh nuriga e'tibor qaratishadi, ammo
hayotning bu tashqi manbalarining ko'pligiga qaramay,
sog'liq yomonlashadigan vaqt kelishi mumkin. Aynan

o'shanda tananing energiya zaxiralarini ichkaridan qayta
.tiklash zarurati tug'iladi

Agar ongimning qayig'i johillikning shiddatli bo'ronlari
tomonidan boshqariladigan xavf va xatarlarni o'z ichiga
olgan ochko'z istaklar qoyalariga yaqinlashsa, ey Xudoyim,
mening mayoqim bo'l va meni doim solihliging va
.yaxshiliging qirg'oqlariga yo'naltir

Fikr olovga o'xshaydi, uning jamlangan kuchi
muvaffaqiyatga xalaqit beradigan to'siqlarni yoqish uchun
.ishlatilishi kerak

Xudoni doimiy ilohiy sevgi orqali topish mumkin. Agar
biz Xudoni Uning in'omlaridan ko'ra ko'proq sevsak, U bizga
keladi. U bizga iroda erkinligi va tanlov kuchini berdi, toki biz
dunyoning o'tkinchi va ahamiyatsiz in'omlari bilan Unga
yaqinlik in'omi va Uning muborak huzurining quvonchini
.ajrata olaylik

Bizga xotira berilgan edi, toki biz nihoyat eng buyuk
yaxshilikni eslay olgunimizcha yaxshi narsalarni eslab
qolishimiz mumkin bo'lsin: Xudo
Ey Xudo, Sening sevging shabadasi mendan oqib o'tadi!

Va hayotim barglari Sening kelishingdan quvonch bilan
raqsga tushadi. Ularning yoqimli shitirlashi havoda uchib
yuradi, charchaganlarni Mening ruhiy tinchligim soyasida
.dam olishga taklif qiladi

Hayotdagi qiyinchiliklar bizga zarar yetkazish uchun
mo'ljallanmagan; aksincha, muammolar va kasalliklar bizga
saboq beradi. Bizning og'riqli tajribalarimiz bizni yo'q qilish
uchun emas, balki bizni poklash va bizga yordam berish va
bizni samoviy uyimizga qaytarish uchun har tomonlama
ishlaydigan sof manbamiz - Xudoga qaytishimizni
.tezlashtirish uchun mo'ljallangan

Cheksizlik bizning haqiqiy uyimiz va bu yerga va bu
jismoniy tanalarda sayohatimiz qisqa muddatli viza safariga
.o'xshaydi

Rabbim, bilamanki, maqto'v meni yuksaltirmaydi, tanqid
ham meni pasaytirmaydi. Men vijdonim va Sening oldingda
qanday bo'lsam, shundayman. Men bu yo'lda davom
etaman, barchaga xizmat qilish uchun qo'limdan kelganicha
harakat qilaman va Sening marhamatingga erishishga
.intilaman — mening baxtim shunda
Siz noyob mavjudotsiz va mohiyatingiz ajoyib, shuning
uchun o'zingizning asl o'zingizni bilib oling
Kelishingiz tongida, sog'inchimning kurtaklari xushbo'y,
.jonli gullarga aylanadi
Ey Parvardigor, shudringli gullardan marjon to'qib, uni
muborak ostonangizga qo'yadigan kunning kelishini
.tezashtir

Doimiy ravishda faqat o'zini rozi qilishga intilishning
o'rniga, u boshqalarga ham baxt keltirishga harakat qilishi
kerak. Boshqalarga ma'naviy, intellektual yoki moddiy
yordam ko'rsatishga harakat qilganda, u o'z ehtiyojlari
.qondirilganini va hayot kosasi quvonchga to'lganini ko'radi
Yer yuzida zulmat ustidan yorqin g'alabaga erishganlar
ulush sifatida shon-sharaf nuriga ega bo'ladilar va ichki
.xotirjamlik va baxtdan bahramand bo'ladilar
Ey Rabbim, ne'matlaring urug'larini duo bilan
shudgorlangan qalbim tuprog'iga doimo sepib turgin, toki
ular shoxlari o'zini anglashning eng mazali va eng shirin
.mevalarini beradigan soyali daraxtlarga aylansin
Biz ko'pincha o'zgarishga harakat qilmasdan azob
chekamiz va shuning uchun biz uzoq muddatli xotirjamlik va
qoniqishni topa olmaymiz. Agar biz sabr-toqat qilsak va
harakat qilsak, barcha qiyinchiliklarni yengib o'tishimiz
mumkin edi. Biz baxtsizlikdan baxtga, umidsizlikdan
.jasoratga o'tishga harakat qilishimiz kerak
Ey Ilohiy Sevgi, mening sevgimni Sening sevging bilan
birlashtir, hayotimni Sening quvonching bilan, ongimni
Sening kosmik onging bilan uyg'unlashtir va chanqog'imni
.Sening abadiy quvonching bulog'idan qondir

Samimiy izlovchining qalbi doim pichirlaydi: "Ey Xudoyim va mening sevgilim, men bu xayoliy dunyoning notinchligiga g'arq bo'lishni istamayman va men faqat odamlar qalbida Sening sevgingni uyg'otishni istayman. Mening yuragim, jonim, tanam, ongim va menda bor narsa Seniki, ey Rabbim". Bu izlovchi Xudoga yetib boradi va Uni .taniydi

Rabbim, bizga birodarlik haqida yangi va haqiqiy tushuncha bergin. Keling, urushlardan voz kechib, xalqlarning yaralarini sevgi balzami va rahm-shafqatli .tushunishning abadiy tasallisi bilan davolaylik

Bizni ochko'zlik ta'siridan, aldamchilik hukmronligidan va illyuziyalar nazoratidan xalos qilishimiz uchun baraka ber va kasallik, johillik va ocharchilik faqat qorong'u va g'amgin o'tmishning orzulari bo'lgan yangi dunyoni qurishga yordam .ber

Keling, barcha muammolarni o'rmon mantig'i bilan emas, balki Sizga va ilohiy adolatingizga bo'lgan tushuncha, .haqiqat va sobit ishonch bilan hal qilaylik

Hayot bizni bir muddat shu yerda birlashtirdi, shundan

keyin biz alohida yo'llarimizdan ketamiz. Lekin agar Xudoning sevgisi bizda yashasa, qayerga borishimiz muhim emas, chunki qanchalik uzoqqa ketsak ham, biz ilohiy sevgi .doirasida qolamiz va hech qachon chinakam ajralmaymiz Ey Xudo, meni tor fikrlash va ekstremizm xiyobonlaridan

.baland ko'tariladigan ma'naviy taraqqiyot burguti qil

Meni quyosh nurini to'sib turgan kuchli yer silkinishlari

.va bulutlardan nariga, tobora yuksak ufqlarga chaqir

To'g'ri yashash uchun muvozanat qanotlarini ko'taray va

keng ufqlar va ulug'vor idroklar mavjud bo'lgan barcha

.bo'ronlar va dovullar ustidagi baland osmonlarga ko'tarilay

Tinchlik qalbimizni sevgi va mehr-oqibatga

ochganimizda keladi. Mehribon qalbgaga ega va yaxshi

ishlarda faol bo'lganlar tinchlikni his qilishadi, chunki u

ularda yashaydi. Tinchlik jannat ma'badi va baxtli hayotning
.poydevoridir

Biz har doim gullar ortidagi ilohiy go'zallik, quyosh
ortidagi kosmik yorug'lik va har bir ko'zda miltillovchi buyuk
.hayot haqida o'ylashimiz kerak

Agar inson chinakam mehribon bo'lsa, boshqalarga
hurmat ko'rsatsa va maqtovlarga ham shunday javob bersa,
unga doimo minnatdorchilik va hurmat bilan munosabatda
.bo'lishadi

Men sevgimni boshqalarga tarqataman, toki Xudoning
sevgisi menga kelishi va qalbimda joylashishi uchun eshik
.ochay

Rabbim, qayg'u tubida cho'kib ketganlar uchun mayoq
bo'lishimga ijozat ber. Menga bergan ruhiy quvonch uchun
minnatdorchilik bildirib, boshqalarga quvonch baxsh
.etishimga yordam ber

Men nafratni sevgim olovida eritib yuboraman,
boshqalarni kechiraman va barcha chanqoq qalblarga sevgi
bag'ishlayman

Haqiqiy sevgi - bu sevganining tasallisidan
zavqlanadigan sevgidir

Ey Rabbim, nuring bizga porlasin va sevging
qalblarimizni abadiy to'ldirsin

Tashabbuskorlik ruhiga ega bo'lish, insonga ilgari hech
kim qilmagan narsani ixtiro qilish imkonini beradigan ijodiy
tasavvur kuchiga ega bo'lishni anglatadi. Har bir inson Xudo
.tomonidan unga berilgan bu sovg'a bilan tug'iladi

Eng buyuk sevgi - bu ilohiy sevgi, u hayotni so'z bilan
ifodalab bo'lmaydigan darajada go'zal qiladi. Xudoni siz bilan
birga his qilganingizda, qayerda bo'lsangiz ham sizga
yaqinlashayotganini va qadamlaringizni yo'naltirayotganini
.his qilganingizda, ilohiy sevgi boshlandi

Haqiqat kuchi shamolga qarshi yo'naltiriladi

Rabbim, vaqtinchalik qiyinchiliklarga duch kelganimda,
o'tmishda menga bergan mo'l-ko'l ne'matlaringni eslagin,

chunki Sening yordaming meni hech qachon tark etmasligini
va g'amxo'rliging doim men bilan ekanligini bilaman. Senga
saxovatli qo'lingdan kelgan har bir ne'mat uchun chin dildan
.minnatdorchilik bildiraman

Sevgi tomchilari yaxshi qalblarda porlaydi va Xudoni
.faqat sevgi dengizida topish mumkin

Tushunish insonning yo'lini yoritadigan va unga
.muvaffaqiyat keltiradigan chiroqdir
Bahorda Xudo tabiatni eng go'zal atirgullar va gullar
.bilan nafis liboslar va yorqin ranglar bilan bezatadi
Tinchlik Ilohiy huzurga yaqinlashishni e'lon qiluvchi
birinchi xabarchidir. Shundan so'ng, tinchlik cheksiz
.quvonchdan yorqinroq nurlarga aylanadi

Meditatsiya dengiziga chuqurroq kirganimda,
borlig'imda muborak bir tebranish his qilaman va "Men
.yaqinman" degan pichirlagan ovozni eshitaman
Inson ichkariga, ruh o'zini ifoda etadigan joyga burilishi
kerak. Ruh tubidan ichki hayotning barcha tajribalari paydo
.bo'ladi

Ruh o'zini ilohiy ong bilan anglab yetganda, u katta
.quvonch va cheksiz makonga kengayishni his qiladi
Agar siz yo'lingizda to'siq bo'lishi mumkin bo'lgan
barcha to'siqlarni yengib o'tish uchun tabiiy
qobiliyatlaringizdan tashqari, mavjud bo'lgan barcha tashqi
vositalar va resurslardan foydalansangiz, Xudo sizga bergan
kuchlarni rivojlantirasiz: borlig'ingizning eng tubidan kelib
.chiqadigan cheksiz kuchlar

Sevgi Xudoga olib boradigan oltin yo'ldan yuradi
Tushunmovchilik zulmati kirib kelgan har bir joyga ezgu
.tilaklar va ezgu niyatlar quyoshini sochaman
Qiyinchiliklar sizga hujum qilganda, lekin siz barcha
to'siqlar va to'siqlarga qaramay, urinish va harakat qilishni
to'xtatmasangiz, Xudo sizga javob beradi va
.harakatlaringizni muvaffaqiyat bilan tojlaydi

Ey Rabbim, men qalbim bog'idan sog'inch gulini uzib
olaman va uni muqaddas ostonangizga sevgi qurbonligi
.sifatida qo'yaman

Fikrlarimiz va so'zlarimiz bizga kelajak hosilini olib
keladigan urug'lar bo'lgani uchun, men bugun ongimni
.yaxshi, ijobiy fikrlar bilan to'ldirishni boshlayman

Men ongim tekisligida yuqoriga va pastga, shimolga va
o'ngga, ichkariga va tashqariga va hamma joyga uchib,
kosmosning har bir burchagida Xudoning huzurida
.ekanligimni va hozir ham shunday ekanligimni angalayman
Har bir lahzani cheksiz Mutlaq bilan bo'lgan
munosabatingizni anglab yashang. Ongoingizning cheki yo'q
va barcha narsalar sizning borlig'ingiz osmonidagi yulduzlar
.kabi miltillaydi va porlaydi

Ajralish yoki bog'lanmaslik - bu izlovchining dono yo'li
bo'lib, katta narsalar uchun arzimas narsalardan ustun
turadi. U yangilangan ichki quvonchni izlab o'zini
vaqtinchalik shahvoniy zavqlarga bog'lamaydi. Ajralish o'z-
o'zidan maqsad emas, balki u ruhning fazilatlari va ma'naviy
.kuchlarining paydo bo'lishiga yo'l ochadi

Ma'naviy g'olib hayot yo'llarida dadil qadamlar bilan
oldinga siljiydi

Inson hozirgi hayotidan unumli foydalanishi, qalbining
derazalarini ochishi va qalbining uxlab yotgan qobiliyatlarini
.uyg'otishi va jonlantirishi kerak

O'zgarish va o'zgarish niqoblari ortida ilohiy mavjudlik
yashiringan. Va kimki o'z ongining oynasini barqarorlashtira
olsa va uning tebranishiga yo'l qo'ymasa, o'sha tiniq oynada
.kosmik sevgilining yuzini ko'radi

Sevgi o'limdan va vaqtning vayronagarchiliklaridan
kuchliroqdir

O'z-o'zini tahlil qilish muvaffaqiyat kalitidir va mulohaza
qilish - bu aks holda bizning ko'zimizdan yashiringan ichki
burchaklarni ko'radigan oyna. Biz kamchiliklarimizni
aniqlashimiz, ijobiy va salbiy tendentsiyalarni farqlashimiz va

taraqqiyot va muvaffaqiyatga to'sqinlik qiladigan narsalarni
.aniqlashimiz kerak

Ey do'stlik, sen naqadar ajoyibsan! Sen samimiy,
do'stona tashvish suvlaridan suv olayotgan va barglaring
samimiy va sodiq qalblar tubidan chiqadigan ichki va tashqi
.shirinlik shudringi bilan namlangansan

Bir safar men kichkina chumolining qum uyumiga
chiqmoqchi bo'lganini ko'rdim va o'zimga shunday deb
o'yladim: chumoli Himolay tog'lariga chiqayotganini
o'ylayotgan bo'lsa kerak! Qum uyumi chumoliga ulkan bo'lib
tuyulgan bo'lishi mumkin, lekin mening ko'zimga emas.
Xuddi shunday, bizning millionlab quyosh yillarimiz Xudoning
ongida bir daqiqadan ham kamroq vaqtni tashkil qilishi
.mumkin

Biz o'zimizni abadiylik va cheksizlik kabi buyuk narsalar
haqida o'ylashga o'rgatishimiz kerak

Men cheksizlik olamida kezib chiqdim va yorug'lik
diyoridagi porlab turgan tumanga guvoh bo'ldim va o'sha
jonli yorqinlikda vaqt sahifalarida yozilgan sirlarning
.ma'nosini o'qidim

Siz uxlayotganingizda, siz passiv ravishda fikrlar va his-
tuyg'ularni tinchlantirasiz. Ammo meditatsiya orqali fikrlar va
his-tuyg'ularni ongli ravishda tinchlantirganingizda, birinchi
navbatda tinchlik holatini boshdan kechirasiz va yuz
mushaklaringiz tabiiy ravishda ichki xotirjamlikni aks
ettiruvchi tabassumni hosil qiladi. Ammo qalbingizning
pokligini - hissiy stimullar yoki his-tuyg'ular bilan bog'liq
fikrlarga avtomatik reaksiyalar bilan bulg'anmagan poklikni
anglash uchun siz bu tinchlik holatidan tashqariga
qarashingiz kerak. Keyin siz boshdan kechiradigan holat
.doimiy, doimo yangilanib turadigan baxtdir

Agar siz oy nuri ostiga bir piyola suv qo'yib, keyin
aralashtirsangiz, oyning buzilgan tasvirini yaratasiz. Suv
idishga cho'kkanda, aks ettirish aniq bo'ladi. Idishdagi suv
tinch bo'lib, oyning yuzini mukammal aniqlik bilan aks

ettiradigan lahzalarni tafakkur tinchligi va chuqur sukunat holatiga qiyoslash mumkin. Tafakkur tinchligida barcha his-tuyg'ular va fikrlar to'liqlari ongdan oqib chiqishni to'xtatadi. Va bu chuqurroq tinchlik holatida, tafakkur qiluvchi inson, o'sha xotirjamlikda, ruh ko'lida aks etgan .ilohiy mavjudlikning to'lin oyini ko'radi

O'rtacha odamga tanish bo'lgan to'rtta holat mavjud: istak amalga oshgandagi baxt, rad etilganda baxtsizlik, na baxtli, na tushkunlikka tushganda zerikish va bu his-tuyg'ularni yoki zavq, og'riq va zerikishning psixologik .holatlarini yengganda xotirjamlik

Tinchlik - bu juda orzu qilingan holat bo'lib, u ham qayg'u, ham zavq, ham zerikishning yo'qligidan kelib chiqadi. Bu holatlar doimo ruh yuzasida o'zgarib turadi va to'liqlanadi. Og'riq va zavqning notinch to'liqlarida, jumladan, charchoq tubiga bir necha bor sho'ng'iganlardan so'ng, tinchlikning sokin dengizida suzishda quvonch bor.

Ammo tinchlikdan ham buyukroq narsa ruhiy ekstaz - ruhning baxti - eng yuqori baxtdir. Bu hech qachon so'nmaydigan, balki abadiy ruh bilan qoladigan abadiy quvonchdir. Bu oliy quvonchga faqat ilohiy mavjudlikni .anglash orqali erishish mumkin

Haqiqiy tabassum - bu Xudo haqida mulohaza yuritish va Uning borligini his qilishdan kelib chiqadigan ma'naviy .baxt tabassumidir

Mening tabassumim ichimdagi chuqur quvonchdan kelib chiqadi - hamma uchun ochiq bo'lgan quvonch. Bu gullab-yashnayotgan atirgulning qalbidan taralayotgan xushbo'y hidga o'xshaydi. Bu buyuk zavq boshqalarni baxtning .muqaddas suvlariga cho'mishga undaydi

Muborak kechirim nurida, yillar davomida to'plangan nafrat zulmati yo'qoladi

Xudo O'z ibodat qiluvchilarining har qanday ehtiyojini tezda qondiradi, chunki ular o'zlarini sa'y-harakatlarni

barbod qiladigan va umidlarni puchga chiqaradigan xudbin
.niyatlardan ozod qilishgan

Xudo kimni himoya qilsa, uni hech narsa yo'q qila
olmaydi

Biz bu dunyoda yolg'iz emasmiz, chunki Xudo biz
bilandir va biz qo'llab-quvvatlash va quvonch oladigan
.mustahkam, yaqin va do'stona munosabatlar mavjud
Ey donolik osmonidagi porloq hidoyat yulduzi, sening
yorqin chaqnog'ing meni muborak ufqlaringni o'rganishga
taklif qiladi va mening sog'inch qushim katta tezlikda
yugurib, zich, g'amgin atmosferani teshib o'tadi, seni
sog'inish va eng muqaddas nuringda cho'milish bilan
.harakatlanadi

Insonning shaxsiyati ichki, intuitiv sezgi orqali bu qattiq
jismoniy tana emas, balki tanadagi abadiy ruhiy oqim
ekanligini his qila olganda rivojlana va gullab-yashnay
.boshlaydi

Shogirdning qalbi Xudoga bo'lgan muhabbat bilan to'lib-
toshganda, uning yuzi tinchlik va donolik tabassumi bilan
porlaydi va qalbini o'rab turgan johillik qatlamlari
.parchalanib, butunlay yo'q bo'lib ketadi
Biror gulga yoki daraxtga qaraganingizda, bu go'zal
hayot shakllari o'z-o'zidan paydo bo'lmaganligini bilasiz.
Ularni shakllantirgan va ularga xushbo'y hid va nafis go'zallik
.ato etgan Xudodir

Har doim kichik va katta vazifalaringizni chuqur diqqat
bilan bajaring, Xudo sizning qadamlaringizni boshqarishini va
ezgu maqsadlaringizga erishish uchun harakatlaringizni
.kuchaytirishini yodda tuting

Inson o'zining ma'naviy mohiyati bilan bog'langanda,
uzoq vaqt unutilgan, o'tmishdagi davrlar va ruhning o'lmas
kuchlari uning ongiga qaytadi. Meditatsiya paytida inson
.o'zining o'lmas jon ekanligini, o'lmas tana emasligini eslaydi
Hamma joyda yaxshi va yomon odamlarni uchratamiz,
ular o'z yo'llarida baxt izlaydilar. Hech kim o'ziga zarar

yetkazishni xohlamaydi. Xo'sh, nega ba'zi odamlar muqarrar ravishda ularga og'riq va qayg'u keltiradigan yo'l tutishadi?
.Chunki bu harakatlar johillik va aldanishdan kelib chiqadi
Ey Rabbimiz, biz Sendan donoliging nuri bilan bizga nur sochishingni va bizdan johillik va aldanish zulmatini olib
.tashlashingni so'raymiz

Ongli inson qo'rqqoqlikdan ko'ra ehtiyotkor bo'lishi va qo'rquv va xavotirni keltirib chiqarishi mumkin bo'lgan holatlarga duch kelmaslik uchun o'zida ehtiyotsizlik va .shoshqaloqliksiz jasorat tuyg'usini rivojlantirishi kerak
Donolik tashqaridan ma'lumot kiritishga emas, balki ichki qabul qilish kuchiga bog'liq bo'lib, bu esa olinishi mumkin bo'lgan haqiqiy bilim miqdorini va bu bilimga .erishish tezligini belgilaydi

Bu dunyo shunchaki biz Ilohiy Direktor rahbarligi ostida o'z rollarimizni bajaradigan sahnadir. Bizga yuklatilgan rollarning xususiyatidan qat'i nazar, biz yaxshi ishlashimiz kerak, doimo bizning asosiy tabiatimiz abadiy saodat .ekanligini yodda tutishimiz kerak

Donolarning eng donosi Xudoni bilishga intilgan kishidir va muvaffaqiyatga erishganlarning eng muvaffaqiyatlisi .Xudoni topgan kishidir

Ey Ilohiy Sevgilim, hayotimizda birinchi o'rinni egallagin, shifobaxsh sevging qalblarimizni to'ldirsin va muborak nuring .qalbimizdagi tashvishlar zulmatini yo'q qilsin

Erkinlik odat va istak ko'rsatmalariga emas, balki vijdonga muvofiq harakat qilishni anglatadi. Ego va uning injiqliklariga bo'ysunish cheklovlarni keltirib chiqaradi, donolikning ilhomlariga quloq solish esa bu cheklovlardan .ozodlikni beradi

Xotirjamlikka yaxshi fazilatlarni ongli va qasddan rivojlantirish orqali erishish mumkin, bu fazilatlar to'liq voyaga yetgandan so'ng, agar u o'z xohishi bilan ulardan voz .kechishni tanlamasa, undan tortib olinmaydi

Ko'p odamlar noto'g'ri usullardan foydalanib baxt izlashadi. Ba'zilar noto'g'ri xatti-harakatlar va nosog'lom harakatlarni qabul qilish orqali baxtlarini ikki baravar oshirish mumkinligiga ishonishadi, bu esa ulkan va uzoq muddatli baxtning yorqin va'dalarini taqdim etadi va ular bu yolg'on va'dalarga aldanadilar, chunki haqiqiy baxtning ta'mini yolg'on illyuziyalar va noto'g'ri harakatlar do'zaxida tatib .ko'rish mumkin emas

Har bir daqiqa abadiylikdir, chunki abadiylikni shu daqiqada boshdan kechirish mumkin. Kunlar, daqiqalar va soatlar biz abadiylikni ko'rishimiz mumkin bo'lgan derazalardir. Hayot qisqa, ammo ayni paytda cheksiz va cheksizdir. Ruh o'lmasdir va inson hayotining bu qisqa bobida biz mavjud bo'lgan har bir salohiyat va imkoniyatdan .maksimal darajada foydalanishimiz kerak

Ma'naviy so'zlar unib chiqishi, o'sishi, gullashi va meva berishi uchun unumdor tuproqqa muhtoj urug'larga .o'xshaydi

Ma'naviy o'sish o'zini o'zi tahlil qilishni, hayotdagi ustuvorliklarni qayta ko'rib chiqishni, zararli odatlarni aniqlash va yo'q qilishni, shuningdek, rivojlanayotgan ma'naviy tushuncha va o'sib borayotgan aqliy kuchga muvofiq sog'liqni saqlash qoidalari va qonunlariga rioya .qilishni talab qiladi

Shogird ilohiy quvonchni tatib ko'rganda, u Xudo uning uchun boshqa har qanday narsadan ko'ra haqiqiyoq bo'lib qolganini angelaydi va ilohiy huzurga teginish hech qanday hissiy zavq bilan tenglasha olmaydigan baxt ekanligini .angelaydi

Xudo insonning ma'naviy ongini uyg'otish va uning irodasini fazilat go'zalligi, bag'rikenglikning buyukligi, donolikning ulug'vorligi va ma'naviy baxtning ulug'vorligi .orqali to'g'ri yo'nalishga yo'naltirish uchun ishlaydi
Men boshqalarni begona deb hisoblamayman, chunki hamma mening akam yoki opa-singilim deb o'ylayman. Men

hayotimni muvaffaqiyatli va mazmunli qilaman, toki
boshqalarga muvaffaqiyat qozonish va yutuqlarga erishishga
yordam bera olaman. Men boshqalarga hamdard bo'laman
va o'zimni ko'rsatib, ularga rahm-shafqat ko'rsataman. Men
Xudoni payg'ambarlar va avliyolar Uni sevganidek sevaman
va boshqalarga bo'lgan sevgim qudug'iga xudbinlikni
.tashlayman

Bu o'tkinchi, yer yuzidagi hayotdan tashqari, o'limga
bo'ysungan holda, abadiy, o'zgarmas hayot yotadi. Tana
parchalanib, yo'q bo'lib ketadigan kimyoviy elementlardan
iborat, ammo bu o'tkinchi mavjudlikdan tashqari, Xudoning
huzurida abadiy, samoviy hayot yotadi. Shuning uchun, biz
barcha e'tiborimizni bu o'zgarmas tanaga qaratmasligimiz
kerak va uni istaganlar uning sinovlariga chidashlari va uning
.xo'jayinlariga aylanishlari kerak

Bugun men muhtojlarga yordam berishga va ochlarga
qo'limdan kelganini berishga harakat qilaman
Men Xudoning himoyasida xavfsiz va xotirjamman va
tiniq vijdonim devorlari ortida, men sarosima va xavotir
dengizida qayg'u to'lqinlari bilan chayqalib ketgan qalblar
.kemalarini boshqaradigan yaxshilik nuri bilan birdamman
Bugun men Xudoni ichimda titrayotgan va yuragim
torlarini qo'zg'atadigan tinchlikning uchqunida his
.qilyapman

Men o'zimni baxtli qilishga intilganim kabi, boshqalarni
ham baxtli qilish uchun qo'limdan kelganini qilaman va
ma'naviy baxtim orqali ilohiy sevgi uyidagi barchaga xizmat
qilaman va vijdonimni aldashga harakat qilsam, faqat
.o'zimdan qo'rqaman

Ruh bog'laridan

Siz biron joyga borishni niyat qilgansiz va u yerga tezda
yetib borishga shoshilasiz. Yetib borganingizda, o'zingizni his
qilayotgan ishtiyoq, xavotir va hatto tartibsizlik tufayli bu
joyni yoqtirmasligingizni sezasiz. Buning o'rniga, xotirjamroq,

xotirjamroq va muvozanatliroq bo'lishga harakat qiling. Agar fikrlaringiz xavotir va bezovtalikka moyil bo'lsa, ular o'zlarini .xotirjam his qilmaguncha ularni kuch bilan bostiring Hayajonlanish asab tizimining muvozanatiga salbiy ta'sir qiladi, chunki u tananing ba'zi qismlariga katta miqdorda energiya yuboradi, boshqalarini esa tabiiy ulushidan mahrum qiladi. Energiya taqsimotidagi bu nomutanosiblik asabiylashishning sababidir. Sokin va bo'shashgan tana .asablarni tinchlantiradi va psixologik farovonlikni ta'minlaydi Xudo bilan uyg'unlikda, ichki ko'rish asta-sekin rivojlana boshlaydi. Xudo har bir samimiy ibodatga javob berishiga to'liq ishonish kerak. Kim Unga ma'rifat izlab murojaat qilsa, .uning ko'rish qobiliyati ochiladi va ongi va qalbi yorishadi Idrok ochilganda, u qalbdan chiqadigan tuyg'u, chuqur ravshanlik va aniqlik hissi sifatida namoyon bo'ladi. Bu tuyg'u orqali izlovchi to'g'ri yo'ldan borish uchun qat'iy ishonch va ishonchli yo'l-yo'riq oladi va asta-sekin bu .tuyg'uni taniy boshlaydi va unga ishonadi Bu fikrlashdan butunlay voz kechish degani emas; xotirjam, xolis fikrlash ham tushunchaga olib keladi. Behuda va o'zini o'zi qadrlash bilan boshqariladigan hissiy fikrlash .tushunmovchiliklar va noto'g'ri xulosalarga olib keladi Vayronkor shubha va yolg'on e'tiqodlarni chin dildan rad eting va qalbingiz va ruhingizni imon va Xudoga to'liq ishonish sohasiga qarating. Tafakkur sukunatida ongingiz haqiqat va to'g'ri tushunchaga e'tibor qarata oladi. Bu tajribada imon gullab-yashnaydi va rivojlanadi va tushuncha orqali siz hech bir ko'z ko'rmagan, hech bir quloq eshitmagan va hech bir inson aqli tasavvur qilmagan narsani .boshdan kechirasiz Sog'inishim va iltijolarimning har bir nafasi qalbimda eshik va derazalarni ochadi, ular orqali men Xudoning .saodatiga o'taman

Quyosh eng gavjum yo'llarda porlaganidek, men
kundalik faoliyatimning barcha gavjum joylarida ilohiy sevgi
.nurlarini ko'raman

Ey Rabbim, menga baraka ber, toki men ruhimni tong
.bilan uyg'otib, uni muborak ostonangizga olib kelay
Ey Rabbim, menga bor narsamni boshqalar bilan baham
ko'rish uchun saxovatli ruh ato et va ongimning sokin ko'lida
Sening huzuring nuri bilan porlayotgan qalbimning oyining
.aksini ko'rishga yordam ber

Bugun men donolik va ilohiy quvonch durdonalarini
topmagunimcha, Xudo haqida tafakkur va mulohaza
.dengiziga chuqur sho'ng'iyman

Yo Rabbim, men seni hamma narsadan ko'proq
sevaman, chunki sensiz men biron bir insonni yoki boshqa
hech narsani seva olmayman

Tog'lar tubida va sokin osmonda, qalbim tubida va
sukunat g'orida men Xudoning borligini his qilaman va Uning
doimiy quvonchini his qilaman hamda abadiy
to'xtamaydigan va qurib qolmaydigan Uning sof buloqlaridan
.ichaman

Ey Rabbim, men Seni sevaman va sajda qilaman, Uning
sevgisi har bir mehribon va sevuvchi qalbdagi oliy hukmronlik
qiladi

Kimdir o'qituvchi Paramahansadan unga jozibali va
jozibali shaxsni rivojlantirish yo'lini ko'rsatishini so'radi va u
shunday dedi: Boshqalar bilan muloqotda aqliy jihatdan hozir
bo'lishingiz kerak, chunki beparvolik insonning xarakteriga
boshqa har qanday narsadan ko'ra ko'proq zarar keltiradi.

Albatta, men buyuk odamlarning beparvoligi haqida
gapirmayapman, ularning fikrlari odatda chuqur masalalarga
.bag'ishlangan

Doim hushyor va ogoh bo'ling, shunda siz jozibali
magnitga aylanasiz

Hech kim e'tibordan chetda qolishni yoqtirmaydi.
Barchamiz his-tuyg'ularimiz e'tiborga olinishini va hisobga

olinishini istaymiz, shuningdek, uyg'unlik va tushunishga
erishish uchun boshqalarning his-tuyg'ularini hisobga
olishimiz va ularga e'tibor berishimiz kerak. Buning uchun siz
atrofingizdagilarga hushyor, sezgir va e'tiborli bo'lishingiz
.kerak

O'liklar boshqalarni haqorat qilishga qodir emas, lekin
.ularga e'tibor bermaydigan odam haqorat qila oladi
Boshqalar davrasida bo'lganingizda, ular bilan diqqat
bilan, g'ayrat bilan va qiziqish bilan muloqot qiling, lekin
.o'zingiz haqingizda gapirishdan qoching

Hamma o'zi haqida gapirishni xohlaydi, ammo bu zaif
yondashuv. Agar xohlasalar, boshqalarga o'zlari haqida
gapirishga ruxsat bering; ularning gaplarini tinglang. Ularga
muammolari, yutuqlari va taassurotlari haqida gapirishga
ruxsat bering, lekin sizning jozibangiz siz uchun gapirsin.
Chiroq nuri o'zi uchun aniq gapirsin; jim tebranishlaringiz siz
.uchun bir xil aniqlik bilan gapirsin

Xudo menga bir vahiyda jangda halok bo'lganlarning
dahshatli o'lim tushini ko'rishlarini, ammo yaxshilar tanadan
tirilishi bilanoq, xuddi bezovta qiluvchi dahshatli tushdan
uyg'ongandek va undan xalos bo'lganidan xursand
.bo'lishlarini ko'rsatdi

Bizning barcha hayot tajribalarimiz kosmik tushning bir
qismidir. Insoniyat urush kabusini yaratdi, ammo bu kabus
qurbonlari tanalarini tark etgandan so'ng, ular bu dahshatli
tushdan uyg'onganliklarini angladilar va o'lmaganliklarini
.angladilar. Bu chuqur metafizik haqiqat

Agar biror kishi tush ko'rayotganini bilsa, bezovta
qiluvchi tush tajribalaridan aziyat chekmas edi. Lekin agar u
tushida o'zini anglab yetsa va kimdir unga halokatli zarba
bersa, tushdagi o'lim haqiqiy va dahshatli sinov bo'lib
tuyuladi, toki ular uyg'onib, bu haqiqat emasligini
.anglamaguncha

Bu o'limdan keyingi holatga ham tegishli. Tanamizni tark
etishimiz bilanoq, ongimiz o'lmaganini, balki tanadan va

uning moddiy cheklovlari va cheklovlaridan ozod
bo'lganimizni va bu ozodlikda buyuk erkinlik yotishini
.anglaymiz

Biz hech qachon o'limni so'ramasligimiz kerak, aksincha,
Xudo bilan uyg'unlikda bo'lish va U haqida mulohaza yuritish
orqali ongimizni tayyorlashimiz kerak, toki o'lim o'z vaqtida
.kelganda, biz unga shunchaki tushdek qaray olamiz
Men xohlagan vaqtda hayot va o'limning orzuy tabiatini
ko'ra olaman Shuning uchun, men bu tanaga unchalik
ahamiyat bermayman
Asab tizimining asosida odamlarga ong rivojlanishining
eng yuqori bosqichlariga erishishga imkon beradigan noyob
.ruhiy fiziologiya mavjud

Kitlar va fillardan tashqari ko'pgina hayvonlarning
miyasidan kattaroq bo'lgan inson miyasi murakkabroq va
fikrlash qobiliyati yuqoriroq. Bu inson miyasini boshqa
jonzotlarga qaraganda ancha rivojlangan ongga ega bo'lgan
odamlar uchun mos vositaga aylantiradi. Miyaning murakkab
va murakkab konvolyutsiyalari odamlarga chuqur va chuqur
fikrlash imkonini beradi. Shuning uchun faqat insoniyatgina
ilg'or idrok darajalariga erishishga va natijada o'z
Yaratuvchisini bilishga qodir. Dono inson o'zining intellektual
qobiliyatlarini moddiy, intellektual va ma'naviy darajalarda
insoniyatga xizmat qilish va foyda keltirish uchun
.ishlatadigan odamdir

Qish sovuq, oq, nilufarga o'xshash plashida keldi
Yozning quvonchlariga bo'lgan istaklarim so'nib ketdi
Menga mehribon qalbingizning iliqligini izlashim aytilgan
edi

Va bahor paydo bo'lganda, raqsga tushib, har xil gullar
bilan bezatilgan
Dalalar va tepaliklarning xushbo'y hidi bilan menga seni
sevishim aytildi, Xudoyim

Yoz keldi, mayin barglar orasida yashil ohanglarini
kuyladi, teraklarning shitirlashi va qarag'ay daraxtlarining
shitirlashi

U sizga o'qib berishimni talab qildi
Hatto yumshoq, mayin tuproq ham shoshilgan
oyoqlarimni silab turardi

Va u ulardan sizning mavjud bo'lgan muqaddas
joyingizga yaqinlashishlarini so'radi
Yumshoq xushbo'y hid menga uning yo'lidan borishimni
aytdi

Tebranayotgan atirgullar va rayhonlar qalbidagi
muqaddas ma'badingizga
Va qushlar menga senga ular kabi qo'shiq aytishimni
aytishdi

Va oqimlar va soylar ustidan to'lqinli shabada
Senga bo'lgan muhabbatim pufakchalarini uyg'otdim va
ular sening katta ko'kraging ustida o'ynay boshladilar
Va maysaning egri tolalari bilan men qanday qilib
egilishni o'rgandim

Senga ta'zim qilaman, ey Rabbim
Xushbo'y tutatqi menga sizning atiringizning ajoyib
hidini ham aytib berdi

Va qanday qilib cheksiz taxtingiz oldida yuragimni
?muqaddas hidingiz bilan to'ldirishim kerak
Va kichkina, jim, sabrli toshlar menga seni hatto mening
baxtimni o'g'irlashga urinayotganlarda ham ko'rishim uchun
aytdi

Unutilgan yillar mendan har bir daqiqa va soniyada
o'ralgan sevgi va mehr xabarini insoniyatga yuborishimni
so'radi

Va har bir fikr menga seni uning yuragida izlashimni
aytdi

Sevgim meni siz orqali mavjud bo'lgan hamma narsani
sevishga ilhomlantirdi

Va sevgim menga pichirladi: "Meni bor kuchim bilan sev,
."ey Xudoyim

Bir safar men o't va gullar to'shagida yotdim va
tushimda mavjud bo'lgan hamma narsa go'zal va quvonchli
.ekanligini ko'rdim

Boshim baland, yashil va qalin o'tlar ustida yotardi, ular
meni yoqimli hid taratuvchi shabada bilan yelpitardi
Keyin qo'limga va tanamga tegishga majbur bo'ldim va
uning Yaratuvchisining buyukligidan hayratda qoldim. Ha,
tanamning asl mohiyatiga amin bo'lganim uchun, bir kun
kelib uni yerda qoldirishimdan hayratda qoldim. Bu tana
o'lim paytida sovuq, rangpar va harakatsiz bo'lib qoladi,
hozir esa u hayot bilan to'la bo'lib, yuzlab his-tuyg'ular,
millionlab fikrlar va milliardlab xayollar va idroklarni o'zida
.mujassam etgandek tuyuladi

Bu tana hayot boblari ochiladigan, tabassum kurtaklari
gullaydigan, keyin esa muqarrar ravishda o'lim keladigan
bosqichdir. Bu yerda, go'sht, suyak va qon orasida, go'zal
teri niqobi ortida kasallik bo'rilari va nafs hayvonlari
yashiringan. Va bu yerda ham, tana ostida, yorug'lik
saltanatiga yashirin yo'l bor. Bu tana xo'jayini - ruh - uni
qaytarib bo'lmaydigan tarzda tark etganda so'lib, so'nadi. Va
nega? Chunki jismoniy makonning ma'rifatli xo'jayini doimiy
g'amxo'rlikni talab qiladigan asab arqonlari bilan bog'langan,
loyqa, maydalangan materiya kulbasida yashashdan
charchaganida, u Xudoning yer yuzining biron bir
burchagidagi boshqa bir uyda - quvonch hidi hamma joyda
va tinimsiz tarqaladigan to'liq mavjudlik olamida taskin
.topadi

O'lmas ruh abadiy tabassum bilan hayot va o'lim rolini
.o'ynaydi, keyin esa abadiy uyiga jo'nab ketadi
Kino tomoshabinlari spektakl tugaganidan keyin ham
kinoteatrda abadiy qolishlari shartmi? Albatta yo'q. Odamlar
uyga qaytishlari kerak. Xuddi shunday, ruhlar bu yerga
hayotning kinematografik tomoshasidan bahramand bo'lish

uchun kelishadi, keyin ketishadi va yana qaytib kelishadi.

Ular filmlar va spektakllarni tomosha qilishni yaxshi ko'radilar va orzu qilgan spektakllaridan charchaganlarida va Xudo ulardan o'rganishlarini istagan saboqlarni o'zlashtirganlarida, ular abadiy saodat maskaniga bir marta .va butunlay qaytadilar

Qadriyatlar adolatga asoslanmaganida, azob-uqubat va azob-uqubatlarga olib keladigan bo'shliqlar paydo bo'ladi.

Agar qadriyatlar xudbinlik, halokatli mojaro va shiddatli raqobatga asoslangan bo'lsa, natijalar bulg'angan bo'ladi, chunki niyatlar nopokdir va bunday holatda pul baraka .topmaydi

Inson vijdonini xudbinlikdan tozalashi va boshqalar hisobiga o'zini boyitishga urinmasligi kerak. Haqiqiy qanoat moddiy emas, balki ma'naviydir va hayotdagi haqiqiy yutuq .donolik, bilim va Xudoning sevgisi xazinalariga ega bo'lishdir

Biz sodda yashashimiz va boshqalarga iloji boricha yordam berishga va ularning ahvolini yaxshilashga intilishimiz kerak. Ammo bu ezgu maqsad boshqalarni .mensimasdan xudbinlik va ochko'zlik bilan mos kelmaydi

Dunyoviy odamlar muvozanatsiz va shuning uchun muvaffaqiyatli deb hisoblanmaydi. Oddiy, muvozanatli hayot ajoyib san'at va muvaffaqiyat belgisidir. Faqat pul topishni maqsad qilganlar Xudoning marhamatiga sazovor .bo'lmaydilar

To'g'ri, Xudo bizga ishlashimiz va tanamizni ta'minlashimiz uchun ochlik tuyg'usini singdirgan, ammo tanamizni ta'minlash hayotning yagona maqsadi emas.

Maqsad har qanday moddiy yoki vaqtinchalik mulohazalardan ancha ulug', qanchalik ajoyib, ulug'vor va .ko'zni qamashtiruvchi ko'rinmasin

Shogirdlardan biri ustoz Paramahansadan ilohiy mavjudlikni qanday boshdan kechirishni so'radi. U shunday javob berdi: "Har kecha, uxlashdan oldin, ongingiz fikrlar dunyosini teshib o'tib, boshqa o'lchovga kirganini his

qilguningizcha meditatsiya qiling. Biroq, bu hammasi emas.
Ongni ichkariga qaratgandan so'ng, orzular paydo bo'lishi
kerak va istaklar Xudoga to'lqin kabi shoshilishi kerak.
Shogird o'zini butunlay Xudoga topshirganida, u to'satdan
Uning muborak huzuriga tegib, Uni taniganini his qiladi. U
juda yorqin nurni ko'radi va farishtalar va mehribon ruhlarni
ko'rishi mumkin. Yoki u mast qiluvchi samoviy hidni hidlashi
mumkin va shunda Xudo unga javob berganini biladi va
uning tushunchasi ochiladi va Xudo unga hayot sirlarini ochib
beradi. Yoki meditatsiya paytida u katta xotirjamlikka
o'ralgan bo'lishi mumkin. Agar u meditatsiya qilishni davom
ettirsa va Xudo unga buyuk sevgisini ato etsa, u ta'riflab
bo'lmaydigan ilohiy quvonchni his qiladi. Bu baxtli tajribaga
. "ega bo'lgan kishi baxtlidir
Ilohiy sevgi osmon darvozasini ochadi, u orqali izlovchi
Xudoning huzuriga kiradi
Agar biror kishi marhamatli va dono Xudodan abadiy
hayot nonini so'rasa, U ularga moddiy johillik toshini
bermaydi. Agar ibodat qiluvchi donolik ozuqasini izlasa, Xudo
ularga yolg'on ilonini taklif qilmaydi. Agar ibodat qiluvchi
Xudodan barcha chanqovni qondiradigan ilohiy saodat
mohiyatini so'rasa, U ularga xavotir va ruhiy tushkunlik
chayonini bermaydi. Agar aldangan insonlar o'z farzandlariga
yaxshi sovg'alar berishni bilsalar, barcha yaxshilik va
quvonch manbai bo'lgan Rabbiiy Uni sevuvchilarga ma'naviy
!bilim va ma'rifatni qanchalik ko'p beradi
Xudo ularni izlovchilarga eng oliy donolik va eng buyuk
bilimni ato etadi va U O'zini hech qanday o'rnini bosuvchini
qabul qilmaydigan astoydil izlovchiga ato etadi. Xudoni
butun qalbi va joni bilan izlovchi donolarning eng donosi va
Xudoga eng aziz insondir. Ibodat qiluvchining sog'inchi
kuchayganda, u Xudodan noyob va sevimli javob oladi va
Sevimlini sevuvchilar boshdan kechiradigan noyob sevgi
.zavqini boshdan kechiradi

Bu kosmik tushda o'z rolini ma'naviy ong va tobora ortib borayotgan ilohiy istak bilan o'ynaydigan dono inson Xudoga yaqin va Unga azizdir. U sof sevgiga ega va Xudoni hech qanday xudbin niyatlarsiz va hech qanday shartlarsiz sevadi, masalan, "Ey Rabbim, menga sog'liq, pul va farovon hayot .ato etishing sharti bilan Senga sajda qilaman" deyish kabi Donolar bilan Xudo o'rtasida cheksiz va cheksiz chuqur, o'zaro sevgi bor. Agar kimdir Xudodan aniq bir narsa so'rasa, Xudo inson Undan ko'ra Uning in'omlariga ko'proq qiziqishini .to'liq biladi

Inson o'z ehtiyojlarini qondirish uchun ibodat qilishi noto'g'ri emas, lekin ular Xudoni bilish va Uning ulug'vor yuzining nurini ko'rish uchun ibodat qilganda, ular bundan shaxsiy manfaat ko'zlamasliklari kerak, shuningdek, ularning fikrlari faqat in'omlarning o'zlari bilan cheklanib qolmasliklari kerak, balki Beruvchining O'ziga qaratilgan bo'lishi kerak. Izlovchi buni chin dildan qila olganda, u avtomatik ravishda saxovat bulog'i va ne'mat okeanidan boshqa barcha .in'omlarni oladi

Shogirdlardan biri ustoz Paramahansadan muayyan vaziyatlarda o'zini qanday tutish va boshqalar bilan qanday munosabatda bo'lish bo'yicha maslahat so'radi va u shunday :dedi

Haqiqatga ergashing va undan chetga chiqmang, sizga yoki boshqalarga zarar yetkazishi mumkin bo'lgan har qanday narsani, hatto bu haqiqat bo'lsa ham, aytishdan saqlaning, agar siz haqiqat ruhidan chetga chiqmasangiz. Shu bilan birga, siz teskari chegaraga bormasligingiz va og'riqli haqiqatlarni aytmaslik uchun yolg'on gapirishga .murojaat qilmasligingiz kerak

Keraksiz narsalar haqida o'ylamasdan, o'zingizga va boshqalarga halol bo'ling. Rost gapiring va hech kimga zarar yetkazadigan yoki xafa qiladigan gaplarni aytishdan saqlaning. Barcha sirlaringizni halollik va shaffoflik nomi bilan oshkor qilmang, chunki agar siz zaif tomonlaringizni

fosh qilsangiz, ular xohlagan paytda sizni xafa qilishga yoki masxara qilishga harakat qilishadi. Nega ularga sizga qarshi ?ishlatishlari mumkin bo'lgan qurol berish kerak O'zingizga va boshqalarga baxt va xotirjamlik keltiradigan tarzda gapiring va harakat qiling

Yaxshilik keltiradigan haqiqat va ulardan kelib chiqishi mumkin bo'lgan oqibatlarni hisobga olmagan holda faktlarni aytib berish o'rtasidagi farqni bilish uchun ma'naviy idrokni rivojlantirish zarur, chunki narsalar o'z oqibatlari bilan baholanadi. Bilganlaringizning hammasini aytish tavsiya etilmaydi, shuningdek, boshqalar o'zlari uchun bilishi kerak bo'lgan narsalar haqida yashirincha gapirish ham tavsiya .etilmaydi

To'liq idrokka ega bo'lmasangiz, haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri tushunmaguningizcha va barcha uchun adolatli natijalarga erishmaguningizcha, gapirishda o'zingizni .tiyganingiz ma'qul

Xudo haqida o'ylashda davom eting va Undan yordam va yo'l-yo'riq so'rang, shunda sizning tushunchangiz ochiladi, shunda siz narsalarni aniq ko'ra olasiz va keyin yaxshiroq .ajrata olasiz

Tana hujayralarini yoshlik energiyasi bilan to'ldirish

Kosmik energiya tanaga doimiy va uzluksiz oqadi, ammo ko'pchilik odamlar bu mo'l-ko'l hayotiylikdan bexabar. Buni his qilganlar hujayralarida energiya to'lqinini va ularga yangi .kuch beradigan tetiklantiruvchi oqimni boshdan kechirishadi
Butun tabiat Olam Parvardigoriga hurmat bilan bosh egadi va Uning kuchi insoniyat orqali oqib o'tadi. Muammo insoniyat va barcha kuch manbai o'rtasida mustahkam aloqani rivojlantira olmaslikda. Biz to'g'ridan-to'g'ri ilohiy kuch bilan yashaymiz va boshqa barcha kuchlar Xudoning .qo'llab-quvvatlovchi kuchisiz foydasizdir
Oziq-ovqat, kislorod va quyoshnuri — bu elementlar bizga ma'lum darajada sog'liq berishi mumkin, ammo biz

Cheksiz Manbadan to'liq sog'liqqa qanday erishishni tushunishimiz kerak. Material manbalari oxir-oqibat zaryadi tugaydigan kichik batareyalarga o'xshaydi, Cheksiz Manba esa hech qachon kamaymaydigan, ruhga doimiy ravishda hayotiylik, baxt va kuch bag'ishlaydigan qudratli generatoridir. Shuning uchun, iloji boricha Cheksiz Manbaga .ishonish juda muhimdir

Xohlovchi inson bu hayotiy manbadan to'g'ridan-to'g'ri uning manbasidan foyda olishning to'g'ri yo'lini o'rganishi va fikr haqiqat ekanligini anglashi kerak, chunki barcha tabiiy hodisalar ilohiy fikrning timsolidir, chunki Xudo bu yerni .yaratishdan oldin u haqida o'ylagan

Ko'pchilik fikrlash tananing mahsulidir, deb hisoblashadi, ammo tananing juda aniq shakllanishi va uning qismlari va organlari o'rtasidagi ajoyib muvofiqlik tananing oliyjanob .kosmik ongning yaratilishi ekanligini aniq ko'rsatadi

Aql tanani boshqaradigan asosiy elementdir va inson uchun kasallik, zaiflik, qarish va umidsizlik kabi insoniy kamchiliklarning ruhiy takliflaridan qochish va o'zini cheksiz faoliyat uning ichidan oqib o'tishiga ishonch hosil qilish juda muhimdir va bu faoliyat aql-zakovatga ega bo'lib, tana hujayralarini sog'lomlik va yoshlik hayotiyligi bilan .to'ldirishga qodir

Fikr - bu har bir tirik hujayraning miyasi, his-tuyg'ulari va sezgilari; u tanani faol va hushyor yoki sust va sust holda ushlab turish qudratiga ega. Fikr xo'jayin, tananing hujayralari esa uning bo'ysunuvchilari bo'lib, o'zlarining oliy .xo'jayini - fikrning buyruqlari va taqiqlariga bo'ysunadilar

Biz har kuni iste'mol qiladigan ovqat sifatiga katta e'tibor beramiz va shunga o'xshash tarzda har kuni ongimizga beradigan intellektual va psixologik ovqat sifatiga .ham e'tibor berishimiz kerak

Metafizik olimning ta'kidlashicha, tana elektromagnit to'lqin emas, balki ilohiy ong dengizida suzib yurgan ong .to'lqinidir

Biz har kuni jismoniy kuchimizni mustahkamlashimiz,
aqliy kuchimizni oshirishimiz va meditatsiya, sog'lom fikrlash
va tana, ong va ruhga birgalikda foyda keltiradigan ijobiy,
.samarali ish orqali o'zimizni anglashimiz kerak
Xudo menga umrimning shu uzoq yillari davomida baxt
ato etdi. Odamlar yuzimdagi mamnuniyat tabassumini
ko'rishadimi yoki yo'qmi, ilohiy quvonch doim men bilan va
meni hech qachon tark etmaydi. Baxtning buyuk daryosi
ongim qumlari ostida uzluksiz oqadi va hayotim bog'larini
.sug'oradigan muborak buloqlar kabi otilib chiqadi
Hayotning to'satdan o'zgarishi mening xotirjamligimni
buzolmaydi, o'lim arvohi ham men his qilayotgan ma'naviy
.baxtni tortib ololmaydi

Bu holatni doimiy va o'zgarmas qilish qiyin edi, lekin
men hozir zavqlanayotgan va boshqalar bilan baham
ko'rayotgan ruhning mevalari bunga sarflagan barcha sa'y-
.harakatlaringa arziydi

Men ilohiy ruh tomonidan boshqarilgan deb o'ylayman
va harakat qilaman. Pul hech qachon hayotimdagi maqsadim
bo'lmagan, balki insoniyatdagi birodar-opa-singillarimga
xizmat qilish bo'lgan. Shuning uchun Xudo o'zimni ta'minlash
va vazifamni bajarish uchun menga ko'plab yaxshilik
eshiklarini ochdi. Va menga yordam kerak bo'lganda, Xudo
.uni darhol beradi

Mening yagona istagim sizga xizmat qilish va shuning
uchun men bu yerdaman

Xudoning kuchi sizning hayotingizda ham ishlaydi.

Imoningiz mustahkamlanganda va haqiqiy boylik moddiy
muvaffaqiyatdan emas, balki Qodir Tangridan kelishini
.anglaganingizda, bu haqiqatni o'zingiz boshdan kechirasiz

Hayot oldindan aytib bo'lmaydigan, injiq va sirli,
shubhalar, har xil muammolar va g'alayonlarga to'la bo'lib
tuyulsa-da, biz Xudoning doimiy himoyasida qolamiz. Biz
vaziyatni bo'rttirib ko'rsatmasligimiz yoki voqealar oldida
xotirjamligimizni yo'qotmasligimiz kerak, chunki agar vahima

bizni bosib olishiga yo'l qo'ysak, yovuzlikka kuch beramiz va uning ildizlarini chuqurlashtiramiz, ular qo'rquv va xavotir .tuprog'ida o'sadi va gullab-yashnaydi

Hayot sinovlarida abadiy baxt va xotirjamlikni topishni kutmasligimiz kerak; aksincha, ularni o'zimizda izlashimiz va kashf etishimiz kerak. Keyin, qanday tajribalarni boshdan kechirsak ham, biz ularga boshqa birovning tajribalarini filmda tomosha qilganimiz kabi munosabatda bo'lamiz, xoh .yoqimli, xoh og'riqli bo'lsin

Inson o'z ongiga yo'l qo'ysa, barcha tajribalarini og'riqli, baxtsiz sinovlarga aylantirishi mumkin. Ular sog'lig'i yaxshi bo'lishi mumkin, ammo uning qadrini anglay olmaydilar. Ammo agar ular kasal bo'lib qolishsa, o'zlarini kamtar tutib, farovonlik ne'matini qadrlashadi. Biz Xudoning marhamatini tan olishimiz va bizga bergan ne'matlari uchun Unga minnatdorchilik bildirishimiz kerak, buning uchun noqulay vaziyatlar bizni minnatdor qilishini va Uning marhamatini tan .olishini kutmasdan

Hayot mulohaza va harakatlarning uyg'unligi bo'lishi kerak. Inson psixologik muvozanatini yo'qotganda, u tashvishlar, qayg'u bulutlari va og'riq azoblariga moyil bo'lib qoladi. Agar ular sog'liq, farovonlik va donolik qonunlarini buzishga harakat qilsalar, muqarrar ravishda kasallik, .qashshoqlik va johillikdan aziyat chekishadi

Biz niyatlarimizni pok, niyatlarimizni toza saqlashimiz va xotirjamlik keltiradigan tarzda harakat qilishimiz, hayot sharoitlari tinchligimizni buzishi va baxtimizni barbod .qilishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak

shuningdek, aql-idrokimizni mustahkamlang va yillar va avlodlardan meros bo'lib o'tgan intellektual va axloqiy zaiflik yukini rad eting. Bu iflosliklar yangilangan qat'iyat va samarali harakatlar olovida yoqib yuborilishi kerak. Ushbu konstruktiv yondashuv bilan chinakam fidoyi shaxs ozodlik .va erkinlik ufqlariga yetib borishi mumkin

Baxtning abadiy qonunlari

Aytishlaricha, Hindistonning solih hukmdorlaridan birining oltin davrida uning qirolligining tinchligi va to'liq uyg'unligini buzadigan biron bir voqea, bevaqt o'lim yoki .tabiiy ofatlar sodir bo'lmagan

Oila a'zolari yanada halollik bilan yashasalar, har bir uyda ko'proq uyg'unlik, sog'liq va mehr-muhabbat bo'ladi.

Ammo oila a'zolari bir-biriga xudbinlik bilan munosabatda bo'lishsa, uy avtomatik ravishda nizo va nafratga to'ladi. Bu xalqlarga ham tegishli. Odamlar halollik va halollik bilan yashasalar, ular Yer yuzida Xudoning Shohligiga guvoh .bo'ladilar

Vaqt qisqa Bugun biz shu yerdamiz, ertaga ketamiz

Xudoni izlash insoniyatning eng oliy imtiyozidir Biz bu hayotda Xudo bizga bergan erkinlikdan maksimal darajada foydalanishimiz va undan oqilona foydalanishimiz kerak, toki biz abadiy ma'naviy haqiqatlarni shaxsan boshdan .kechirishimiz mumkin

Gunoh - bu inson uchun azob va azob-uqubatlarga sabab bo'ladigan hamma narsa. Fazilat uni abadiy baxtli qiladigan narsadir. Agar insonning fikrlari va ichki xotirjamligida ma'naviy uyg'unlik bo'lmasa, yangi uy, yangi mashina yoki boshqa biron bir yangi narsa uning qalbiga baxt va xotirjamlik keltira olmaydi; aksincha, ularning ichki azobi, hatto o'sha yangi narsalarni va boshqa narsalarni .sotib olgandan keyin ham saqlanib qoladi

Haqiqiy baxt sharoitlarga qarshi turish va barcha tashqi sinovlarga dosh berish qobiliyatidadir. Bu siz boshqalarning sizga zarar yetkazish va tuzoqqa ilintirishga qaratilgan xurofotlari va yomon niyatli urinishlari tufayli yuzaga keladigan azobli og'riq va qattiq qiyinchiliklarga dosh bera olsangiz va ularning gunohlariga sevgi va kechirim bilan javob bersangiz, tashqi sharoitlarning og'riqli azoblariga qaramay, xotirjamligingizni saqlay olsangiz, baxtni tatib .ko'rasiz

Muqaddas Yozuvlarda ilohiy amrlarni mensimay,
ahmoqona istaklari va injiqliklariga ergashganlar baxt topa
olmaydilar va o'zlarining asosiy maqsadlariga erisha
olmaydilar, deyilgan. Ular haqiqat izlovchilarni Muqaddas
Yozuvlarni nima qilish kerakligi va nimadan qochish
kerakligini aniqlashda o'zlarining yo'l boshchi nuri va hakami
qilishga, masalalarni ajratib ko'rsatishga va donolikka
.muvofiq harakat qilishga undaydilar
O'ziga ishonganlar halollik bilan harakat qiladiganlardir.
Baxt faqat sof fikrlar va to'g'ri harakatlardan keladi. Agar siz
hozir baxtli bo'lsangiz, kelajakda ham bu dunyoda, ham
.keyingi dunyoda baxtli bo'lasiz
Mavjud imkoniyatlar quyoshi porlab turgan paytda biz
donolik mevalarini yig'ib, omad hosilini to'plashimiz kerak.
Boshqacha qilib aytganda, juda kech bo'lmasdan oldin
.imkoniyatlardan foydalanishimiz kerak
agar imkoniyatdan Fursatdan foydalaning, chunki)
(foydalanmasangiz, bu pushaymonlikka aylanadi
Xudo bizga amrlar deb nomlangan ma'naviy qonunlarni
bergan. Ammo bu amrlar har kuni va hamma joyda e'tiborsiz
qoldiriladi va buziladi. Agar odamlar ularning ma'naviy
ma'nosini tushunmasalar, ular doimo ulardan shikoyat
qiladilar va ulardan yuz o'giradilar. Bu amrlar barcha Ibrohim
dinlari tomonidan qo'llab-quvvatlanadigan abadiy xulq-atvor
qoidalaridir. Biroq, matnlar ko'pincha bu amrlarning
psixologik jihatlarini va ularga rioya qilish bilan bog'liq
foydalarni tushuntirib bermaydi. Odamlar bu amrlarni ibodat
joylarida qabul qilishadi, lekin ulardan tashqarida ularga
rioya qilishmaydi va buni bu qoidalar amaliy emas, mantiqsiz
va zamon bilan hamnafas ekanligini da'vo qilish bilan
oqlashadi. Biroq, bu amrlarning buzilishi dunyodagi barcha
.baxtsizliklarning asosiy sababidir
Lekin bu amrlarning foydasi nimada va ularning
?afzalliklari qayerda

Muqaddas kitoblar insonga Xudo haqida o'ylashni, ongini
Unga bag'ishlashni, barcha ishlarni Unga topshirishni va
Unga riyokorlik bilan aralashmagan va da'vogarlik bilan
bulg'anmagan holda chin dildan ibodat qilishni maslahat
.beradi

Xudoni bilish hayotning asosiy maqsadi bo'lishi kerak.
Dunyoviy burchlarni Xudo insoniyatga bergan kuchsiz bajarib
bo'lmaydi. Xudoni unutib, oddiy burchlarni bajarish xato va
.gunohdir

Gunoh johillikni anglatadi: insonning eng katta
yaxshiligiga zid bo'lgan tarzda harakat qilish
Nima uchun odamlar qayg'u va pushaymonlikni his
qilishadi? Chunki ular to'g'ri yo'l tutishmadi, chunki Xudo
.ularning qalbida birinchi o'rinda turmadi
Inson hayotida hech narsa Xudodan muhimroq deb
hisoblanmasligi kerak. Agar inson chinakam Xudoga
g'amxo'rlik qilsa va Unga nisbatan ruhiy burchini bajarsa,
uning ahvoli har jihatdan yaxshilanadi va atrofdagi barcha
sharoitlarga qaramay, ular o'zlarini xavfsiz va xotirjam his
.qiladilar

Inson Xudodan boshqa mol-mulk, pul, shon-shuhrat yoki
boshqa biror narsaga sig'ina boshlagan zahoti, baxtsizlik
ularning taqdiriga aylanadi. Barcha e'tiborini shu narsalarga
qaratganlar aslida ularga sig'inadilar va shuning uchun ular
Xudoga yaqinlashmaydilar, balki Undan uzoqlashadilar. Lekin
Xudoni o'ylaydigan, U haqida mulohaza yuritadigan va
qalblarida U bilan muloqot qiladiganlar Unga yaqinlashadilar
.va U bilan jimgina muloqotda ichki quvonchni his qiladilar
Faqatgina Xudo insonning orzularini va abadiy baxtga
bo'lgan umidlarini ro'yobga chiqarishga qodir. Shuning
uchun, qalbdagi Xudoning o'rnini hech narsa egallashiga yo'l
.qo'yilmasligi kerak

Izlovchiga Xudoni eslab qolishga va Unga yaqinlashishga
yordam beradigan muqaddas ramzlar mavjud. Biroq, agar
inson bu ramzlarga sig'inishni boshlasa, ularning zarari

foydasidan ustun bo'ladi. Ibodat faqat Xudoga qaratilgan bo'lishi kerak, chunki boshqa hech narsa ibodatga loyiq .emas

Ritualistik ibodatning tabiati qanday bo'lishidan qat'i nazar, ibodat qiluvchi uni ma'naviy ong va Unga intilish bilan bajarsa, u Xudoga ma'qul bo'ladi. Biroq, ko'p odamlar ibodatning mohiyatini tushunmaydilar va ularning fikrlari va qalblari Xudodan marosimlarga chalg'iydi, shuning uchun .ibodatlaridan ko'p foyda ko'rmaydilar

Haqiqiy topinuvchilar o'z onglarini biron bir tasvir yoki shakl bilan cheklab qo'yishga yo'l qo'ymaydilar, balki ular barcha tasvirlar va shakllar ortidagi ilohiy ruhga eng chuqur .sevgi va to'liq e'tibor bilan e'tibor qaratadilar

Xudo mutlaq va cheksizdir, va hech qanday tasvir yoki haykal Uni sig'dira olmaydi

Xudo Uni chin dildan sevadigan va U bilan uyg'unlikda bo'lgan har bir kishida o'zini namoyon qiladi, deyish mumkin, chunki U hamma joyda mavjud va shuning uchun hammada mavjud. Biroq, hamma ham ilohiy mavjudlikni namoyon qila olmaydi. Quyosh ko'mirga ham, olmosga ham bir xil darajada porlaydi, lekin olmos quyosh nurini qabul qiladi va aks ettiradi, ko'mir esa aks ettira olmaydi. Xuddi shunday, barcha odamlar Xudoning nuriga cho'mgan, ammo bu nurni qabul qila oladigan va uni o'z fikrlari va harakatlarida aks ettira oladiganlar oz. Buning uchun ular meditatsiya orqali va ilohiy ta'limotlar va amrlarga amal qilish orqali o'zlarini .poklashlari kerak

Biz Xudoning ismini talaffuz qilganimizda, nima deyayotganimizni chuqur va chin dildan anglashimiz kerak.

Agar siz ibodat paytida odamlarning fikrlariga nazar tashlasangiz, ko'pchilik Xudodan boshqa hamma narsani o'ylayotganini ko'rasiz, garchi ular Uning ismini tilga olsalar .ham! Bunday ibodat samarasiz va befoydadir

Ibodat qilganimizda, fikrlarimizni chalg'itib, shunchaki Uning muborak ismini takrorlash o'rniga, butun ongimizni

Xudoga qaratishga harakat qilishimiz kerak. Xolalarimdan biri ibodatlarini kamdan-kam hollarda qo'lidan tushadigan ibodat munchoqlariga o'qirdi. Lekin u bir kuni menga qirq yil davomida bu ibodat odatini amalda qo'llaganiga qaramay, Xudo uning ibodatlariga javob bermaganini tan oldi. Buning ajablanarli joyi yo'q! Uning "ibodatlari" shunchaki asabiy .odat edi

Ibodat qilganimizda, faqat Alloh haqida o'ylamasligimiz kerak. Ibodatimizda samimiyatli va iltijolarimizda fidoyi bo'lishga intilishimiz kerak. Duo munchoqlaridan foydalanish va Xudoning ismini doimo tilga olish, agar bu amaliyot qalbdan kelib chiqsa va samimiylik va diqqat markazida bo'lgan ong bilan qo'llab-quvvatlansa, juda maqbuldir. Biroq, bu amaliyot vaqt o'tishi bilan avtomatik bo'lib qolishi .mumkin

Biz Xudoning ismini qalbimizda, sog'inch va ilohiy sevgi tasbehi ostida pichirlashimiz kerak; bu Xudoning qalbiga ta'sir qiladigan haqiqiy ibodatdir. Xudoning ismini sovuqqonlik va adashgan ong bilan tilga olish kufr va hurmatsizlikdir. Ibodat qilganda, qalb va ong Xudoning sevgisi bilan to'lishi kerak. Yuqori yogik mashqlari orqali aqliy diqqatni jamlash bizga shon-sharaf va ulug'vorlikning oliy manbai bo'lgan Xudoga yaqinlashishga yordam beradi, shuningdek, U bilan fikr yuritish va muloqot qilishimizga .yordam beradi

Haftada bir kunni (iloji bo'lsa) Xudo haqida tafakkur qilish va xotirjamlik, xotirjamlik va ichki xotirjamlikni his qilish uchun ma'naviy chekinishga bag'ishlash juda muhimdir. Shu tarzda o'tkazilgan vaqt haftaning qolgan qismida duch keladigan tashvish va tashvishlar uchun .tinchlantiruvchi balzam bo'ladi

Har bir inson hissiy jarohatlari va og'riqlarini davolash uchun har hafta bir kunni yolg'izlikda yoki "ma'naviy chekinish"da o'tkazishi kerak. O'sha kun tinchlik, quvonch va

mamnuniyatga aylanganda, siz uni haftama-hafta intiqlik
.bilan kutasiz

Yolg'izlik - bu buyuklikning narxi. Ushbu ruhiy chekinish
va ruhingiz va Xudo bilan bog'lanish orqali ongingiz, tanangiz
va ruhingiz uchun erishiladigan ajoyib natijalar sizni hayratda
qoldiradi. Agar siz chinakam baxtga intilsangiz,
uyg'onganingizda erta tongda va kechasi uxlashdan oldin
.ilohiy tinchlik okeaniga sho'ng'ishingiz kerak

Hindiston donishmandlari faqat bir kun yolg'izlikni emas,
balki har kuni to'rtta aniq vaqtda tinch meditatsiya qilish
zarurligini ta'kidlashadi. Tong otganda, uyg'onishdan va
kimdir bilan uchrashishdan oldin, xotirjamlik va
xotirjamlikdan bahramand bo'lish kerak. Peshinda tushlikdan
oldin ongni tinchlantirish va kechki ovqatdan oldin yana bir
bor xotirjamlikdan bahramand bo'lish kerak. Nihoyat, kechasi
.yotishdan oldin yana tinchlik holatiga kirish kerak
Yolg'izlik paytida va ushbu to'rt kunlik davrda sukutni
astoydil saqlaganlar Xudo bilan uyg'unlikni his qilishlari
shart. Bu davrlarning barchasiga rioya qila olmaydiganlar
hech bo'lmaganda ertalab va kechqurun vaqtlarini
bag'ishlashlari kerak. Shunday qilib, ularning hayoti yaxshi
tomonga o'zgaradi va ular baxtni his qilishadi; tajriba eng
yaxshi dalildir

Agar siz bank hisobingizni qoplash uchun yetarli mablag'
kiritmasdan cheklar yozishda va imzolashda davom etsangiz,
pulingiz tugab qoladi. Xuddi shu narsa hayotingizga ham
tegishli. Hayotiy hisobingizga muntazam ravishda tinchlik
kiritmasangiz, energiyangiz tugaydi, xotirjamligingiz
yo'qoladi va baxtingiz yo'qoladi. Xulosa qilib aytganda, siz
oxir-oqibat hissiy, ruhiy, jismoniy va ma'naviy bankrotlikka
duchor bo'lasiz. Ammo Xudo haqida chuqur kundalik
.mulohaza yuritish qalbingizdagi kamchiliklarni qoplaydi
Dindor izlovchi har kuni meditatsiya qiladi, qalbidagi
barcha sevgi va sog'inch bilan Xudo bilan muloqot qiladi,
Undan O'zini ochib berishini yolvoradi. Agar siz Xudoning

sevgilisi bo'lsangiz va Uning huzurini his qilishni istasangiz, ongingiz va tanangizni Uning tinchligiga cho'mdirishingiz kerak, shunda hayot sizga tabassum qiladi va ishlaringiz ko'p jihatdan yaxshilanadi. Xotirjam odam kamdan-kam hollarda xato qiladi va minglab odamlar muvaffaqiyatsizlikka .uchragan joyda muvaffaqiyatga erishadi

Xudo haqida o'ylamaydigan yoki Unga ahamiyat bermaydiganlar tushkunlikka tushib, baxtsiz bo'lishadi. Ular .asabiylashadi va yurish mashinalariga aylanadilar Agar siz ruhiy kuch sarflab, qalbingizda Xudoga birinchi o'rinni bersangiz, donolik va tinchlik quyoshi xotirjamlik osmonida ko'tariladi va sizning borlig'ingizni shifobaxsh .nurlari bilan qoplaydi

Tafakkur kuni, shuningdek, ruhiy va jismoniy dam olish va ichki xotirjamlikni rivojlantirish kuni bo'lishi kerak. Donolik va xotirjamlik keltiradigan har qanday faoliyat o'sha kuni .muborak faoliyatdir

Ota-onani hurmat qilish haqida muqaddas kitoblarda ularga yaxshi muomala qilish tavsiya etilgan: "Ota-onangizni .hurmat qiling" va "Ota-onangizga mehribon bo'ling Inson ota-onalari Xudoning vakillari sifatida hurmat qilinishi kerak, chunki U ularga insoniyatni yaratish in'omini bergan. Ona Xudoning sof sevgisining timsolidir, chunki mehribon ona boshqa hech kim kechirmaydigan joyni kechiradi. Ota Xudoning donoligi va farzandlari uchun .himoyasining namoyonidir

Inson ota-onasini Xudodan tashqari emas, balki bu sevgining ifodasi sifatida sevishi kerak. Himoyachi va dono. Oliy ilohiy ruh bolaga yordam berish uchun ota va onaga aylanadi, shuning uchun uni ota-onalar hurmat qilishlari .kerak

Muqaddas Kitob bizga o'ldirish uchun o'ldirmaslikni ham maslahat beradi, chunki u holda odam qotilga aylanadi. Inson kuchli his-tuyg'ular paytida boshqa birovning hayotiga zomin bo'lmasligi kerak. Biroq, agar yaqinlaringizga tahdid

solinsa, Xudo ularga ishonib topshirganlarni himoya qilish uchun kurashish kerak, chunki oila va vatanni himoya qilish .muqaddas burchdir

Zinoga qarshi taqiqqa kelsak, jinsiy birlikning ideal maqsadi Xudoning suratida yaratilgan bolalarni tug'ish va bir-birida Xudoni ko'rgan er-xotinlar his qiladigan sof sevgining ifodasi bo'lishi kerak. Faqat jismoniy darajada yashaydiganlar, haqiqiy sevgiga yoki jinsiy istakning yaratilish maqsadiga ahamiyat bermasdan, ushbu amrga muvofiq zino qiladilar. Bu holda, ular jinsiy istaklarini qondiradigan va keyin o'z yo'llarida davom etadigan .hayvonlardan farq qilmaydi

Xudo erkaklar va ayollarda oilaviy hayotda chinakam o'zaro sevgini tug'ish va ifoda etish uchun bu ijodiy istakni yaratdi va uni boshqa yo'l bilan noto'g'ri ishlatmaslik kerak, .aksincha, muqaddas faoliyat va bilimga aylantirish kerak

Agar siz o'zingizning jinsiy kuchingizni nazorat qila olsangiz va taqsimlay olsangiz, yozish, chizish yoki yashirin iste'dodlarni boshqa ko'plab usullar bilan ochib berish uchun .ajoyib aqliy qobiliyatlarni rivojlantira olasiz

Va nihoyat ijodiy faoliyatni nazorat qila va ma'naviy jihatdan o'zgartira olganingizda, siz buyuk tinchlik, buyuk sevgi va ortib borayotgan ma'naviy quvonchni boshdan .kechirasiz

Jinsiy faoliyatini ma'naviy jihatdan o'zgartirgan avliyolar va ruhiy yetakchilar dunyoda va haqiqatni ezoterik izlashda hayratlanarli va hayratlanarli ishlarni bajarishga qodir .devlardir

Shunday qilib, jinsiy istakdan eng yuqori darajada foydalanish uning kuchini oshirish, ya'ni donolik, yuksak g'oyalar va ma'naviy ideallarni namoyon etish uchun uning energiyasini yuqori maqsadga yo'naltirishdir. Jinsiy fikrlardan zavqlanmaslik yoki taqiqlangan narsani xohlamaslik kerak. Bunday o'zini tuta bilishga erishilganda, jinsiy aloqa va uning .oliy maqsadi haqida sog'lom nuqtai nazarga ega bo'ladi

Jinsiy masalalarga qul bo'lish sog'liqni, o'zini tuta bilishni, intellektual xotirjamlikni va qisqasi, insonga kerak .bo'lgan barcha baxt elementlarini yo'qotishni anglatadi Muqaddas kitoblar bizni o'g'irlik qilmaslikka undaydi.

Agar ming kishidan iborat guruh bir-biridan o'g'irlik qilsa, har birining 999 ta dushmani bo'ladi. Shuning uchun, boshqalarning huquqlarini buzmaslik, ularning yerini, tinchligini, sevgisini, qadr-qimmatini yoki ularning biron bir moddiy yoki ma'naviy boyligini tortib olmaslik kerak. Agar o'zingizniki bo'lmagan narsani olish istagini his qilmasangiz, sizga kerak bo'lgan narsa yoki xohish sizga keladi. O'g'irlik birinchi navbatda ongda paydo bo'ladi. Inson boshqalarga hasad qila boshlaganda. Yomon niyatlarning urug'lari ongdan sug'urib olinishi kerak. Ma'naviy altruizm - bu shunday yo'l. Shunda inson tabiiy ravishda mo'l-ko'lchilikni jalb qiladi va ularga bilgan va bilmagan manbalaridan ne'matlar oqib keladi. Bu xatosiz ilohiy qonun. O'g'rilar va xudbin odamlarga kelsak, ular hayotlarini moddiy boylik ortidan quvib o'tkazadilar, ko'zlari doimo boshqalarda bor narsaga qaraydilar, hatto o'z xazinalari oltin bilan to'lib toshgan .bo'lsa ham

Moddiy xudbinlikdan voz kechilmaguncha, dunyo baxtni
bila olmaydi

Baxt faqat ma'naviy hamkorlik orqali keladi. Bu inson boshqalarning ehtiyojlarini o'zinikidek his qilganda va .boshqalar uchun o'zi uchun ishlaganidek ishlaydi Yana bir muhim amr - yolg'on guvohlik berishdan saqlanish. Haqiqatni buzib ko'rsatish orqali kimgadir zarar yetkazish ijtimoiy uyg'unlikni buzishning yana bir usuli hisoblanadi. Agar kimdir yaxshi munosabatda bo'lishini istasa, boshqalarga ham shunga yarasha munosabatda .bo'lishi kerak

Haqiqat har doim aytilishi kerak, lekin haqiqatni aytish bilan shunchaki faktlarni aytib berish o'rtasida farq bo'lishi kerak. Kimdirni cho'loq yoki ko'r deb atash og'riqli va

foydasiz; boshqalarning his-tuyg'ularini inobatga olish va ularni uyaltirishdan qochish kerak. Xuddi shunday, ezgu maqsadsiz kimgadir xiyonat qilishi mumkin bo'lgan haqiqatni oshkor qilish ham noto'g'ri. Boshqa tomondan, haqiqatni aytmaslik uchun yolg'on gapirmaslik kerak; aksincha, boshqalarni uyaltirish yoki ularga zarar yetkazmaslik uchun .ba'zi vaziyatlarda jim turish mumkin

Inson qalb xotirjamligini kemiradigan halokatli kasallik bo'lgan hasaddan ehtiyot bo'lishi kerak. Inson boshqalarga tegishli narsalarga qanchalik ko'p qiziqsa, uning baxtsizligi va baxtsizligi shunchalik kuchayadi. Hasadgo'y odam tinchlikning ta'mini bilmasdan, muammoli hayot kechiradi. Ular o'zlarini hurmat qilishlari, o'zlariga ishonishlari va ichki .ma'naviy boylik izlashlari ancha yaxshi

Insonning qadr-qimmati va ichki qadr-qimmati ular xohlagan yoki egallashni istagan har qanday narsadan ancha yuqori. Xudo har bir insonda boshqa hech bir insonda namoyon bo'lmaydigan tarzda namoyon bo'ladi. Ularning yuzi boshqa hech bir insonnikiga o'xshamaydi va ularning ruhi boshqa hech bir insonnikiga o'xshamaydi, chunki ular ichida barcha yaratilishning eng buyuk xazinasini yotadi va bu .eng buyuk xazina Xudodir

Biz o'tmish bilan bog'liq emasmiz

Inson to'g'ri iymonga ega bo'lib, shunga muvofiq harakat qilsa, u iymonsiz va hayot jangida o'z burchlarini .bajarmaydiganlardan ko'ra baxtliroqdir

Sog'lom imon va solih amal (ezgu niyatlar va yaxshi niyatlar bilan qo'llab-quvvatlanadi) baxt bor joyda doimo mavjud bo'ladi va baxt yo'q joyda yo'qoladi. Bundan xulosa qilishimiz mumkinki, ular baxtning ikkita muhim sharti bo'lib, ularsiz ularga erishib bo'lmaydi. Baxtni istaganlar faqat uning poydevori va ustunlari bo'lgan ushbu ikkita asosiy .elementga ega bo'lishlari kerak

Insonlar koinotning cheksiz tarkibiy qismlarini — xohishiga ko'ra — nazorat qila olmaydi, shuningdek, ularni

o'zgartira yoki yo'q qila olmaydi. Bu komponentlar inson hayotining matosi bilan chambarchas bog'liq va odamlar ulardan alohida faoliyat yurita olmaydi. Biroq, ular bu komponentlarga moslashish uchun onglarini boshqarishlari .mumkin

Unga zarar yetkazmang

Ota-bobolarimiz bizdan baxtliroq edilar, chunki ular
hozirgi bizdan ko'ra ko'proq dunyoviy narsalar va zavqlarga
ega edilar yoki hayot muammolariga kamroq duch kelganlari
uchun emas, balki ularga tasalli, xotirjamlik, qoniqish va
.qisqasi, baxt keltiradigan psixologik muvozanatga ega edilar
Ular baxt uchun tashqi sharoitlarga bog'liq emas edilar,
shuningdek, ularni baxtdan mahrum qiladigan tashqi
sharoitlarga ham berilishmadi. Ularning qulaylik, xotirjamlik,
baxt va qoniqish hissi tabiiy, normal, sog'lom va uzoq
muddatli edi. Agar biz baxtga ega bo'lishni istasak, biz ham
bu his-tuyg'ularni rivojlantirishimiz kerak. Va oramizda kim
?bunday qilmaydi

Taqdir - bu o'tmishdagi iroda erkinligi yoki tanlov
erkinligi natijasidir. O'tmishdagi iroda erkinligi
amaliyotlarimiz orqali biz o'zimizga taqdir va taqdirni olib
keldik va olib kelmoqdamiz. Biroq, biz o'tmish bilan bog'liq
emasmiz va harakatlarimiz oqibatlari bilan abadiy cheklanib
qolmaymiz. Agar xohlasak va yo'limizni to'g'rilashga va
hosilimiz sifatini yaxshilashga intilsak, ekanlarimizni yo'q
qilishimiz va yozganlarimizni o'chirishimiz mumkin. Agar biz
og'riqli oqibatlarga olib keladigan harakatlarning urug'larini
yo'q qilsak va ularning o'rniga ruh tabiatiga ko'proq mos
keladigan urug'larni eksak, biz, albatta, ruh tuprog'iga
ekilgan yaxshi urug'lardan baxt mevalarini yig'ib olamiz.
Agar biz ko'proq baxtga erishmoqchi bo'lsak yoki azob-uqubat va og'riqni kamaytirmoqchi bo'lsak, ertaga emas, .balki hozir, hozir erkin irodadan foydalanishimiz kerak
Shuning uchun, baxtning shartlari insonning o'zida yotadi va u shunchaki xato qilmaydigan tenglama bilan jiddiy

shug'ullanishi kerak va agar u eng yaxshi baho berib, unga amal qilsa, natijalar uning foydasiga bo'ladi. Lekin kuchli irodaga ega bo'lgan odam Xudo bilan uyg'unlikda bo'ladi

Konsentrlangan ong energiyasi

Quyosh nurini jamlaganingizda, kattalashtiruvchi linzani kichkina nuqtaga qaratib, u issiqlik hosil qiladi va bu issiqlik yog'ochni yoqib yuborishi mumkin. Mato, qog'oz va boshqalar. Xuddi shunday, ongingizni diqqat bilan jamlaganingizda, uning jamlangan energiyasi barcha muvaffaqiyatsizliklarning sababi bo'lgan shubhalarning yomonliklari va ildizlarini yoqish va donolik nurini yorqinlik va .nur bilan porlashi uchun

Fikr barcha yaxshiliklarning manbai va barcha muborak kuchlarning kelib chiqishi bo'lgan Xudo bilan uyg'un bo'lganda, u ilohiy mavjudlikni anglaydi va muvaffaqiyatning barcha elementlariga ega bo'ladi. Bu elementlar har qanday sohada muvaffaqiyat uchun yangi sabablar yaratishga qodir .bo'lgan Xudoning ulkan kuchi bilan chambarchas bog'liq Xudo xayrli ishlar va xayriya ishlariga muvaffaqiyat keltirsin

Muammolar va qiyinchiliklar insonning ma'lum bir vaqtda va joyda sodir etilgan o'tmishdagi harakatlaridan bexabarligidan kelib chiqadi. Ularning hozirgi azob-uqubatlari ularning ong tuprog'ida ildiz otgan, o'simlikka aylanib, o'sha fikrlar va harakatlarning o'ziga xos xususiyatlarini aks ettiruvchi mevalarni bergan fikrlari va ishlaridan kelib .chiqadi

Kosmosda millionlab mil uzoqlikdagi quyoshga qarasangiz, bu ulkan yulduz bizning Yerimizdan ancha kichikroq ko'rinadi. Shunga qaramay, Yerning diametri taxminan 7900 milni, Quyoshning diametri esa yuz baravar katta. Agar siz sayyoramiz Yerni to'g'ridan-to'g'ri quyoshning oldiga qo'ysangiz, u unga nisbatan kichik bir nuqta bo'lib ko'rinadi. Quyoshning ulkan maydoni kengayib borayotganini

tasavvur qiling, uning ulkan massasi butun moviy osmonni qamrab olguncha. Biz ko'rib turgan osmon koinotni qamrab olgan cheksiz makonning kichik bir bo'lagi, shunchaki bir zarrasi. Quyosh cheksizlikka kengayishda davom etsa ham, u baribir cheksizni qamrab ololmaydi. Kichiklik va cheksizlikning bu kosmik illyuziyasi ongning koinotning kengligini, uning kelib chiqishini va chegaralarini anglash .qobiliyatini cheklaydi

O'lchov va o'lchovlarga bo'ysunmaydigan, chegarasi va kelib chiqishi bo'lmagan Zot - bu hamma joyda mavjud bo'lgan va kosmosning eng chekka nuqtalarida mavjud bo'lgan Xudodir. U sizning ichingizda va mening ichimda bo'lgani kabi, uzoq, olis yulduzlarda ham mavjud va U egallagan har bir makondan, qanchalik kichik yoki katta bo'lishidan qat'i nazar, ongli ravishda xabardor. "Insonning .asosiy maqsadi" kitobidan

Duolar

Ey Xudoyim

Qo'limni zulmatdan yorug'likka olib boring

O kosmik sukunat

Men sizning ovozingizni soylarning shovqinida va

bulbullarning chirqirashida eshitaman

Shamolning faryodida, to'lqinlarning gumburlashida va

tebranishlarning momaqaldiraq sadosida

Ey aziz Rabbim

Men senga so'zlar bilan emas, balki seni sog'inib

yonayotgan yurakning sog'inchi bilan sajda qilaman

Keng maydoningizni ko'rishga ijozat bering

Hamma narsaning orqasida sizning doimiy

mavjudligingiz

Balki men abadiy o'zgarmas mavjudligingizning bir qismi

ekanligimni anglab yetarman

Oh, toshib ketgan okean

Qani endi orzularimning o'ralgan daryolari to'siqlar va

to'siqlar cho'llaridan oqib o'tsa edi

Nihoyat, sizning eng katta tartibsizliklaringiz birlashdi
Ovozingizni tinglashga yordam bering, ey Rabbim
Koinot tebranishi paydo bo'lgan kosmik tovush
Muborak ovoz orqali Sening huzuringni sezishimga ijozat
ber (Om - Omin)

Barcha muborak ovozlari uchun muqaddas kuy
Borliq simfoniyasini tinglar ekanman, xabardorligimni
kengaytiraman
Meni kosmik okean kabi his qilaylik
Va tananing to'liqinli harakatlari uning ko'krigida raqsga
tushmoqda

Eng muqaddas ovoz ichimda aks-sado bersin
Tanamdan koinotgacha xabardorligimni kengaytirish
Men abadiy, hamma narsani qamrab oluvchi baxtni his
qilsam mayli

To'lib toshgan yorug'lik dengizidan portlash
Oh cheksiz kuch
Ey abadiy donolik
Ruhiy tebranishingiz bilan jonimni zaryadlang
Ey muborak kosmik so'zning ovozi
Xatolarimni tuzating
Menga kerak

Qo'limni zulmatdan yorug'likka olib boring
Ey Rabbim, Seni o'ylaganimda, ichimda yonayotgan
sog'inchi oqimi paydo bo'ladi, his-tuyg'ularimni larzaga soladi
va yuragimdan tanamdagi har bir hujayraga oqib o'tadi, uni
.ilohiy sevgi bilan to'ldiradi

Mening eng katta orzuim - sizning borlig'ingizning tubiga
yetib borish va sizning huzuringizda zavqlanish
Va to'satdan qalb eshigi ochiladi va men sizning yorqin
!nuringizni ko'rib, quvonchga to'lib ketaman

O'tmish insoniyatning ko'p qismi uchun noma'lum,
tanlangan bir nechta ma'rifatli shaxslar bundan mustasno.
Shunga qaramay, o'tmishni bilmasligimiz ham bizning
foydamizgadir. Agar biz bu hayotda va oldingi hayotlarda

qilgan barcha ishlarimizni bilsak, harakatlarimizning ko'pligidan hayratda qolib, butunlay hayratda qolardik.

Darhaqiqat, irodamiz hatto shokdan falaj bo'lib, bizni izlanishlarimizni davom ettirishga qodir emas qilib qo'yishi va umidsizlikka tushib qolishimiz mumkin. Hatto bu dunyoviy hayotda ham unutish Xudoning ne'matidir, o'tmish xotiralarining, ayniqsa achchiq va og'riqli xotiralarning fikrlarimiz va his-tuyg'ularimizni bosib olishiga yo'l .qo'ymaydi

Lekin shukurki, ichimizdagi ilohiy uchqun doimo umid va hayotning cheksiz sayohatini davom ettirish istagi bilan porlaydi. Biz bu ikki ne'mat uchun Xudoga shukur qilishimiz kerak: o'tmishni unutish va kelajakka umid qilish Taqdir iroda erkinligi yo'lida to'siqlar qo'yadi degan xulosaga kelmasligimiz kerak. Biroq, ko'pchilik odamlar taqdir va taqdirga bog'laydigan salbiy ta'sirlarga qarshi turish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz va ichki e'tiqodimizga muvofiq tanlov erkinligimizdan foydalanishimiz kerak, agar bu e'tiqodlar sog'lom imonga asoslangan va ilohiy qonunlarga asoslangan bo'lsa, ularsiz inson haqiqiy .baxtni tatib ko'rolmaydi

Biror ishga kirishganimizda, noqulay vaziyatlardan qo'rqmasligimiz kerak, aksincha, irodamizni amalga oshirish va tanlash erkinligimizni amalga oshirish yo'lida hech narsa to'sqinlik qila olmasligiga mutlaq ishonch bilan, maksimal .darajada optimistik bo'lishimiz kerak

Agar maqsadimizga erisha olmasak, unga erishishimizga to'sqinlik qilgan o'zimiz yaratgan to'siqlar borligini bilvosita tan olishimiz mumkin. Maqsadimizga erishish uchun sabr-toqatli bo'lishimiz va sa'y-harakatlarimizni ikki baravar oshirishimiz kerak. Shuningdek, o'zimizga to'siqlar va qiyinchiliklar qanchalik kuchli va dahshatli bo'lmasin, ularni olib tashlash va yengish uchun yetarli kuchga ega ekanligimizni tasdiqlashimiz kerak. Barcha urinishlarimizga qaramay, muvaffaqiyatsizlikka uchrasak ham, umidsizlik va

umidsizlikka hojat yo'q, agar inson irodasi o'zimiz yaratgan taqdirdan kuchliroq ekanligini tushunsak. Shuning uchun, qancha marta muvaffaqiyatsizlikka uchrasak ham, urinishni to'xtatmasligimiz kerak, chunki har doim ochiq eshiklar bor.

Bizga muvaffaqiyat berilmaguncha shunchaki harakat qilishda va urinishni takrorlashda davom etishimiz kerak. Xudo bizga yordam beradi, agar biz Unga tayansak va kuch sarflasak. Yo'ldan yurgan odam manziliga yetadi va Xudoga .ishongan odam hafsalasini pir qilmaydi

Inson biror narsani orzu qilganda va bu istak kuchli va shoshilinch bo'lsa, bu istak qayerga bormasin va qayerga murojaat qilmasin, qanday tashvish va tashvishlarga duch kelmasin, hech qachon ongini tark etmaydi. Doimiy va doimiy faoliyati orqali bu istak ulkan qat'iyat va g'ayratga ega bo'ladi. Bu intellektual pichirlash mexanik iltijolardan kuchliroq va samaraliroq bo'lib, lablarni qimirlatishdan nariga o'tmaydi. Xudoni sevuvchilar shunday qilishadi; ular Xudoga bo'lgan sevgilarini to'xtovsiz pichirlashadi va ularning pichirlashlari barcha kundalik faoliyati davomida samimiy va eshitilmaydigan bo'ladi. Bu samimiy pichirlash ularni chalg'itmaydi va boshqa vazifalariga zid kelmaydi. Xudoga bo'lgan istaklari o'sib borishi bilan, Unga bo'lgan sevgilari kuchayadi va chuqurlashadi, toki ular Uning huzuriga tegib, Uning nurini qalb ko'zi bilan ko'rmaguncha, cheksiz quvonchni tatib ko'rmaguncha va ta'riflab bo'lmaydigan .tinchlikni his qilmaguncha

Xudo bizga hayotda kerak bo'lgan saboqlarni yuboradi, toki biz ulardan foyda olishimiz va tushuncha va tajriba orttirishimiz mumkin. Kimki bu saboqlardan qochsa, ularni o'rganishga majbur bo'ladi, qancha vaqt ketishidan qat'i .nazar

Agar har bir sinovdan saboq olsak, u bizga do'st, agar imkoniyatni qo'ldan boy berib, shikoyat, xafagarchilik va noto'g'ri mulohaza orqali noto'g'ri foydalansak, u zolim .despotdir

Bizda sog'lom tushuncha va hayotga to'g'ri munosabat
bo'lsa, u go'zallashadi. Va asoratlardan xoli

psixologik holatlar

Inson abadiy quvonch to'liqligida ko'tarila olmaydi, yoki
qayg'uning notinch suvlari ostida cho'kib keta olmaydi, yoki
zerikish tubiga cho'kib keta olmaydi. Qarama-qarshi
ikkilanishlar bilan tavsiflangan bu dunyoda oddiy odam
ko'tarilish va pasayishlarga duchor bo'ladi. U quvonch
to'liqligida ko'tariladi va befarqlik tubiga sho'ng'iydi va qayg'u
to'liqligi bilan u yoqdan-bu yoqqa uloqtiriladi. Va u boshqa
biron bir ong holati haqida kamdan-kam biladi. Vaziyatga
shu tarzda fikrlarni chalg'itishga yo'l qo'yish . Bu o'z irodasini
.injiq va o'zgaruvchan taqdirga topshirishni anglatadi
Muvaffaqiyatli va mazmunli hayot kechirish uchun
insonga ruhiy muvozanat kerak
Bunga faqat ongni jamlash va psixologik qobiliyatlarni
.boshqarish orqali erishish mumkin
Hatto eng chuqur qayg'ular ham vaqt o'tishi bilan
davolanadi, shuning uchun qayg'u haqida o'ylashning
ma'nosi yo'q. Hayotimizning har bir kunida Marhum yaqini
uchun uzoq vaqt qayg'u chekish unga ham, bizga ham
yordam bermaydi va aslida hech narsani o'zgartirmaydi.
Kamchilik kompleksini yoki o'zini jazolashni rivojlantirish.
O'tmishdagi xatolar yoki muvaffaqiyatsizliklar haqida o'ylash
befoyda. Bu faqat hayotni baxtsiz qiladi va aqliy
.qobiliyatlarni bo'g'ib qo'yadi
Biz zerikarli tartib chuquriga tushib qolishimizga yo'l
qo'ymasligimiz kerak, chunki bu psixologik holat bo'lib, u
ongni tashvishga soladi va befarqlik o'chog'ida yashirin
.qobiliyatlarni yo'q qiladi
Muvaffaqiyatsizlikni ildizidan yo'q qilish kerak, hayot
dalalarini tirishqoqlik va qat'iyat bilan haydash va Xudoning
yordami bilan mo'l hosil yig'ib olish uchun yaxshilik urug'lari
.bilan ekish kerak
Kumush yubileyda temir

Bir safar meni eng baxtli juftliklardan biridek tuyulgan
juftlikning kumush yubileyiga taklif qilishgan edi, lekin
ularning uyiga kirishim bilan nimadir noto'g'ri ekanligini
sezdim. Men ikki o'quvchimdan kechqurun bir-biriga qanday
munosabatda bo'lishlarini kuzatishni so'radim va ular
keyinroq menga aytishdi. Er va xotin boshqalarning oldida
bir-biriga tabassum qilishadi va bir-birlariga "Ha, azizim" va
"Albatta, sevgilim" kabi eng yoqimli so'zlar va boshqa shu
kabi do'stona iboralar bilan murojaat qilishadi. Lekin ular
yolg'iz ekanliklarini o'ylashlari bilanoq, janjallashib, bir-
.birlariga haqoratli so'zlar aytishadi

Men ular bilan gaplashdim va dedim: Siz meni
ziyofatingizga taklif qildingiz, lekin muhit tarang va
menimcha, bu uyda juda ko'p kelishmovchiliklar bor va
menga bu kumush yubileyda juda ko'p temir bordek
.tuyuladi

Avvaliga ular xafa bo'lishdi, lekin keyinchalik ular
mening haqligimni tan olishdi va uzr so'rashdi. U davom etib:
."Doim janjallashish va tortishishdan nima foyda?" dedi
Aftidan, siz mukammal juftlik sifatidagi obro'ingizni
saqlab qolish uchun birga yashayapsiz, lekin o'z baxtingiz va
xotirjamligingiz uchun bir-biringiz bilan shunday bo'lishingiz
.va tinchlik va hamjihatlikda yashashingiz kerak

Magnit oziq-ovqat

Odamlar oziq-ovqat yoki ovqatlanish haqida gapirganda,
odatda tanani qo'llab-quvvatlash uchun iste'mol qilinadigan
jismoniy oziq-ovqatni nazarda tutadilar. Biroq, jismoniy oziq-
ovqatdan kam bo'lmagan va ko'pincha undan ham
muhimroq bo'lgan boshqa turdagi oziq-ovqat turlari ham
mavjud, masalan, intellektual yoki ma'naviy oziqlanish. Aqliy
.faoliyat yoki ong, donolik va ma'naviy idrokning jamlanishi
Jismoniy oziq-ovqat tana hujayralarini qo'llab-
quvvatlaydi, intellektual oziq-ovqat esa ongni sog'lom
g'oyalar bilan to'ldiradi, donolik oziq-ovqati esa qalbni
.jonlantiradi va uning qobiliyatlarini rivojlantiradi

Intellectual ozuqa odatda inson o'ylaydigan va
boshqalar bilan aloqa va o'zaro ta'sir orqali oladigan
.g'oyalardan iborat

Xotirjam va olijanob fe'l-atvorli odamlar fikrlarimizni
jozibali va sog'lom qilishga yordam beradi

Inson o'zining intellektual ozuqasini tinch yoki
buzg'unchi muhitdan oladimi, aniqlash qiyin emas. Xavotir,
qayg'u va tartibsizliklarning barchasi noto'g'ri odamlar, xoh
do'stlar, xoh qarindoshlar bilan muloqot qilishdan kelib
chiqadi. Bu xavotirli fikrlar va yomon kayfiyatni keltirib
chiqaradi

Tana energiya va hayotiylikni jismoniy oziq-ovqatlardan
oladi, magnitli oziq-ovqatlar esa tanani ham, ongni ham
qattiq va suyuq oziq-ovqatlarga qaraganda osonroq hazm
bo'ladigan energiya zaryadlari bilan ta'minlaydi, ularni tirik
.energiyaga osongina aylantirib bo'lmaydi

Jaholatni donolikka, zaiflik va ojizlikni sog'liq va hayotga
aylantira olsangiz, hayot yo'llarida ishonch va jasorat bilan –
hatto yolg'iz bo'lsangiz ham – yura olsangiz, tirik va hushyor
viydonga, Xudoning adolatiga va to'g'rilikning noto'g'rilik
ustidan, haqiqatning esa illyuziya ustidan g'alaba
qozonishiga sobit ishonchga ega bo'lsangiz, ichki quvonchni
.his etsangiz

Va har kuni fikrlaringizni yuqori va yanada
takomillashtirilgan darajalarga chiqarishga harakat qilsangiz,
mehribon va minnatdor qalbga hamda boshqalarga nisbatan
yaxshi niyatlarga ega bo'lsangiz, intellektual ozuqangiz
jozibali bo'ladi va shunda siz xavfsizlik va osoyishtalik
sohillariga sayohatni davom ettirish uchun zarur bo'lgan
narsalar, odamlar va sharoitlardan go'zal va foydali bo'lgan
.barcha narsalarni o'zingizga jalb qilasiz

Agar siz kerakli narsalarga erishish uchun harakat
qilsangiz va Xudo bergan narsalarga qanoat qilsangiz,
dunyoviy narsalarga berilib, uning o'tkinchi zavqlariga hirs

qo'yganlarga qaraganda, siz ruhan boyroq va ko'proq
.qoniqasiz

Inson barcha do'stlardan tashqari yagona haqiqiy do'st
bo'lgan Xudoni izlaganda, barcha insoniy munosabatlarda:
oilaviy, aka-ukalik, oilaviy va ma'naviy munosabatlarda
.chinakam do'stlikni o'rnatish mumkin bo'ladi

Do'stlik nikoh munosabatlarida muhim element
hisoblanadi va intellektual va hissiy yaqinlikka, axloqiy
jozibadorlik tuyg'usiga, chinakam sevgi va do'stlikka ustuvor
.ahamiyat berilishi kerak

Haqiqiy sevgi va shahvoniy jozibani ajrata olmaydiganlar
qayta-qayta hafsalasi pir bo'ladilar

Nikoh yuksak ideallar va o'zaro hurmatga asoslanganda,
u ikki sevuvchi qalb o'rtasidagi baxtli va muvaffaqiyatli
ittifoqqa aylanadi. Ular bir-birlarining hayot yukini
yengillashtirish va mehr-shafqat va o'zaro, do'stona
tushunish orqali yashash tashvishlarini yo'qotish uchun
.hamkorlik qiladilar

Hech kim meni boshqara olmaydi yoki irodamni tortib
ololmaydi, agar men boshqalarning fikrlari va harakatlariga
.ta'sir qilishiga yo'l qo'ymasam

Xudoyim, men oldimda cheksiz imkoniyat borligini
anglayman, qobiliyatlarimni o'rganish va ma'naviy
salohiyatimni kashf etish uchun men moddiy bog'liqliklarni
yuqori intilishlar bilan almashtiraman. Va men sodiq ruh har
doim men bilan ekanligini anglayman

Bugun men fikrlarimni nekbinlik bilan to'ldiraman,
yoqimsiz tajribalardan uzoqlashaman va tanani, ongni va
ruhni tarbiyalaydigan narsalarni muvozanatli va izchil tarzda
.mashq qilaman

Hayot va o'lim raqsi doimo mavjud, lekin men o'zimni
ma'naviy kimligimni himoya qilish orqali abadiy ozod
qilaman. Va sinovlar va azob-uqubatlar bo'ronlari menga
duch kelganda, men jonim kemasida hayot dengizi orqali
.xavfsiz, ilohiy qirg'oqlarga suzib ketaman

Men ishlayotganimda va yaratganimda, Xudo men orqali
ishlayotganini eslayman; U koinotning Parvardigori Va men U
haqida chuqur mulohaza yuritish orqali U bilan bog'lana
.olaman

Azizim Xudoyim, men hayotimdagi qaysi fikr eng kuchli
ekanligiga qarab, fikrlarim menga muvaffaqiyatsizlik yoki
muvaffaqiyat keltirishini tushunaman. Shuning uchun, Sen
menga yordam qo'lingni cho'zayotganingni va bu meni
muvaffaqiyat sabablariga tayyorlayotganingni eslashga
.harakat qilaman

Menga balo va baxtsizliklar tushganda, men
kayfiyatimni ko'taraman va ularni yengish qarorimni
mustahkamlayman. Men hamma bilan muomala qilishda va
muloqotda samimiylik va halollikni qo'llayman, sevgi va ezgu
tilaklar haqida fikrlarimni bildiraman. Shunda Xudo meni O'z
.kuchi va donoligi bilan qo'llab-quvvatlaydi

Ey Xudo, men avval kichik ishlarni bajarish uchun
irodam va aql-zakovatimni ishga solaman, keyin esa katta
.yutuqlarga erishaman

Barcha moddiy ambitsiyalar amalga oshsa ham, ular
baribir faqat to'liq bo'lmagan baxt keltiradi va Xudoni topish
yagona haqiqiy baxtdir. Men cheksiz quvonch havzalarini
kashf etaman. Va u hech qachon qalb bog'larida va uning
.doim yashil o'tloqlarida oqadi va oqadi

Oltin so'zlar

Baxt mening huquqim, merosim va yashirin ilohiy
xazinamdir. Ey Rabbim, menga yo'l ko'rsat, toki men o'zimda
shohlarning orzularidan ham oshib ketadigan xazinalarni
.topay

* * *

Qalblarning ilohiy aholisi shogirdlarida - rahm-shafqati
va mehr-shafqati bilan - johillik zulmatini yo'q qiladigan
.donolikning yorqin chiroqlarini yoritadi

* * *

Hayot - bu muntazam ritmga ega bo'lgan aqlli harakat.

U o'zini jonsiz narsalarda shakllantiradi yoki tirik va harakatlanuvchi shaklga kiradi. Hayot hamma narsani .qamrab oladi va hamma narsaga singib ketadi

* * *

Ey eng buyuk sevgilim, Sen hayotning o'zisan. Sen mening maqsadim va intilishimsan. Meni samoviy bog'ingda gullab-yashnayotgan atirgulga yoki yorqin sevging marjonida yaltiroq munchoqqa aylantir. Yoki menga eng buyuk sharafni .ato et: qalbingdagi eng kichik joy

* * *

Yaxshilik qilishdagi harakatlarimni boshqalar qadrlaydigan joyda men eng katta xizmatni ko'rsata olaman

* * *

Keling, shirin xotiralar va nafis fikrlarning ipak iplari bilan orzularning oltin gilamini to'qaylik

* * *

Bo'sh ong [ijobiy, konstruktiv fikrlardan xoli] — bu .muammolar, xavotirlar, umidsizlik va umidsizlik fabrikasidir

Agar umuminsoniy sevgi qalbingizga joylashsa, u sizga boshqa hech narsa bera olmaydigan abadiy va yangilangan baxtni keltiradi

Yer yuzidagi mavjudlik bog'ida gullab-yashnayotgan hayot gullari nihoyatda go'zal va ko'rishga yoqimli. Ammo bundan ham ulug'vorroq va ulug'vorroq narsa - bu qayerdadir mavjud bo'lgan go'zallik va donolik manbai, biz undan kelganmiz va biz unga qaytib, yana bir bor .aralashamiz

Shogird ertalab uyg'onganida, o'ziga shunday deydi:

“Men tana emasman, men ko'rinmas ruhman... Men quvonchman... Men nurman... Men donolikman... Men

sevgiman. Garchi men bu tanada yashasam ham, ruhim
."o'lmas va chirishga tegmagan

Shudring tomchilari gullarning gullab-yashnashi va
o'sishiga yordam berganidek, mehr-oqibat ham do'stlikni
oziqlantiradi va uning o'sishiga yordam beradi

* * *

Okean yuzasida paydo bo'ladigan to'lqinlar va uning
tubiga g'oyib bo'ladigan to'lqinlar mavjud; ikkala holatda
ham ular okean ichida va u bilan birdir. Xuddi shunday,
kosmik okean yuzasida "hayot" davomida suzib yurgan yoki
"o'lim" paytida uning ichida g'oyib bo'lgan odamlar ham bir
.xil darajada abadiyat okeanidadirlar

* * *

Oyning aksi notinch suvda aniq ko'rinmaydi, lekin suv
yuzasi tinchlangandan so'ng, oyning aksi mutlaqo
tiniqlashadi. Xuddi shu narsa ong uchun ham amal qiladi: u
tinchlanganda, siz qalbingizning yuzini to'liq ravshanlik va
.aniqlik bilan ko'rishingiz mumkin

Ey Rabbim, menga muvaffaqiyatga erishgan baxtli
kunlarimda yo'l ko'rsatish uchun donoliging quyoshining
nurlarini va qayg'u qorong'u tunlarida yurganimda to'lin
.oyning rahm-shafqat nurini yubor

Meditatsiya - bu sizning umuminsoniy ong bilan
bog'lanish vositangizdir va siz bu cheksiz ong bilan
uyg'unlashganda, siz yaratilishning barcha sirlarini bilib
.olasiz

Xudoga yaqinlashish va Uni bilish istagi o'z-o'zidan
paydo bo'lmaydi, balki uni rivojlantirish kerak va bu istaksiz
.hayotning hech qanday qiymati yo'q

Yer yuzidagi hayot vaqtinchalik to'xtash joyidir va
insoniyatning asosiy vazifasi bu sayohatning maqsadi va
mohiyatini tushunishdir. Bu maqsad Xudoni bilishdir va bu
.boshqa hech narsa bo'lishi mumkin emas

Sizning tinchligingiz sizning bebaho xaziningizdir,
shuning uchun hech kimga bu xazinani sizdan tortib olishga
yo'l qo'ymang

* * *

O'zingizning fazilatlaringiz va qadr-qimmatingiz
qal'asida yolg'iz, xavfsiz va himoyalangan turishni o'rganing

* * *

Hamma narsa Xudo borligi uchun mavjud. Va U borligi
uchun siz ham mavjudsiz. Uning borligi tufayli siz hayotning
qulayliklari va quvonchlaridan bahramand bo'lasiz. Shuning
uchun, Xudoga bo'lgan minnatdorchiligingiz chuqur bo'lishi
.kerak

Yaxshi kitoblar jim, xushmuomala va hurmatli do'stlar
bo'lishi mumkin. Qiyin damlarda bu kitoblarni tashlab
ketmang, chunki ular sizni hech qachon tark etmaydi, sizni
tashlab ketishi mumkin bo'lgan jismoniy do'stlardan farqli
.o'laroq

Sog'lig'i yaxshi, farovon hayot kechiradigan va aqliy
salohiyati yuqori bo'lgan, ammo baxtdan mahrum bo'lgan
har bir kishi hali hayotda muvaffaqiyatga erisha olmagan.
Agar siz chinakamiga: "Men baxtliman va hech kim mening
baxtimni tortib ololmaydi", deb ayta olsangiz, o'zingizda
.Xudoning suratini topasiz

Agar tinchlik va osoyishtalikda yashashni istasangiz,
xotirjamlik va osoyishtalikni ta'kidlang va faqat mehrli fikrlar
va yaxshi niyatlarni yuboring. Solihlik va taqvoga asoslangan

hayot kechiring, shunda hayotlari siz bilan bog'liq bo'lgan
.barcha odamlar siz bilan birga bo'lishdan foyda ko'rishadi

Agar sizning do'stlaringiz bo'lmasa yoki do'stlaringiz
vaqtingizni behuda sarflayotgan bo'lsa yoki ular bilan
chiqishmasangiz, unda donolikka ega kitoblar [va
materiallar] sizning do'stlaringiz bo'lsin, chunki siz ularning
sahifalari eshiklaridan ajoyib va hayajonli g'oyalar dunyosiga
.kirishingiz mumkin

Xudoni topish qalb istagan hamma narsaga erishishni
anglatadi, ma'naviy bo'lish esa sog'liq, baxt va muvaffaqiyat
.eshiklarini ochishni anglatadi

Bizning ichimizda barcha hayotni yaratadigan va qo'llab-
quvvatlaydigan ilohiy kuch uchquni bor va u yonishni
.kutmoqda

O'qish juda foydali aqliy faoliyatdir; u ongni mashq qiladi
va uni moslashuvchan qiladi. Har kuni bir yoki ikki soat
o'qish har qanday odamga bir necha yil ichida turli xil
bilimlar bazasini beradi, agar ular foydali kitoblarni
tanlasalar. Arzon romanlar yoki maqsadsiz yoki ma'nosiz
arzimas kitoblarni o'qib vaqtni behuda sarflamang yoki aqliy
.qobiliyatingizga zarar yetkazmang

Ijtimoiy moyillikka ega bo'lganlar qimmatli kitoblarda
olijanob, iste'dodli erkaklar va ayollar tomonidan yozilgan
kitoblardagi saboqlar orqali insoniyatga yordam berish uchun
.yangi energiya topadilar

* * *

O'qish juda foydali aqliy faoliyatdir; u ongni mashq qiladi
va uni moslashuvchan qiladi. Har kuni bir yoki ikki soat
o'qish har qanday odamga bir necha yil ichida turli xil
bilimlar bazasini beradi, agar ular foydali kitoblarni

tanlasalar. Arzon romanlar yoki maqsadsiz yoki ma'nosiz
arzimas kitoblarni o'qib vaqtni behuda sarflamang yoki aqliy
.qobiliyatingizga zarar yetkazmang

* * *

Xudbinlik va mag'rurlikdan xalos bo'lish kerak, chunki
.ular ma'naviy bilimga eng katta to'siqlardir

* * *

Xudoni his qilmasdan, bu dunyo mojarolar, zo'ravonlik
va achchiq umidsizliklarga to'la ko'rinadi. Baxt Xudoga
.yaqinlikni his qilishdadir

* * *

Xudoni bilganlarning qalblarida doimiy quvonch va baxt
bor. Ular muborak xavfsizlik va xotirjamlikni his qilganlari
uchun g'azab bo'ronlari ularni larzaga keltira olmaydi va
.qo'rquv ularning qalblariga kira olmaydi

* * *

Yaxshi kitoblar sizning eng yaqin do'stlaringizdir; ular
orqali siz buyuk aql egalarining siz bilan yumshoq
gaplashayotganini, sizni yupatayotganini va eng yaxshi
maslahatlarni berayotganini eshitishingiz mumkin. Yaxshi
kitoblarni o'qishga chinakam ishtiyoqni rivojlantirmaslik
.avlodlar merosini yo'qotishni anglatadi

* * *

Ilohiy yordamsiz odamlar muvaffaqiyatsizlikka uchrashi
aniq, chunki hayot jangida muvaffaqiyat qozonish uchun
zarur bo'lgan kuch va donolik cheksiz manbadan keladi. Agar
inson Xudoni e'tiborsiz qoldirsa, u muvaffaqiyat uchun zarur
bo'lgan yordam va qo'llab-quvvatlashni ta'minlaydigan hayot
.chizig'ini uzib qo'yadi

Ma'naviy imkoniyatlar eshigini taqillatgan izlovchilar,
Xudo o'zlariga yordam berganlarga yordam bergani uchun
.eshik ular uchun ochilganini ko'rishadi
Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganingizda, butun tabiat siz
.bilan uyg'unlikda bo'ladi

* * *

Sevgi ongni sayqallash va xarakterdagi qo'pollikni
.ketkazadigan zimpara qog'oziga o'xshaydi

* * *

To'satdan Xudoni hamma joyda topsangiz va U sizga
kelganda, sizga ilhom berganda va sizga yo'l ko'rsatganda,
.ilohiy sevgi hikoyasi boshlangan bo'ladi

* * *

Sevgi qalblarda porlasin va boshqalarga shifobaxsh
nurlar yuborsin

* * *

Yoshligingizda va kuchliligingizda Xudoni bilishga
intiling, chunki qarilik va kasallikda endi Uni qidira
olmasligingiz mumkin. Odamlar hayotning asl ma'nosini
tushuna boshlagan yoshda, tana zaiflashadi va ular
hayotlarining qolgan qismini haqiqatni izlash o'rniga
o'zlarining nozik jismoniy qobiliyatlariga e'tibor berish bilan
.o'tkazadilar

* * *

Men har bir xalqning eng yaxshisini olaman va barcha
millatlarning kamchiliklariga e'tibor qaratmasdan, ularning
.yaxshi fazilatlarini qadrlayman

* * *

Kundalik ovqatimizning ozuqaviy qiymatiga g'amxo'rlik
qilganimiz kabi, har kuni ongimizga beradigan psixologik
.ozuqalarga ham e'tibor berishimiz kerak

* * *

Yaxshi so'zlar ko'plab kasalliklar uchun ajoyib davo
bo'lib, kuchli, deyarli sehrli, magnit kuchga ega bo'lib,
so'zlovchiga mo'l-ko'l baraka va farovonlik keltiradi.
Yumshatuvchi, muloyim so'zlarni ishlatadiganlar ular orqali
uzluksiz oqayotgan nozik oqimni his qilishadi va ular chuqur
xotirjamlik hissi bilan to'ladilar. Buning sababi, bu oqim
o'zining yuqori manbai bilan bog'liq, doimiy oqim bo'lib, u
shu manba bilan uyg'unlikda qalblarga yetib boradi va ularga
.tinchlikni orzu qilganlarga baxtni etkazish imkonini beradi

* * *

Qanchadan-qancha mehrli so'zlar ko'plab qayg'ularni
yo'q qildi va qanchadan-qancha dono ovozlar qorong'u
!yo'llarni quvonch va xotirjamlik chiroqlari bilan yoritib berdi

* * *

Biz boshdan kechirgan har bir tajriba orqali o'sib
boramiz, agar ulardan qimmatli saboqlar olishimiz
mumkinligini anglasak. Biz boshdan kechirgan har bir og'riq
va azob-uqubatlarning ma'nosi va maqsadi bor. Bu
tajribalarning qattiqligiga qaramay, ular temir rudasini eritib,
uni chiroyli, mustahkam va ko'p qirrali po'latga
.aylantiradigan olovga o'xshaydi

* * *

Hayotimdagi barcha ajoyib yutuqlar Xudo bilan
uyg'unlikdagi ong kuchi orqali erishildi. Ilohiy generator
ishlayotganida, men xohlagan hamma narsa istisnosiz
amalga oshadi, avval ko'rinmas, efirdagi dizayn sifatida
shakllanadi, keyin esa haqiqatda qarshilik ko'rsatmaydigan
.kuch bilan namoyon bo'ladi

* * *

Aql Xudoga intiq qalbning tubidan samimiy, g'ayratli
pichirlaganda, ruhning chaqirig'i koinot qalbiga ta'sir qiladi
va javob keladi, bu esa ulkan quvonch keltiradi. Bu
intellektual pichirlash irodani kerakli maqsadga erishish
.uchun zarur bo'lgan kuchga ega bo'lguncha rivojlantiradi

* * *

Insonning ongi va irodasi Xudo bilan uyg'un bo'lganda,
ular cheksiz kuchga ega bo'ladilar, shuning uchun biror narsa
haqida o'ylashning o'zi unga erishish uchun yetarli, chunki
ilohiy qonun oliy iroda bilan uyg'un bo'lganlar foydasiga
.ishlaydi

* * *

Bizning tashvishlarimiz qanday bo'lishidan qat'i nazar,
Xudo hayotimizda birinchi o'rinda turishi kerak. Ma'naviy
o'sishning eng muhim elementlaridan biri bu Xudoga doimiy

ravishda samimiy pichirlashdir, bu yerda siz shaxsan sizni
juda hayratda qoldiradigan ajoyib ijobiy o'zgarishlarni
.boshdan kechirasiz

* * *

Inson Xudo unga bergan barcha aqliy qobiliyatlarini
o'tkinchi narsalarni qidirishga bag'ishlamasligi kerak, aks
holda u o'zini materializm labirintlarida yo'qotib qo'yadi va
o'zi uchun kerak bo'lmagan cheklovlar va cheklovlarni
yaratadi. Buning o'rniga u o'zining aqliy kuchlaridan hayot
ehtiyotlarini qondirish uchun foydalanishi va to'g'ri bilan
noto'g'rini, zararli bilan foydalini farqlash uchun ruhiy
.qobiliyatlarini rivojlantirishga intilishi kerak

* * *

Haqiqat fikrlar va nazariyalardan tashqarida va bu
yondashuvni qo'llaydiganlarning ko'pchiligi o'zlarining
.sub'ektiv xulosalariga bog'lanib qoladilar

* * *

Ey Rabbim, xotirjamlik darvozalarini och va ruhiy
fikrlarim ma'badi maskanini yovuz pichirlashlar hujumlaridan
saqla. Sening kelishing tongini kutar ekanman,
.sog'inchlarimning atirgullari qalbim bog'ida gullasin

* * *

Nazariy bilim ilohiy bilimlarni egallashga qodir emas va *
qimmatli vaqtingizni haqiqatda qo'llay olmaydigan
nazariyalarga sarflamaslik tavsiya etiladi, aks holda odam
o'zini zich intellektual o'rmonlar orasida topadi va
.nazariyalar doirasidan chiqa olmaydi

* * *

Baxt - bu hayotning o'zgaruvchan sharoitlari ustidan
.ruhiy g'alabaning samarasidir

* * *

Xudo tanigan odam dunyoga noma'lum bo'lishi mumkin

* * *

Agar inson o'zini nazariy bilimlar bilan dasturlashtirsa
[haqiqiy sinovsiz], u maqollarni takrorlaydigan va yuksak

iboralarni aks ettiradigan ko'chma yozib olish moslamasiga
o'xshaydi va boshqalar uni bilimdon olim deb hisoblashadi,
ammo bunday bilim haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri idrok etish
bilan mustahkamlanmaydi va ma'naviy yutuqlar bilan
.tenglashmaydi

* * *

Dunyoda muammolar davom etaveradi, shuning uchun
yo'l-yo'riq va yo'l-yo'riq uchun qayerga murojaat qilish
mumkin? Odatlar, xurofotlar, tarafkashliklar va fanatizm
ta'sirida bo'lgan insonning fikrlari hech qanday foyda
bermaydi va atrof-muhit, oila, mamlakat yoki dunyoning
ta'siri haqiqiy yo'l-yo'riq ko'rsatishga qodir emas. Shuning
uchun inson Xudoga murojaat qilishi va qalb tubidan
chiqayotgan xotirjam, osoyishta ovozni, haqiqat bilan uyg'un
.ovozni tinglashi kerak

* * *

Ilohiy yog'in sizdan oqib o'tishi va hayotingizni ma'naviy
ne'matlar va yaxshilik bilan to'ldirishi uchun qalblaringizni
.ilohiy yog'inga oching

* * *

Qaysi ish bilan shug'ullanishingizdan va qanday
yutuqlarga erisha olishingizdan qat'i nazar, doimo yodda
tutingki, Xudo sizga ishlash va erishish uchun zarur bo'lgan
.barcha kuchni beradigan manbadir

* * *

Ey Rabbim, Seni qashshoqlikda ham, farovonlikda *
ham, kasallikda ham, sog'lig'imda ham, johillikda ham,
donolikda ham eslagin va shu lahzada sog'liq va shifo
.beradigan muborak nuringni ko'rishimga ijozat bergin

* * *

Fikrlarimning yolg'izligida, muborak ovozingizni
eshitishni orzu qilaman Xotiramning burmalarida yashiringan
qo'pol, dunyoviy ovozlarni mendan haydab chiqaring Men
sizning xotirjam, ohangdor ovozingizni qalbimning
osoyishtaligida abadiy tinglashni istayman

* * *

Hayot zulmatga burkangan va biz uning qorong'u
yo'llaridan yurganda Xudoning nuri bizga yo'l ko'rsatuvchi
chiroq bo'lishiga yo'l qo'yishimiz kerak. U johillik va zulmat
tunlarida to'lin oy, uyg'onish soatlarida ma'rifat quyoshi, yo'l-
yo'riq mayoqi va yer yuzidagi, o'tkinchi hayot dengizlarida
.kezib yurganlar uchun Shimoliy Yulduzdir

* * *

Insoniyat unutuluvchanlik uyqusidan ruhiy uyg'onish vaqti
keldi. Ey Rabbimiz, ongimizni g'aflat va tor, cheklangan
tafakkur tubidan tinchlik, yorug'lik, sevgi va umuminsoniy
.rahm-shafqat ufqlariga ko'tarishingizni so'raymiz

* * *

Oxir-oqibat hamma narsa yaxshilanadi, chunki Xudoning
kuchlari va mo''jizalari inson hayotining qarama-qarshiliklari
ortida yashiringan va kimki vaziyatning muqarrarligiga
ishonmasa va o'z ongi va imoni bilan parda ortidagi narsaga
.kirishga harakat qilsa, u uchun eshik ochiladi

* * *

Imon hech qachon beparvolik yoki vaziyatlarga oqilona
munosabatda bo'lmaslik degani emas. Aksincha, nima
bo'lishidan qat'i nazar, inson o'zini faqat Xudoga butun qalbi,
joni va his-tuyg'ulari bilan murojaat qilsa, qiyin va sinovli
vaziyatlarda uni qo'llab-quvvatlashga qodir ekanligiga
.ishontirishi kerak

* * *

Agar sezgilarimiz bizga butun haqiqatni yetkaza olsa, biz
Yerni elektronlar daryosi, har bir chang zarrasini esa
yorug'lik massasi sifatida ko'rar edik. Moddiy olamda
ma'naviy olamga kirib boradiganlar illyuziyaning mohiyatini
.tushunadilar va haqiqatning mohiyatini biladilar

* * *

Afrika o'rmonida bo'ladimi, jang maydonida bo'ladimi,
kasallik yoki qashshoqlikdan aziyat chekadimi, Xudoning qo'li
har qanday xavfdan kuchliroq va Undan panoh izlaganlarni

himoya qilishga qodir ekanligiga o'zini ishontirishi kerak.
Himoya qilishning bundan samarali vositasi yo'q. Albatta,
voqealar bilan kurashishda aqldan foydalanish kerak, shu
.bilan birga ilohiy yordamga to'liq ishonish kerak

* * *

Barcha mavjudotlarning qalbida yashaydigan sevgi —
barcha onalar, otalar, do'stlar va yaqinlarning sevgisi —
.ilohiy sevgidan kelib chiqadi

* * *

Katta va kichik vazifalar o'rtasida farq bo'lishi kerak,
shunchaki muhimlaridan ko'ra eng muhimini
ustuvorlashtirish kerak. Bundan tashqari, hech bir vazifa
boshqasiga zid kelmasligi kerak. Muqaddas Yozuvlarda
aytilishicha, bir vazifa boshqasi bilan ziddiyatga kirsam, bu
.uning haqiqiy burch emasligidan dalolat beradi

* * *

Quyoshning hayotiy nurlari tarqalib borar ekan, men
kambag'allar va tashlab ketilganlarning [jamiyat tashlab
ketganlarning] qalbiga umid nurlarini sochaman va o'zlarini
muvaffaqiyatsiz deb o'ylaydiganlarning qalbiga yangi
.qat'iyat bag'ishlayman

* * *

:Ustoz Paramahansa shogirdlaridan biriga shunday dedi
Hech kimni sevgi doirangizdan chetlashtirmang,"
hammani yuragingizda saqlang, shunda ular sizni o'z
".doiralarida saqlaydilar

* * *

Rabbim, menga har doim foydali va xayrli ishlarni
bajarish uchun irodamdan foydalanishimga yordam ber
Barcha fikrlarim maqsadlaringizga javob berishi va
irodang bilan uyg'un bo'lishi uchun menga irodangga
moslashishga yordam ber
U menga barcha qiyinchiliklar va sinovlarni yengib
o'tishim uchun ichimdagi yashirin, muborak kuchni
uyg'otishga yordam berdi

* * *

Sherlarning kuchini kaptarlarning muloyimligi bilan
birlashtirgan jasur va kamtar ruhiy shaxsga uyg'oning

* * *

Men achchiq, yolg'on tanqidga ham, dabdabali maqto
va xushomadga ham ahamiyat bermayman. Mening yagona
istagim - Sening irodangni bajarish, ey Rabbim, va Sening
.marhamatingga sazovor bo'lish

* * *

Ilohiy huzurni his qilganingizda sizni to'ldiradigan ulkan
quvonchni tasavvur ham qila olmaysiz. Shunda qalbingiz
Xudoning cheksiz sevgisidan mast bo'ladi. Bu har qanday
insoniy sevgidan millionlab marta buyukroq sevgi - barcha
istaklaringizni ro'yobga chiqaradigan va qalbingizni quvonch
.va mamnuniyat bilan to'ldiradigan sevgi

* * *

Ichki diqqatni jamlash orqali siz o'zingizda va
atrofingizda ma'naviy baxtni bevosita his qilishingiz mumkin.
Agar siz ushbu ongni rivojlantirsangiz, shaxsiyatingiz uyg'un
ravishda o'sadi va odamlar va boshqa mavjudotlar uchun
.jozibali jozibaga ega bo'lasiz

* * *

Ey Buyuk Himoyachim, taqdirim tufayli hamma narsani
yo'qotsam ham, baribir, bu mening o'zim yaratgan narsa,
lekin Sendan, yagona panohimdan, senga bo'lgan sevgim
shamini beparvolik va unutish shamollaridan himoya
.qilishingni so'rayman

* * *

Keling, ijobiy fikrlash va optimistik qarashga bo'lgan
qat'iy qarorimiz bilan mustahkamlangan, qulay sharoitlar
buloqlaridan oqib chiqayotgan sof, tetiklantiruvchi tinchlik
.suvlaridan to'yguncha ichaylik

* * *

Vijdon - bu insonning asl tabiati va niyatlarini ochib
beradigan intuitiv tuyg'u. Vijdongiz toza bo'lsa va to'g'ri ish

qilayotganingizni bilsangiz, qo'rqishga hech narsa yo'q.

Vijdoningiz toza bo'lsa, Xudodan kelgan yaxshi xulq-atvorning dalilidir. Vijdon sudida oqlanish baxtga erishish va .Xudoning marhamatlarini olish demakdir

* * *

Ko'pchilik qilmaydigan jasur va yoqimli ishlarni qilishga harakat qiling va boshqalar e'tiborsiz qoldiradiganlarga sevgi va tinchlik bering

* * *

:Ustoz Paramahansa shogirdlaridan biriga shunday dedi
Agar siz ongni rivojlantirishga vaqt sarflamasangiz,"
hech qanday moddiy farovonlik sizni qoniqtirmaydi. Bu
o'stirish qiynoq emas, balki baxtga olib boradigan fikrlar va
".harakatlarni oziqlantirish uchun ongni mashq qilishdir

Baxtingiz - bu sizning muvaffaqiyatingiz, shuning uchun
uni hech kim sizdan o'g'irlashiga yo'l qo'ymang. Sizni
bezovta qilishga urinayotganlardan o'zingizni himoya qiling.
Bolaligimda, ba'zi odamlar men haqimda yolg'on mish-
mishlar tarqatganda, sabrim tugab qolardi. Keyinchalik,
xotirjamligim odamlarning roziligi yoki hayratidan muhimroq
.ekanligini angladim

* * *

Qani endi siz ba'zi dindorlar Xudo bilan boshdan
kechiradigan ilohiy sevgi haqidagi hikoyani bilsangiz edi!
Hayotdagi boshqa hech qanday tajriba bu quvonchga teng
kela olmaydi. Men doimo Xudoning sevgisiga berilib ketgan
va yuzidan muqaddas sevgi nuri sochilib turgan bir avliyoni
bilardim. Xudoning nigohi doimo Uni sevuvchilarda va U
.ularni bir lahza ham tark etmaydi

* * *

Aqliy va ma'naviy kuchlarini rivojlantirishga
.qiziqadiganlar kam

* * *

O'zingizni kechiktirish tubiga cho'ktirishga yo'l
qo'ymang. Zerikarli oddiy haqiqat uyqusidan turing va yutuq,
quvonch va tinchlik hukm suradigan nafis hayot ufqlariga
.yo'l oling
* * *

Sizning ichingizda investitsiya qilishni kutayotgan ulkan
salohiyat yotadi va siz uni faollashtirish va undan foyda olish
.imkoniyatiga ega bo'lgan yagona odamsiz
* * *

Yomon odatlar va nosog'lom istaklardan xalos bo'lish
moddiy muvaffaqiyatdan ko'ra ko'proq baxt keltiradi.
Intellectual muvaffaqiyatda tashqi sharoitlar tortib
ololmaydigan psixologik farovonlik yotadi. Siz barcha
vaqtingizni boylik to'plashga sarflashingiz mumkin, ammo bu
boylik sizga izlayotgan doimiy tinchlik va xavfsizlikni
bermaydi. Aksincha, u sizga ko'proq baxtsizlik keltiradi,
chunki haqiqiy baxt va tinchlik moddiy narsalarda emas,
.balki ongda yashaydi
O'zingizning asl mohiyatingizda mustahkam o'rnashib
olganingizda, har bir vazifani bajarasiz va barcha yaxshi
.narsalardan ilohiy quvonch bilan bahramand bo'lasiz
* * *

Zaiflikning ongingizga singib ketishiga yo'l qo'ymang va
salbiy fikrlarga va pessimistik qarashlarga ega odamlar bilan
muloqotda ehtiyot bo'ling, aks holda ularning zaif fikrlari
ongingizga singib ketmaydi, agar ongingiz boshqalarning
fikrlari uni zaiflashtira olmaydigan darajada kuchli bo'lmasa,
aksincha, u boshqalarning fikrlarini kuchaytirishga va o'ziga
.bo'lgan ishonchini oshirishga qodir bo'lmasa
* * *

Xudo birinchi o'rinda turadi va biz kunimizni U haqida
o'ylamasdan boshlamasligimiz yoki tugatmasligimiz kerak.
Biz Xudodan oladigan kuch va quvvatsiz hech narsaga erisha
olmasligimizni yodda tutishimiz kerak. Shuning uchun
.bizning eng katta burchimiz Unga nisbatandir

* * *

Urf-odatlar va an'analarni baholash va hukm qilishning
yo'li bor Dastlab, har bir an'ananing asosi bor edi. Agar biz
asos hali ham mavjudligini aniqlasak, unda an'ananing
ma'nosi va foydasi bor. Biroq, an'analarga ko'r-ko'rona
ergashish oqilona emas. Biz haqiqatni bilib, unga amal
qilishimiz, bizga nima baxt keltirishi mumkinligini ajratib
.olishimiz va keyin uni qo'llashimiz kerak

* * *

Baxt yoki muvaffaqiyatsizlikka uchragan juda ko'p
odamlarni ko'rsangiz, bu ularning taqdiri deb o'ylamang. Siz
o'zingizni xohlagan narsangizga aylantirishingiz mumkin.
Sizning ichki muvaffaqiyatingiz sizni chinakam
.muvaffaqiyatga olib keladi

* * *

Agar ichingizda hech narsa bo'lmasa, baxtli bo'lmaysiz.
Lekin agar atrofingizda hech narsa bo'lmasa va ichingizda
baxtli bo'lsangiz, shubhasiz muvaffaqiyatlisiz. Shunday qilib,
.odamlarni tashqi sharoitlariga qarab baholab bo'lmaydi

* * *

Keng olomon orasida ruhiy yuksalish darajasiga yetgan
va ichki xotirjamlik va oliy ma'naviy baxtdan bahramand
.bo'lgan odam bo'lishi mumkin

* * *

Menga kerak bo'lgan hamma narsa menga kelishini aniq
bilaman va shuning uchun kelajakda nima bo'lishi haqida
qayg'urmayman. Bu maqtanish yoki da'vo emas, chunki men
hayotimda bu muborak kuchning ishini va samaradorligini
.ko'p marta boshdan kechirganman

* * *

Hayot yuzasida suzib yursam ham, dengiz tubida cho'kib
ketsam ham, men Xudo bilan birga ekanligimni va U men
bilan ekanligini va hech narsa menga zarar yetkaza
olmasligini bilaman. Bu bilim menga ta'riflab bo'lmaydigan
.va chuqur baxt bag'ishladi

* * *

Yangi narsa sotib olish yoqimli tajriba ekanligiga shubha
yo'q. Ammo bir muncha vaqt o'tgach, bu quvonchli tuyg'u
asta-sekin yo'qoladi va siz hatto unga bo'lgan qiziqishni
butunlay yo'qotishingiz, uni unutib, boshqa narsani
xohlashingiz mumkin. Biroq, bu buyum uchun to'lov
unutilmaydi, ayniqsa uni to'lov asosida sotib olgan
!bo'lsangiz

* * *

Inson o'z hayotini nazorat qilishi va uni iloji boricha
soddalashtirishi kerak. Ular zaruriy va favqulodda vaziyatlar
uchun pul yig'ishlari, hashamatli narsalarga sarflashdan
ko'ra tejashga ustuvor ahamiyat berishlari va boshqalarga
qo'llaridan kelganicha yordam berishlari kerak. Boshqalarga
yordam berganingizda, yordam sizga u yoki bu tarzda keladi
va siz hech narsadan mahrum bo'lmaysiz va hech narsadan
.mahrum bo'lmaysiz

* * *

Ey Rabbim, barcha qalblarning quvonchida men Sening
ne'mating aks-sadosini eshitaman va barcha sodiqlarning
do'stligida Sening sevgingni his qilaman. Men quvonaman va
do'stlarimning muvaffaqiyati va farovonligidan yuragim
quvonadi, xuddi men o'z farovonligim va xotirjamligimdan
xursand bo'lganim kabi. Boshqalarga donolik ilhomlantirar
ekanman, o'z donoligim xazinalarini ko'paytiram va
.barchaning baxtida o'zimning donoligimni topaman

* * *

Baxtning eng katta dushmani - hashamatli buyumlar
sotib olish uchun qarz olish. Odamlar biron bir aniq narsaga
ega bo'lmaguncha baxtli bo'la olmasliklariga noto'g'ri
ishonishadi. Lekin o'sha narsaga ega bo'lgandan keyin ham,
u keltiradigan vaqtinchalik quvonchga qaramay, ular haqiqiy
baxtni his qila olmaydilar. Faqatgina sindirib tashlashni va'da
qilgan dunyoviy baxt sarobining orqasidan quvishning nima

keragi bor? Odamlar doimiy e'tibor talab qiladigan ko'plab
.narsalarga muhtoj bo'lmasdan, sodda yashashlari kerak

* * *

Jannati ichimda. Xudoning ne'matlaridan bahramand
bo'lar ekanman, Unga shukur qilaman va ichki quvonchim
oshadi. Bu ichki mamnuniyatsiz, hatto dunyoviy zavq va
lazzatlar ham do'zaxga aylanadi. Men shuni angladimki, bu
ichki quvonchsiz menga yuklangan mas'uliyat yuki meni
tinchligimdan mahrum qilib, baxtimdan mahrum qilgan
.bo'lar edi

* * *

Agar boylik kasallik va muammolar bilan birlashsa,
oqibatlari juda ko'p bo'ladi. Gigiena va sog'liqni saqlash
G'arbning kuchli tomonlaridan biridir. Rivojlangan
mamlakatlarda zararli hasharotlar va halokatli mikroblar
samarali nazorat qilinadi, boshqa mamlakatlarda esa ular
ko'p. Ammo bu zararkunandalarni yo'q qilish yutuqning
cho'qqisi emas, chunki rivojlangan mamlakatlarda boshqa
turdagi muammolar, masalan, to'lash qiyin bo'lgan to'lovlar
va to'lovlarni amalga oshirish tizimlari tufayli bo'g'uvchi
moliyaviy inqirozlar mavjud - bu uyquni buzadigan va
.xotirjamlikni buzadigan muammolar

* * *

Biz bu buyuk olam paydo bo'lgan ongning ajralmas
qismimiz

* * *

Siz hech qachon qo'y podasini ko'rganmisiz? Agar
ulardan biri sakrasa, qolganlari ikkilanmasdan unga taqlid
qilishadi. Ko'pchilik odamlar shunday. Kimdir g'oya o'ylab
topishi yoki yangi tendentsiyani joriy qilishi mumkin,
boshqalari esa darhol unga qo'shib, uni taqlid qilishadi. Bu
naqsh avlodlar davomida saqlanib qolgan. Har bir xalqning
o'z urf-odatlar va an'analari bor va biz ularning barchasi
to'g'ri yoki asosli deb da'vo qila olmaymiz. Lekin kim biladi?

Balki bu urf-odat va an'analarning ba'zilar ma'nosiz va
.befoydadir

* * *

Fikrlarning notinch bo'roni pasayganda, biz tinchlik
.shohligiga kiramiz va ilohiy huzurga tegamiz

* * *

Xudoni yoki tinchlikka ilhomlantiruvchi go'zal manzarani
yoki quvonchli va yoqimli tajribani tasavvur qiling. Ijobiy,
.xotirjam aqliy faoliyat tetiklantiruvchi va tetiklantiruvchidir

* * *

Biz tartibsiz va notinch dunyoda yashayapmiz. Siz pul
baxt degani deb o'ylashingiz mumkin, lekin uni qo'lga
kiritganingizda ham, baribir baxtsiz ekanligingizni anglaysiz.
Siz boylik orttirib, sog'lig'ingizni yo'qotishingiz mumkin (Xudo
saqlasin). Yoki sog'lig'ingiz yaxshi bo'lib, pulingizni
yo'qotishingiz mumkin. Yoki siz ham boylik, ham sog'liqqa
ega bo'lishingiz mumkin, lekin boshqalar bilan ko'plab
muammolarga duch kelishingiz, mehr-oqibat ko'rsatishingiz,
ammo buning evaziga nafrat va xafagarchilikka duch
kelishingiz mumkin. Xudosiz bu hayotda hech narsa sizni
.chinakamiga qoniqtira olmaydi

* * *

Yer ilohiy rejadan bexabar yashovchilar uchun qiynoq
kamerasiga aylanadi. Ammo hayot tajribalarini o'zingizning
ustozingiz sifatida ko'rsangiz va ulardan bu dunyoning asl
mohiyatini va kosmik dramadagi sizga yuklatilgan rolni
o'rgansangiz, bu tajribalar abadiy mamnuniyat va baxtga
.erishish yo'lida qimmatli yoritgichlarga aylanadi

* * *

U yerda, qorong'ulik, jimjitlik va yaratilmagan yo'qlik
ortida, mavjudlikning kelib chiqishi va barcha kuchlar va
mavjudotlarning, ko'rinadigan va ko'rinmas manbai bo'lgan
.abadiy mohiyat yotadi

* * *

Xudo bu yerni bizni shunchaki ovqatlanish, uxlash va o'lish uchun yaratmagan, balki biz Uning irodasini bilishimiz va mavjudligimizning maqsadini tushunishimiz uchun yaratgan. Bir nechta dono odamlar kosmik rejaning ma'nosini tushunishgan, ammo ko'pchilik odamlar ko'r va bu .maqsaddan bexabar

* * *

Pul hech qachon hayotimdagi maqsadim bo'lmagan; maqsadim insoniyatdagi birodar-uka va opa-singillarimga xizmat qilish edi. Shuning uchun Xudo menga o'zimni ta'minlash va vazifamni bajarish uchun ko'plab imkoniyatlar .eshiklarini ochdi

* * *

Xudo bu koinotni qat'iy va o'zgarmas qonunga muvofiq ishlash uchun yaratgan. Agar biz ushbu universal qonunlarning birortasini buzsak, o'zimizni jazolaymiz. Baland binoning tomidan sakragan odam suyaklarini sindirib tashlaydi. Shuning uchun biz tortishish qonunini e'tiborsiz .qoldirib, oqibatlarini boshdan kechira olmaymiz

* * *

Dunyo tsivilizatsiyalariga chuqur nazar tashlasak va qadimgi tsivilizatsiyalarning yashirin sirlarini o'rgansak, o'zaro bog'liq chiziqlar, xilma-xil boblar va aniq tafsilotlar bilan keng manzara paydo bo'ladi va biz insonning bir vaqtning o'zida ham individual, ham ijtimoiy tabiatga ega .ekanligini aniqlaymiz

* * *

Agar Xudo bizning faqat moddiy ongda yashashimizni istasa, biz moddiy narsalardan to'liq qoniqamiz va dunyoviy .hayotdan mamnun bo'lamiz

* * *

Orzulardan tashqari poklik, tinchlik va baxt nurlari bizning asosiy tubimizda miltillaydi va raqsga tushadi

* * *

Bu yer yuzidagi sayohatimiz davomida hayotimiz
osmonida paydo bo'ladigan har bir tajriba bilan biz ongimizni
kengaytirishni va bizni o'rab turgan yoki boshdan
kechirayotgan vaziyatlarni yaxshiroq tushunishni
o'rganishimiz kerak, shunda biz odamlar va hayot bilan
yaxshiroq uyg'unlikda yashay olamiz va ravonroq
.munosabatda bo'la olamiz

* * *

Ko'p odamlar boshqalarga taqlid qilishadi. Inson o'ziga
xos va ijodiy bo'lishi va qilayotgan barcha ishlarini mohirona
.bajarishi kerak

Sharqda asosiy e'tibor ma'naviy baxtni rivojlantirishga
qaratilgan bo'lsa, hayotning moddiy jihatlari ko'pincha
e'tibordan chetda qolgan. G'arbda ba'zi moddiy qulayliklar
mavjud, ammo psixologik baxt juda kam. Kerak bo'lgan
narsa bu ikkalasi o'rtasida muvozanatdir, chunki hayotning
faqat bitta jihatiga e'tibor qaratish nomutanosiblikka va
.hayot talablariga oqilona yondasha olmaslikka olib keladi

* * *

Ilohiy baxtdan keyingi eng katta baxt - inson uchun
yilning har kuni birga yashashi kerak bo'lgan yaqin
.qarindoshlari bilan tinch-totuv yashashdir
Odamlar shoshilib va impulsiv harakat qilib, ko'p
vaqtlarini behuda sarflashadi, ammo ko'p narsaga erisha
olmaydilar. Hayot nimani taklif qilayotganini tushunish va
.mulohaza yuritish uchun ozgina to'xtashadi

* * *

Biz tinchlik bog'larida ajoyib ma'naviy fazilatlarning son-
sanoqsiz gullari bilan gullab-yashnaydigan va porlaydigan
donolikning ichki inshootlarini qurish uchun ishlashimiz
.kerak

* * *

Ichki uyg'unlik kuchning boy manbaidir va qayta
tiklanadigan energiya ishlab chiqaradi

* * *

Hayotga nazar tashlasak, muvaffaqiyatga erishish oson emasligini ko'ramiz. Hayot ko'pincha qattiq va shafqatsiz bo'ladi va biz tirikchilik qilish uchun kurashishimiz kerak.

Tanangizni saqlash va uni sog'lom va kasallikdan xoli saqlash uchun zarur bo'lgan kuch haqida o'ylang! Agar bunga erishsangiz ham, bu muvaffaqiyat vaqtinchalik. Tana — uzoq umr ko'ring — oxir-oqibat dam olishga qo'yiladi. Kerakli muvaffaqiyatga erishish uchun ichki va tashqi ko'plab kuchlarga qarshi kurashish zarurati tug'iladi. Bu kuchlar sizni har qanday chinakam muhim yutuqlardan mahrum qilish uchun tinimsiz ishlaydi

* * *

Har qanday vaziyatda xotirjamlikni saqlashga harakat qiling va tinchligingiz urug'i quvonch va mamnuniyat .tabassumi bilan gullab-yashnasin

* * *

Hatto eng buyuk avliyolar ham o'zlarining muvaffaqiyatlarini - ma'naviy tajribalarini va oliy bilimlarini - boshqalar bilan baham ko'rmaguncha, ularga ma'naviy tushunchaga erishishda yordam bermaguncha to'liq najotga erisha olmaydilar. Shuning uchun bunday bosqichlarga yetib borgan va bunday holatlarga erishganlar tushunchaga muhtoj bo'lganlarga tushuncha berishga intilishadi. Agar siz chinakam muvaffaqiyatga erishmoqchi bo'lsangiz, nafaqat o'zingizning baxtingizni, balki boshqalarning baxtini ham .ta'minlaysiz

* * *

Aqlga ega bo'lgan har bir kishi pul topishi mumkin. Lekin agar ularning qalbida sevgi bo'lsa, ular bu pulni hech qachon xudbinlik maqsadlarida ishlatmaydilar; aksincha, ular uni boshqalar bilan baham ko'rishadi. Pul xudbin va baxil odamlar qo'lida la'nat va baxtsizlik, mehribon qalb va .saxovatli odamlar qo'lida esa ne'mat va sovg'adir

* * *

Kimdir uzoq vaqt jim turishni tanlashi mumkin, oilasi bilan gaplashishdan bosh tortishi mumkin. Bu odam ma'lum darajada ichki xotirjamlikka erishishi mumkin bo'lsa-da, uning xatti-harakatlari xudbinlik va oilasining baxtiga zarar keltiradi. Agar ularning yaqinlari ham ularning yutuqlaridan foyda ko'rmasa, ularni chinakam muvaffaqiyatli deb hisoblash mumkin emas. Xuddi shunday, moddiy muvaffaqiyatga erishish nafaqat bizning farovonlikdan faqat o'zimiz bahramand bo'lish huquqimiz bilan bog'liq; bu shuningdek, boshqalarga moliyaviy va turmush sharoitlarini yaxshilashga yordam berish uchun axloqiy mas'uliyatimizni .ham o'z ichiga oladi

* * *

Men toza vijdonim devorlari ortida himoyalanganman, qorong'u o'tmishni yoqib yubordim va faqat bugun bilan .qiziqaman

* * *

Bugun men eng buyuk yaxshilik nuri bilan bir ekanligimni va qayg'u dengizi to'lqinlariga qarshi .kurashayotganlar uchun mayoq ekanligimni anglayapman

* * *

Odamlar hayotdagi ambitsiyalariga qarab muvaffaqiyat haqida turli xil qarashlar va nazariyalarga ega. Ba'zi odamlar muvaffaqiyatni o'g'irlik bilan tenglashtirib, "U muvaffaqiyatli o'g'ri edi!" kabi gaplarni aytishlari odatiy hol. Bu barcha shakl va navlardagi muvaffaqiyat orzu qilingan va intiladigan narsa ekanligini ta'kidlaydi. Biroq, bizning muvaffaqiyatimiz .boshqalarga zarar yetkazmasligi kerak

Muvaffaqiyatning yana bir mezonini bor: o'zimiz uchun uyg'un va foydali natijalarga erisha olsak, muvaffaqiyatimizga boshqalarni ham qo'shishimiz va uning .samarasini ular bilan baham ko'rishimiz kerak

Muvaffaqiyat insonning o'z muhitidan qoniqishi va qoniqishini anglatadi. Haqiqiy muvaffaqiyat adolat tamoyillariga asoslangan harakatlarning natijasidir va u

boshqalarning baxti va farovonligini o'z baxtining ajralmas qismi sifatida qamrab oladi. Agar biz ushbu tamoyilni moddiy, intellektual, axloqiy va ma'naviy hayotimizga qo'llasak, muvaffaqiyatning to'liq va keng qamrovli ta'rifiga .ega bo'lamiz

* * *

Bu cheklangan dunyoda biz uzunlik, kenglik va zichlikni idrok etamiz, ammo o'lchamlar mavjud bo'lmagan yana bir daraja mavjud; hamma narsa aniq va shaffof - hamma narsa ong va idrokdir. Ta'm hissi idrokdir, hid hissi ham xuddi shunday. Bizning his-tuyg'ularimiz, fikrlarimiz va tanamiz ong holatidir. Xuddi tushlarda ko'rish, eshitish, hidlash, ta'm bilish va teginishimiz kabi, yuqori darajada ham biz bu .hislarning barchasini sof ong orqali boshdan kechiramiz

* * *

Ey Rabbim, bizni O'zingning yaqinligingni his qilish orqali baxtli qilgin, bizni istaklar kishanlaridan ozod qilgin va bizga hayot tajribalari va uning o'zgaruvchan voqealari ta'sir .qilmaydigan ichki quvonchni ato et

* * *

Ongimiz yuqori idrok bilan uyg'unlashganda, ichimizda ma'naviy ong uyg'onadi va biz ilohiy donolik va sevgining .ajoyib mo''jizalarini boshdan kechiramiz

* * *

Agar biz Xudoni to'liq sevsak va Unga butun fikrlarimiz va qalbimiz bilan murojaat qilsak, biz Unga yaqin bo'lamiz va U hayotdagi eng buyuk xavfsizlik boshpanasi ekanligini bilib .olamiz

* * *

Ko'rinib turgan bo'sh, ulkan makonda bizni koinotdagi barcha tirik va jonsiz narsalar bilan birlashtiradigan kosmik aloqa va abadiy hayot mavjud - barcha mavjudot orqali oqayotgan oliy hayot to'liqini. Abadiylik bizning haqiqiy uyimiz va doimiy maskanimizdir va bu tanalardagi

mavjudligimiz vaqtinchalik, xuddi cho'l bo'ylab sayohat
.qilayotgan karvon uchun qisqa muddatli tanaffus kabi

* * *

Biz o'zimizni ruhning ijodiy kuchlari bilan
uyg'unlashtirganimizda, bizni yo'naltirishga va
muammolarimizni hal qilishga qodir bo'lgan universal va
cheksiz ong bilan bog'lanamiz. Ijodiy kuch bizga
borlig'imizning eng buyuk manbaidan uzluksiz ravishda oqib
keladi va bu bizga faoliyatimizning har qanday sohasida
.ijodiy muvaffaqiyatga erishish imkonini beradi

* * *

Sevgi ishonch, bag'rikenglik va o'zaro hurmat muhitida
o'sadi va gullab-yashnaydi

* * *

Ey Rabbim, bizni sof fikrlar va yaxshi odatlar nuri bilan
barakala, toki yomon odatlar va buzuq fikrlar zulmati bizga
yaqinlashsa, u darhol yo'q bo'lib ketsin va bizga Seni
shunday chuqur sevgi bilan sevishga yordam berki, na
moddiy illyuziyalar, na dunyoviy vasvasalar bizni tuzoqqa
.ilintira olmaydi yoki ongimiz va qalbimizni egallay olmaydi

* * *

Oson qo'lga kiritilgan narsalar kamdan-kam hollarda
qadrlil bo'ladi. Biz buni buyuk insonlar hayotini va ularning
iste'dodlarini rivojlantirish, burchlarini bajarish, axloqiy
qadriyatlarini shakllantirish, chuqur tadqiqotlar olib borish va
xudbinlikdan qochish orqali qanday qilib buyuk
bo'lganliklarini o'rganish orqali bilamiz. Ular erishgan
natijalar va erishgan yutuqlari qilgan sa'y-harakatlaridan
.beqiyos darajada katta edi

* * *

Haqiqiy erkinlik donolik bilan boshqariladigan va
tushunish, to'g'rilik va qat'iy iroda bilan qo'llab-
.quvvatlanadigan tanlov erkinligidadir

* * *

Irodangizni, qat'iyatingizni va ongli idrokingizni
uyg'otganingizda, ko'rinmas kuchlar yuqori ongdan - ruhning
idroki orqali - sizga yordam berish va Xudoning yordami
bilan psixologik tasalli va baxtga olib boradigan yo'llarni
.yoritish uchun ozod qilinadi

* * *

Inson o'z sa'y-harakatlari bilan qalb kanallarini ochishi
kerak Hech kim tinchlik va baxtdan ko'ra azob-uqubat va
baxtsizlikni ixtiyoriy ravishda tanlamaydi Jaholat azob-
uqubatlarning ildizi va olib tashlanishi va yo'q qilinishi kerak
bo'lgan to'siqdir Jaholat insoniyat bog'ida o'sadigan, chuqur
ildiz otgan zararli begona o'tdir. Jaholatni sobit iroda va
qat'iyat bilan yengish kerak. Aql tuprog'ini aniq aqliy diqqat
bilan [ijobiy tomonga] ishlov berish va yaxshi urug'larni imon
suvi bilan sug'orish kerak. Sevgining hayotiy va iliq nurlari
porlaganda, yaxshilik urug'i o'sadi va parazit begona o'tlar
va o'tlarni yengib chiqadi, chunki yorug'lik bor joyda zulmat
.mavjud bo'la olmaydi

* * *

Moddiy narsalarning zavqlari so'nadi va yo'qoladi, lekin
ilohiy quvonch hech qachon xiralashmaydi. Bu cheksiz va
.ta'riflab bo'lmaydigan ilohiy baxtdir

* * *

Biz baxtga erishish uchun hech qachon noto'g'ri
usullardan foydalanmasligimiz kerak, shuningdek,
o'zimizdagi xotirjamlik va ma'naviy boylikdan voz kechib,
xayoliy qulaylik va halokatli ta'sirga ega do'zax harakatlar va
xatti-harakatlar bilan oldinda osilib turishi mumkin bo'lgan
.yorqin hayotni izlamasligimiz kerak

* * *

Xotirjamlik ilohiy mavjudlikni suratga olish uchun eng
yaxshi kameradir. Sof va aniq yo'naltirilgan xotirjamlik
linzalari orqali muborak tasvir mukammal ravshanlik bilan
.namoyon bo'ladi

* * *

Darhaqiqat, barcha donolik sizning ichingizda va sizga
kerak bo'lgan yagona narsa - bu ongli ravishda xabardor
.bo'lishdir
* * *

Qanoat o'zini takomillashtirishda yotadi, shuning uchun
boshqalar sizni siz ularni izlamasdan qidiradilar. Sevgi va
do'stlik evaziga kutmasdan yoki talab qilmasdan berilishi
kerak, chunki kutish nafrat va achchiqlanishni keltirib
chiqaradi. O'zini takomillashtirishga intilayotganda ham,
inson o'zining fazilatlari va qadr-qimmatini qal'asida yolg'iz,
.xavfsiz va xotirjam turishi kerak
* * *

Yuragimdan quvonch va nekbinlik sharsharalari doimo
oqib chiqsin va ularning tetiklantiruvchi spreysi uchratgan
.barcha odamlarga ta'sir qilsin
* * *

Ma'naviy quvonch qalbda boshqalarga har tomonlama
yordam berish istagini uyg'otadi va baxtga olib boradigan
nafis axloqiy zavqlarni qadrlash qobiliyatini rivojlantiradi, shu
.bilan qo'pol zavqlarga moyillikni kamaytiradi
* * *

Rolingiz qanchalik kichik bo'lishidan qat'i nazar, u ruhlar
hayot sahnasida ijro etadigan kosmik spektaklning
muvaffaqiyatiga hissa qo'shish nuqtai nazaridan eng buyuk
.rollar kabi muhim bo'lib qolmoqda
* * *

Umumjahon ong - bu mutlaq, cheksiz ong bo'lib, u
doimo o'zini yangilab turadi va ijodida cheksizdir va siz orqali
.u o'zining noyob jihatini ifoda etishga harakat qiladi
* * *

Agar siz ilohiy sevgini bir marta bo'lsa ham tatib
ko'rsangiz, undan hech qachon voz kechmaysiz, chunki
.butun koinotda bunga o'xshash narsa yo'q
* * *

Xudoni biladiganlar juda rivojlangan ruhiy bosqichlarga yetib kelishgan, shuning uchun ular gunohkorlarga shunchaki ruhiy maslahat berish bilan kifoyalanmaydilar, balki Xudoning marhamati va yordami bilan ularni gunohkor ishlarining oqibatlaridan ozod qiladigan ruhiy kuch bilan .zaryadlashlari mumkin

* * *

Barcha yaxshi va yomon amallar miya hujayralarida joylashgan bo'lib, fikrlarda fazilatli yoki yomon odatlar yoki moyilliklar sifatida namoyon bo'ladi. Miya hujayralari ushbu odatlarning kuchi bilan zaryadlanganligi sababli nosog'lom odatlardan aziyat chekadigan odam o'zini iroda, meditatsiya, samimiy ibodat va doimiy ijobiy tasdiqlar orqali ozod qilishi mumkin, toki barcha nomaqbul odatlari tinchlik va osoyishtalikning fazilatli odatlariga aylanmaguncha. Bu to'g'ri yo'naltirilgan hayot kuchi miya hujayralarining g'ayritabiiy tabiatini o'zgartirish uchun ishlaganda sodir bo'ladi, shunda bu hujayralar barcha yaxshi, fazilatli va .go'zal narsalar bilan to'ladi

* * *

Tushunish - bu ichki ko'z, qalbning ko'rish qobiliyati va qalbning teleskopi. Bu ongning xotirjamligi va vijdon pokligi .o'rtasidagi muvozanatdir

* * *

Har kuni biz turli xil manzaralarni ko'ramiz va har kuni o'rganish kerak bo'lgan yangi saboq olib keladi. Inson o'z hayotining asosiy maqsadiga, ya'ni o'z mavjudligining manbasini va hayotining poydevorini anglash orqali saboq .olishi kutilmoqda

Keling, o'tmishdagi qayg'ularni unutishga va ular haqida o'ylamaslikka qaror qilaylik. Qat'iy qat'iyat va faol iroda bilan hayotimizni yangilaylik, muvaffaqiyatlarimizni oshiraylik va .o'zimizda yaxshi odatlar va olijanob fazilatlarni tarbiyalaylik
Xudo mening kuchim va men boshqa kuchga
ishonmayman

Hayotdagi kurashlarda kurashing va oxirigacha bardosh
bering, hech qachon taslim bo'lmang Hech qachon "Men
yo'lni topa olmayapman, shuning uchun urinishni
to'xtataman" demang Agar xato qilgan bo'lsangiz, yo'l-yo'riq
so'rang, lekin hech qachon urinishni to'xtatmang Ko'pchilik
to'siqlarga duch kelganda mag'lubiyatni qabul qiladi
Muvaffaqiyatsiz bo'lganlar muvaffaqiyatsizliklar bilan emas,
balki muvaffaqiyatli odamlar bilan muloqot qilishlari kerak
Muvaffaqiyatga erishishga qat'iy qaror qiling; bu sizning
.hayotdagi falsafangiz bo'lsin

Biz har kuni jismoniy kuchimizni mustahkamlashimiz,
aqliy kuchimizni oshirishimiz va meditatsiya, sog'lom fikrlash
va tana, ong va ruhga birgalikda foyda keltiradigan ijobiy,
.samarali ish orqali o'zimizni anglashimiz kerak

Yaxshi odatni shakllantirishni yoki yomon odatni tark
etishni istasangiz, turli odatlarning mexanizmlari joylashgan
miya hujayralariga e'tibor qarating. Yaxshi odatni
shakllantirish uchun avval jimgina o'tiring va ilohiy yo'l-yo'riq
.izlab meditatsiya qiling

Peshonangizdagi, qoshlaringiz orasidagi iroda markaziga
diqqatingizni qarating va miyangizga singdirmoqchi bo'lgan
odatingizni qat'iy tasdiqlang. Yomon odatlardan xalos
bo'lishni istasangiz, diqqatingizni iroda markaziga ham
qarating va bu odatlar ildiz otgan barcha chuqurchalar yo'q
.qilinayotganini qat'iy tasdiqlang
Diqqat va iroda bilan siz hatto chuqur ildiz otgan eski
.odatlarni ham yo'q qilishingiz mumkin

Miyangizdagi nosog'lom odatlarni yo'q qilish uchun iroda
kuchiga ega ekanligingizni o'zingizga qayta-qayta
tasdiqlang. Bu tasdiq uchun eng yaxshi vaqt - irodangiz va
diqqatingiz eng yuqori cho'qqisida bo'lgan erta tong.
O'zingizga barcha buyruqlardan ozod ekanligingizni
tasdiqlashda davom eting va bir kun kelib - Xudoning

yordami bilan - o'zingizni butunlay yo'q qilmoqchi bo'lgan
.odatdan ozod qilganingizni bilib olasiz

Nimadan qo'rqsangiz ham, uni fikrlaringizdan chiqarib
tashlang va Xudoga qoldiring. Xudoga bo'lgan imoningizni
mustahkamlang va U sizga yordam bera olishiga ishoning va
ko'p azob-uqubatlar tashvish va xavotirdan kelib chiqishini
.biling

Qo'rqqan narsangiz hali sodir bo'lmagan bo'lsa, nega
hozir azob chekishingiz kerak? Bizning ko'pgina
bezovtaliklarimiz qo'rquvdan kelib chiqqanligi sababli, agar
biz qo'rquvni hayotimizdan olib tashlasak, o'zimizni erkin his
.qilamiz va shifo darhol keladi

Har kecha, uxlashdan oldin, Xudo siz bilan ekanligini,
sizni himoya qilayotganini va kuzatib turganini o'zingizga
tasdiqlang. Uning himoya nuri sizni har tomondan o'rab
turganini tasavvur qiling, shunda siz Uning ajoyib himoyasini
.his qilasiz

Ushbu kosmik spektaklda barcha irq vakillari vaqt
.sahnasida hayot dramasini sahnalashtiradilar
Biz hayotning ma'nosini vaqtinchalik rollarimiz bilan
haddan tashqari band bo'lmasdan yoki ularga haddan
tashqari e'tibor qaratmasdan tushunishimiz kerak. Hayot
haqidagi tushunchamiz ko'pincha buzilgan va noto'g'ri
yo'naltirilgan bo'ladi, chunki biz unga xudbinlik va
cheklangan nuqtai nazar bilan qaraymiz; agar biz ruhning
ko'zi bilan qarasak, narsalarga butunlay boshqacha nuqtai
.nazardan qaragan bo'lar edik

Biz donolik ko'zini ochganimizda, biz Xudoning hamma
narsani qamrab oluvchi nurini ko'ramiz va shu nurda biz
o'zimizning ruhiy tabiatimizni idrok etamiz, bu koinotning
barcha zarralari va qismlarini qamrab oluvchi universal ong
.tabiatining aksidir

Ma'naviy haqiqatlar bizni o'rab turibdi, yumilgan
ko'zlarimizning eshiklarini taqillatib, bizni zulmat o'rniga
yorug'likni ko'rishga, johillik o'rniga donolik bilan harakat
qilishga, qalbimizni nafrat o'rniga sevgi bilan to'ldirishga va
tinchlik o'rnatish hamda dunyomizga mo'l-ko'lchilik va
xavfsizlik olib kelishda hamkorlik qilishga undaydi. Agar biz
buni qilsak, johillik yo'qoladi, dunyoviy farqlar yo'qoladi, biz
xilma-xillikda birlikni ko'ramiz va ilohiy iroda bilan yanada
.uyg'unlashamiz

Xudo bilan bo'lgan munosabatimiz ish beruvchi va
xodim o'rtasidagi kabi sovuq yoki mehrsiz emas. Biz Uning
farzandlarimiz va Uning bizga bo'lgan g'amxo'rliqi doimiydir;
U bizni doim tinglaydi. Biz Uning borligining ajralmas
qismimiz va U bilan bo'lgan munosabatlarimiz jonli va jonli. U
bizga cheksiz sevgi, tushunish, tushuncha, yaxshi niyat va
ma'naviy kuch bag'ishladi, ammo ko'pchiligimiz bu boylikni
.bekorga sarfladik

Xudo bizning olijanob va mehribon oila a'zolariga
munosib bo'lganidek, xavfsizlik, tinchlik va do'stona
hamkorlikda yashashimizni xohlaydi, ammo ochko'zlik va
xudbinlik odamlar qalbida o'sib chiqdi va ildiz otdi hamda
.oilalar o'rtasida bo'linishga sabab bo'ldi
Xudo bizni xo'jayin bo'lishimizni xohlaydi, lekin biz qul
bo'lishni tanladik. Insoniyat o'zining samoviy uyidan
uzoqlashdi va Xudoga yaqinlik va Xudo bizga yaqinlik hissini
yo'qotdi va shaxsiy harakatsiz bu jannatni qaytarib
ololmaydi. Xudo bizni O'z suratida yaratdi, ammo bu haqiqat
.bizning xayolimizdan chiqib ketdi

Biz taqdirimiz qiyinchilik va taqdirimiz halokat degan
illyuziyaga taslim bo'ldik va parda ortidagi yorqin haqiqatni
ko'rish uchun illyuziya pardasini donolik xanjari bilan
.yirtishimiz kerak

Xudo menga umrimning shu uzoq yillari davomida baxt
ato etdi. Odamlar yuzimdagi mamnuniyat tabassumini
ko'rishadimi yoki yo'qmi, ilohiy quvonch doim men bilan va

meni hech qachon tark etmaydi. Baxtning buyuk daryosi
ongim qumlari ostida doimiy ravishda oqadi va hayotim
.bog'larini sug'oradigan muborak buloqlar kabi otilib chiqadi
Hayotning to'satdan o'zgarishi mening xotirjamligimni
buzolmaydi, o'lim arvohi ham men his qilayotgan ma'naviy
.baxtni tortib ololmaydi

Bu holatni doimiy va o'zgarmas qilish qiyin edi, lekin
men hozir zavqlanayotgan va boshqalar bilan baham
ko'rayotgan ruhning mevalari bunga sarflagan barcha sa'y-
.harakatlaringa arziydi

Men ilohiy ruh tomonidan boshqarilgan deb o'ylayman
va harakat qilaman. Pul hech qachon hayotimdagi maqsadim
bo'lmagan, balki insoniyatdagi birodar-opa-singillarimga
xizmat qilish bo'lgan. Shuning uchun Xudo o'zimni ta'minlash
va vazifamni bajarish uchun menga ko'plab yaxshilik
eshiklarini ochdi. Va menga yordam kerak bo'lganda, Xudo
.uni darhol beradi

Mening yagona istagim sizga xizmat qilish va shuning
uchun men bu yerdaman

Xudoning kuchi sizning hayotingizda ham ishlaydi.

Imoningiz mustahkamlanganda va haqiqiy boylik moddiy
muvaffaqiyatdan emas, balki Qodir Tangridan kelishini
.anglaganingizda, bu haqiqatni o'zingiz boshdan kechirasiz
Xudo bilan o'tkazgan har bir lahzangiz sizning eng katta
foydangiz uchun bo'ladi va sevgi bilan va Xudoni rozi qilish
uchun qilgan barcha ishlaringiz abadiylik yozuviga yozib
.qo'yiladi

Chuqur fikrlaringizning yolg'izligiga chekinib va
sukunat bulog'idan oqib chiqayotgan tinchlikdan bahramand
bo'ling

Agar biz yaxshi ishlar eksak, quvonch va barakalarni
o'rib olamiz, agar yomon ishlar eksak, turli xil va darajadagi
.inqirozlar va muammolarni o'rib olamiz
Har bir xayrli ish ilohiy quvonch manbasini ochish uchun
.ong tuprog'ini qazib oladigan tekaga o'xshaydi

Oddiy [tafakkur] yolg'izlik haqiqiy baxtning narxi ekanligini anglab, yaxshi kitoblar, e'tiqod, muammolar, falsafa yoki ichki quvonch bilan bog'liq bo'ladimi, o'zini tahlil qilish va tadqiq qilish dengiziga sho'ng'ishni o'rganing.

Hayot oldindan aytib bo'lmaydigan, injiq va sirli, shubhalar, har xil muammolar va g'alayonlarga to'la bo'lib tuyulsa-da, biz Xudoning doimiy himoyasida qolamiz. Biz vaziyatni bo'rttirib ko'rsatmasligimiz yoki voqealar oldida xotirjamligimizni yo'qotmasligimiz kerak, chunki agar vahima bizni bosib olishiga yo'l qo'ysak, yovuzlikka kuch beramiz va uning ildizlarini chuqurlashtiramiz, ular qo'rquv va xavotir .tuprog'ida o'sadi va gullab-yashnaydi.

Har kecha o'zingizga savol bering: Xudo bilan qancha vaqt o'tkazdingiz, qancha mulohaza qildingiz, qancha yutuqlarga erishdingiz, boshqalar uchun qancha ish qildingiz ?va istaklaringizni qanchalik nazorat qildingiz.

Hayot sinovlarida abadiy baxt va xotirjamlikni topishni kutmasligimiz kerak; aksincha, ularni o'zimizda izlashimiz va kashf etishimiz kerak. Keyin, qanday tajribalarni boshdan kechirsak ham, biz ularga boshqa birovning tajribalarini filmda tomosha qilganimiz kabi munosabatda bo'lamiz, xoh .yoqimli, xoh og'riqli bo'lsin.

Inson o'z ongiga yo'l qo'ysa, barcha tajribalarini og'riqli, baxtsiz sinovlarga aylantirishi mumkin. Ular sog'lig'i yaxshi bo'lishi mumkin, ammo uning qadrini anglay olmaydilar. Ammo agar ular kasal bo'lib qolishsa, o'zlarini kamtar tutib, farovonlik ne'matini qadrlashadi. Biz Xudoning marhamatini tan olishimiz va bizga bergan ne'matlari uchun Unga minnatdorchilik bildirishimiz kerak, buning uchun noqulay vaziyatlar bizni minnatdor qilishini va Uning marhamatini tan .olishini kutmasdan.

Hayot mulohaza va harakatlarning uyg'unligi bo'lishi kerak. Inson psixologik muvozanatini yo'qotganda, u tashvishlar, qayg'u bulutlari va og'riq azoblariga moyil bo'lib qoladi. Agar ular sog'liq, farovonlik va donolik qonunlarini

buzishga harakat qilsalar, muqarrar ravishda kasallik,
.qashshoqlik va johillikdan aziyat chekishadi
Biz niyatlarimizni pok, niyatlarimizni toza saqlashimiz va
xotirjamlik keltiradigan tarzda harakat qilishimiz, hayot
sharoitlari tinchligimizni buzishi va baxtimizni barbod
.qilishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak

Qayg'uli qalblar va singan fikrlar meni o'ziga tortadi, ular
qanchalik uzoqda bo'lishidan qat'i nazar
Oilangizni, qo'shnilaringizni, jamoangizni,
mamlakatingizni va barcha ongli mamlakatlar va
mavjudotlarni asta-sekin qamrab olish uchun porlab turgan
.sevgi saltanatingiz chegaralarini kengaytiring

Shuningdek, biz aql-zakovatimizni mustahkamlashimiz
va yillar va avlodlardan meros bo'lib qolgan intellektual va
axloqiy zaiflik yukini rad etishimiz kerak. Bu iflosliklar
yangilangan qat'iyat va samarali harakatlar olovida yoqib
yuborilishi kerak. Ushbu konstruktiv yondashuv bilan
chinakam fidoyi shaxs ozodlik va erkinlik ufqlariga yetib
.borishi mumkin

Hayot sahnasida obro'li rolingizni o'ynashingiz uchun
ichingizdagi cheksiz kuchni faollashtiring
Inson Xudodan boshqa mol-mulk, pul, shon-shuhrat yoki
boshqa biror narsaga sig'ina boshlagan zahoti, baxtsizlik
ularning taqdiriga aylanadi. Barcha e'tiborini shu narsalarga
qaratganlar aslida ularga sig'inadilar va shuning uchun ular
Xudoga yaqinlashmaydilar, balki Undan uzoqlashadilar. Lekin
Xudoni o'ylaydigan, U haqida mulohaza yuritadigan va
qalblarida U bilan muloqot qiladiganlar Unga yaqinlashadilar
.va U bilan jimgina muloqotda ichki quvonchni his qiladilar
Faqatgina Xudo insonning orzularini va abadiy baxtga
bo'lgan umidlarini ro'yobga chiqarishga qodir. Shuning
uchun, qalbdagi Xudoning o'rnini hech narsa egallashiga yo'l
.qo'yilmasligi kerak

Izlovchiga Xudoni eslab qolishga va Unga yaqinlashishga yordam beradigan muqaddas ramzlar mavjud. Biroq, agar inson bu ramzlarga sig'inishni boshlasa, ularning zarari foydasidan ustun bo'ladi. Ibodat faqat Xudoga qaratilgan bo'lishi kerak, chunki boshqa hech narsa ibodatga loyiq .emas

Ritualistik ibodatning tabiati qanday bo'lishidan qat'i nazar, ibodat qiluvchi uni ma'naviy ong va Unga intilish bilan bajarsa, u Xudoga ma'qul bo'ladi. Biroq, ko'p odamlar ibodatning mohiyatini tushunmaydilar va ularning fikrlari va qalblari Xudodan marosimlarga chalg'iydi, shuning uchun .ibodatlaridan ko'p foyda ko'rmaydilar

Haqiqiy topinuvchilar o'z onglarini biron bir tasvir yoki shakl bilan cheklab qo'yishga yo'l qo'ymaydilar, balki ular barcha tasvirlar va shakllar ortidagi ilohiy ruhga eng chuqur .sevgi va to'liq e'tibor bilan e'tibor qaratadilar

Xudo mutlaq va cheksizdir, va hech qanday tasvir yoki

haykal Uni sig'dira olmaydi

Aytish mumkinki, Xudo Uni chin dildan sevadigan va U

bilan uyg'unlikda bo'lgan har bir kishida o'zini namoyon qiladi, chunki U hamma joyda mavjud va shuning uchun hammada mavjud. Biroq, hamma ham ilohiy mavjudlikni namoyon qilish qobiliyatiga ega emas. Quyosh ko'mirga ham, olmosga ham bir xil darajada porlaydi, lekin olmos quyosh nurini qabul qiladi va aks ettiradi, ko'mir esa aks .ettira olmaydi

Xuddi shunday, barcha odamlar Xudoning nuriga cho'mgan, ammo bu nurni qabul qila oladigan va uni o'z fikrlari va harakatlarida aks ettira oladiganlar oz. Buning uchun ular meditatsiya va ilohiy ta'limotlar va amrlarga amal .qilish orqali o'zlarini poklashlari kerak

Biz Xudoning ismini talaffuz qilganimizda, nima deyayotganimizni chuqur va chin dildan anglashimiz kerak.

Agar siz ibodat paytida odamlarning fikrlariga nazar tashlasangiz, ko'pchilik Xudodan boshqa hamma narsani

o'ylayotganini ko'rasiz, garchi ular Uning ismini tilga olsalar
.ham! Bunday ibodat samarasiz va befoydadir

Ibodot qilganimizda, fikrlarimizni chalg'itib, shunchaki

Uning muborak ismini takrorlash o'rniga, butun ongimizni
Xudoga qaratishga harakat qilishimiz kerak. Xolalarimdan
biri ibodatlarini kamdan-kam hollarda qo'lidan tushadigan
ibodat munchoqlariga o'qirdi. Lekin u bir kuni menga qirq yil
davomida bu ibodat odatini amalda qo'llaganiga qaramay,
Xudo uning ibodatlariga javob bermaganini tan oldi. Buning
ajablanarli joyi yo'q! Uning "ibodatlari" asabiy odatdan
.boshqa narsa emas edi

Ibodot qilganimizda, faqat Alloh haqida o'ylamasligimiz
kerak. Ibodatimizda samimiyatli va iltijolarimizda fidoyi
bo'lishga intilishimiz kerak. Duo munchoqlaridan foydalanish
va Xudoning ismini doimo tilga olish, agar bu amaliyot
qalbdan kelib chiqsa va samimiylik va diqqat markazida
bo'lgan ong bilan qo'llab-quvvatlansa, juda maqbuldir. Biroq,
bu amaliyot vaqt o'tishi bilan avtomatik bo'lib qolishi
.mumkin

Biz Xudoning ismini qalbimizda sog'inch va ilohiy sevgi
bilan pichirlashimiz kerak; bu Xudoning qalbiga ta'sir
qiladigan haqiqiy ibodatdir. Xudoning ismini sovuqqonlik va
adashgan ong bilan tilga olish kufr va hurmatsizlikdir. Ibodat
qilganda, insonning qalbi va ongi Xudoning sevgisi bilan
.to'lishi kerak

Ey Rabbim, Sen sinovlar va azob-uqubatlarning notinch
dengizida mening adashgan fikrlarimni boshqaradigan ilohiy
.Shimoliy Yulduzsan

Yuqori yogik mashqlari orqali ongni jamlashni mashq
qilish, xuddi Xudo haqida o'ylashga va U bilan muloqot
qilishga yordam berganidek, ulug'vorlik va shon-sharafning
.oliy manbai bo'lgan Xudoga yaqinlashishga yordam beradi
Haftada bir kunni (iloji bo'lsa) Xudo haqida tafakkur
qilish va xotirjamlik, xotirjamlik va ichki xotirjamlikni his
qilish uchun ma'naviy chekinishga bag'ishlash juda

muhimdir. Shu tarzda o'tkazilgan vaqt haftaning qolgan qismida duch keladigan tashvish va tashvishlar uchun .tinchlantiruvchi balzam bo'ladi

Har bir inson hissiy jarohatlari va og'riqlarini davolash uchun har hafta bir kunni yolg'izlikda yoki "ma'naviy chekinish"da o'tkazishi kerak. O'sha kun tinchlik, quvonch va mamnuniyatga aylanganda, siz uni haftama-hafta intiqlik .bilan kutasiz

Yolg'izlik - bu buyuklikning narxi. Ushbu ruhiy chekinish va ruhingiz va Xudo bilan bog'lanish orqali ongingiz, tanangiz va ruhingiz uchun erishiladigan ajoyib natijalar sizni hayratda qoldiradi. Agar siz chinakam baxtga intilsangiz, uyg'onganingizda erta tongda va kechasi uxlashdan oldin .ilohiy tinchlik okeaniga sho'ng'ishingiz kerak

Hindiston donishmandlari faqat bir kun yolg'izlikni emas, balki har kuni to'rtta aniq vaqtda tinch meditatsiya qilish zarurligini ta'kidlashadi. Tong otganda, uyg'onishdan va kimdir bilan uchrashishdan oldin, xotirjamlik va xotirjamlikdan bahramand bo'lish kerak. Peshinda tushlikdan oldin ongni tinchlantirish va kechki ovqatdan oldin yana bir bor xotirjamlikdan bahramand bo'lish kerak. Nihoyat, kechasi .yotishdan oldin yana tinchlik holatiga kirish kerak

Yolg'izlik paytida va ushbu to'rt kunlik davr davomida sukutni astoydil saqlaganlar Xudo bilan uyg'unlikni his qilishlari shart. Bu davrlarning barchasiga rioya qila olmaydiganlar hech bo'lmaganda ertalab va kechqurun vaqtlarini bunga bag'ishlashlari kerak. Shunday qilib, ularning hayoti yaxshi tomonga o'zgaradi va ular chinakam baxtni his qilishadi; tajriba eng yaxshi dalildir

Agar siz bank hisobingizni qoplash uchun yetarli mablag' kiritmasdan cheklar yozishda va imzolashda davom etsangiz, pulingiz tugab qoladi. Xuddi shu narsa hayotingizga ham tegishli. Hayotiy hisobingizga muntazam ravishda tinchlik kiritmasangiz, energiyangiz tugaydi, xotirjamligingiz yo'qoladi va baxtingiz yo'qoladi. Xulosa qilib aytganda, siz

oxir-oqibat hissiy, aqliy, jismoniy va ma'naviy bankrotlikka
duchor bo'lasiz. Ammo Xudo haqida chuqur kundalik
.mulohaza yuritish hissiy hisobingizni to'ldiradi
Dindor izlovchi har kuni meditatsiya qiladi, qalbidagi
barcha sevgi va sog'inch bilan Xudo bilan muloqot qiladi,
Undan O'zini ochib berishini yolvoradi. Agar siz Xudoning
sevgilisi bo'lsangiz va Uning huzurini his qilishni istasangiz,
ongingiz va tanangizni Uning tinchligiga cho'mdirishingiz
kerak, shunda hayot sizga tabassum qiladi va ishlaringiz ko'p
.jihatdan yaxshilanadi

Xotirjam odam kamdan-kam hollarda xato qiladi va
minglab boshqalar muvaffaqiyatsizlikka uchragan joyda
.muvaffaqiyatga erishadi

Xudo haqida o'ylamaydigan yoki Unga ahamiyat
bermaydiganlar tushkunlikka tushib, baxtsiz bo'lishadi. Ular
.asabiylashadi va yurish mashinalariga aylanadilar
Agar siz ruhiy kuch sarflab, qalbingizda Xudoga birinchi
o'rinni bersangiz, donolik va tinchlik quyoshi xotirjamlik
osmonida ko'tariladi va sizning borlig'ingizni shifobaxsh
.nurlari bilan yuvadi

Bitta oy barcha yulduzlarning birlashtirilganidan ham
yorqinroq porlaydi Kichik bo'lib ko'rinadigan quyosh o'zidan
millionlab marta kattaroq hududdan zulmatni yo'q qiladi
Xuddi shunday, yaxshi inson, shunchaki dunyoda mavjud
bo'lish orqali, yovuz odamlar chiqaradigan ko'plab
tebranishlarni bartaraf etadigan va zararsizlantiradigan
.tebranishlarni chiqaradi

Tafakkur kuni, shuningdek, ruhiy va jismoniy dam olish
va ichki xotirjamlikni rivojlantirish kuni bo'lishi kerak. Donolik
va xotirjamlik keltiradigan har qanday faoliyat o'sha kuni
.muborak faoliyatdir

Ota-onani hurmat qilish haqida muqaddas kitoblarda
ularga yaxshi muomala qilish tavsiya etilgan: "Ota-onangizni
.hurmat qiling" va "Ota-onangizga mehribon bo'ling"

Inson ota-onalari Xudoning vakillari sifatida hurmat qilinishi kerak, chunki ularga insoniyatni yaratish in'omini bergan. Ona Xudoning sof sevgisining timsolidir, chunki mehribon ona boshqa hech kim kechirmaydigan joyni kechiradi. Ota Xudoning donoligining namoyonidir va Uning .farzandlarining himoyachisidir

Inson ota-onasini Xudodan tashqari sevmasligi kerak,
balki Uning himoya va dono sevgisining ifodasi sifatida
sevishi kerak. Oliy ilohiy ruh bolaga yordam berish uchun
ham ota, ham ona bo'ladi; shuning uchun uni ota-onalar
.hurmat qilishlari kerak

Muqaddas Kitob bizga o'ldirish uchun o'ldirmaslikni ham maslahat beradi, chunki u holda odam qotilga aylanadi. Inson kuchli his-tuyg'ular paytida boshqa birovning hayotiga zomin bo'lmasligi kerak. Biroq, agar yaqinlaringizga tahdid solinsa, Xudo ularga ishonib topshirganlarni himoya qilish uchun kurashish kerak, chunki oila va vatanni himoya qilish .muqaddas burchdir

Zinoga qarshi taqiqqa kelsak, jinsiy birlikning ideal maqsadi Xudoning suratida yaratilgan bolalarni tug'ish va bir-birida Xudoni ko'rgan er-xotinlar his qiladigan sof sevgining ifodasi bo'lishi kerak. Faqat jismoniy darajada yashaydiganlar, haqiqiy sevgiga yoki jinsiy istakning yaratilish maqsadiga ahamiyat bermasdan, ushbu amrga muvofiq zino qiladilar. Bu holda, ular jinsiy istaklarini qondiradigan va keyin o'z yo'llarida davom etadigan .hayvonlardan farq qilmaydi

Xudo erkaklar va ayollarda oilaviy hayotda chinakam o'zaro sevgini tug'ish va ifoda etish uchun bu ijodiy istakni yaratdi va uni boshqa yo'l bilan noto'g'ri ishlatmaslik kerak, .aksincha, muqaddas faoliyat va bilimga aylantirish kerak
Agar siz o'zingizning jinsiy kuchingizni nazorat qila olsangiz va taqsimlay olsangiz, yozish, chizish yoki yashirin iste'dodlarni boshqa ko'plab usullar bilan ochib berish uchun .ajoyib aqliy qobiliyatlarni rivojlantira olasiz

Va nihoyat ijodiy faoliyatni nazorat qila va ma'naviy
jihatdan o'zgartira olganingizda, siz buyuk tinchlik, buyuk
sevgi va ortib borayotgan ma'naviy quvonchni boshdan
.kechirasiz

Jinsiy faoliyatini ma'naviy jihatdan o'zgartirgan avliyolar
va ruhiy yetakchilar dunyoda va haqiqatni ezoterik izlashda
hayratlanarli va hayratlanarli ishlarni bajarishga qodir
.bo'lgan ulkan shaxslardir

Shunday qilib, jinsiy istakdan eng yuqori darajada
foydalanish uning kuchini oshirish, ya'ni donolik, yuksak
ideallar va ma'naviy tamoyillarni namoyon etish uchun uning
energiyasini yuqori maqsadga yo'naltirishdir. Jinsiy fikrlardan
zavqlanmaslik yoki taqiqlangan narsani xohlamaslik kerak.
Bunday o'zini tuta bilishga erishilganda, jinsiy aloqa va uning
.oliy maqsadi haqida sog'lom nuqtai nazarga ega bo'ladi
Jinsiy masalalarga qul bo'lish sog'liqni, o'zini tuta
bilishni, intellektual xotirjamlikni va qisqasi, insonga kerak
.bo'lgan barcha baxt elementlarini yo'qotishni anglatadi
Muqaddas kitoblar bizni o'g'irlik qilmaslikka undaydi.

Agar ming kishidan iborat guruh bir-biridan o'g'irlik qilsa, har
birining 999 ta dushmani bo'ladi. Shuning uchun,
boshqalarning huquqlarini buzmaslik, ularning yerini,
tinchligini, sevgisini, qadr-qimmatini yoki ularning biron bir
moddiy yoki ma'naviy boyligini tortib olmaslik kerak. Agar
o'zingizniki bo'lmagan narsani olish istagini his qilmasangiz,
sizga kerak bo'lgan narsa yoki xohish sizga keladi. O'g'irlik
birinchi navbatda ongda paydo bo'ladi. Inson boshqalarga
hasad qila boshlaganda. Yomon niyatlarning urug'lari ongdan
sug'urib olinishi kerak. Ma'naviy altruizm - bu shunday yo'l.
Shunda inson tabiiy ravishda mo'l-ko'lchilikni jalb qiladi va
ularga bilgan va bilmagan manbalaridan ne'matlar oqib
keladi. Bu xatosiz ilohiy qonundir. O'g'rilar va xudbin
odamlarga kelsak, ular hayotlarini moddiy boyliklarni ta'qib
qilish bilan o'tkazadilar, ko'zlari doimo boshqalarda bor

narsaga qaraydilar, hatto o'z xazinalari oltin bilan to'lib
.toshgan bo'lsa ham
Moddiy xudbinlikdan voz kechilmaguncha, dunyo baxtni
bila olmaydi

Baxt faqat ma'naviy hamkorlik orqali keladi. Bu inson
boshqalarning ehtiyojlarini o'zinikidek his qilganda va
.boshqalar uchun o'zi uchun ishlaganidek ishlaydi
Yana bir muhim amr - yolg'on guvohlik berishdan
saqlanishdir. Haqiqatni buzib ko'rsatish orqali kimgadir zarar
yetkazish ijtimoiy uyg'unlikni buzishning yana bir usuli
hisoblanadi. Agar kimdir yaxshi munosabatda bo'lishini
istasa, boshqalarga ham shunga yarasha munosabatda
bo'lishi kerak. Haqiqat har doim aytilishi kerak, lekin
haqiqatni aytish bilan shunchaki faktlarni aytib berish
o'rtasida farq bo'lishi kerak. Kimnidir cho'loq yoki ko'r deb
ataash og'riqli va zararli; boshqalarning his-tuyg'ularini
inobatga olish va ularni sharmanda qilishdan qochish kerak.
Xuddi shunday, ezgu maqsadsiz kimgadir xiyonat qiladigan
haqiqatni oshkor qilish ham noto'g'ri. Boshqa tomondan,
haqiqatni aytmaslik uchun yolg'on gapirmaslik kerak;
aksincha, boshqalarni sharmanda qilish yoki ularga zarar
.yetkazmaslik uchun ba'zi vaziyatlarda jim turish mumkin
Inson qalb xotirjamligini kemiradigan halokatli kasallik
bo'lgan hasaddan ehtiyot bo'lishi kerak. Inson boshqalarga
tegishli narsalarga qanchalik ko'p qiziqsa, uning baxtsizligi
va baxtsizligi shunchalik kuchayadi. Hasadgo'y odam
tinchlikning ta'mini bilmasdan, muammoli hayot kechiradi.
Ular o'zlarini hurmat qilishlari, o'zlariga ishonishlari va ichki
.ma'naviy boylik izlashlari ancha yaxshi
Insonning qadr-qimmati va ichki qadr-qimmati ular
xohlagan yoki egallashni istagan har qanday narsadan ancha
yuqori. Xudo har bir insonda boshqa hech bir insonda
namoyon bo'lmaydigan tarzda namoyon bo'ladi. Ularning
yuzi hech kimnikiga o'xshamaydi va ularning ruhi hech
kimnikiga o'xshamaydi, chunki ular ichida barcha

yaratilishning eng buyuk xazinasini yashiringan va bu eng
.buyuk xazina Xudodir

Biz hayotimiz yaxshi ishlar bilan porlashini va gullab-
yashnashini, quvonch va baxt bilan xushbo'ylanishini va
.bizni qadrlaydiganlar xotirasida abadiy yashashini istaymiz

Inson to'g'ri iymonga ega bo'lib, shunga muvofiq
harakat qilsa, u iymonsiz va hayot jangida o'z burchlarini
.bajarmaydiganlardan ko'ra baxtliroqdir

Sog'lom imon va solih amal (ezgu niyatlar va yaxshi
niyatlar bilan qo'llab-quvvatlanadi) baxt bor joyda doimo
mavjud bo'ladi va baxt yo'q joyda yo'qoladi. Bundan xulosa
qilishimiz mumkinki, ular baxtning ikkita muhim sharti bo'lib,
ularsiz ularga erishib bo'lmaydi. Baxtni istaganlar faqat
uning poydevori va ustunlari bo'lgan ushbu ikkita asosiy
.elementga ega bo'lishlari kerak

Insonlar koinotning cheksiz tarkibiy qismlarini
xohlagancha nazorat qila olmaydi, o'zgartira olmaydi yoki
yo'q qila olmaydi. Bu komponentlar inson hayotining matosi
bilan chambarchas bog'liq va odamlar ulardan alohida
faoliyat yurita olmaydi. Biroq, odamlar bu komponentlarga
moslashish va ulardan zarar ko'rmaslik uchun onglarini
.boshqarishlari mumkin

Ota-bobolarimiz bizdan baxtliroq edilar, chunki ular
hozirgi bizdan ko'ra ko'proq dunyoviy narsalar va zavqlarga
ega edilar yoki hayot muammolariga kamroq duch kelganlari
uchun emas, balki ularga tasalli, xotirjamlik, qoniqish va
.qisqasi, baxt keltiradigan psixologik muvozanatga ega edilar

Ular baxt uchun tashqi sharoitlarga bog'liq emas edilar,
shuningdek, ularni baxtdan mahrum qiladigan tashqi
sharoitlarga ham berilishmadi. Ularning qulaylik, xotirjamlik,
baxt va qoniqish hissi tabiiy, normal, sog'lom va uzoq
muddatli edi. Agar biz baxtga ega bo'lishni istasak, biz ham

bu his-tuyg'ularni rivojlantirishimiz kerak. Va oramizda kim
?bunday qilmaydi

Taqdir o'tmishdagi iroda erkinligi yoki tanlov
erkinligining natijasidir. O'tmishdagi iroda erkinligi
amaliyotlarimiz orqali biz o'zimizga taqdir va taqdirni olib
keldik va olib kelmoqdamiz. Biroq, biz o'tmish bilan bog'liq
emasmiz va harakatlarimiz oqibatlari bilan abadiy cheklanib
qolmaymiz. Agar xohlasak va yo'limizni to'g'rilashga va
hosilimiz sifatini yaxshilashga intilsak, ekanlarimizni yo'q
.qilishimiz va yozganlarimizni o'chirishimiz mumkin
Agar biz og'riqli oqibatlarga olib keladigan xatti-
harakatlar urug'larini yo'q qilsak va ularning o'rniga ruh
tabiatiga ko'proq mos keladigan urug'larni eksak, biz,
albatta, ruh tuprog'iga ekilgan yaxshi urug'lardan baxt
mevalarini yig'ib olamiz. Agar biz ko'proq baxtga
erishmoqchi bo'lsak yoki azob-uqubat va og'riqni
kamaytirmoqchi bo'lsak, ertaga emas, balki hozir, hozir erkin
.irodadan foydalanishimiz kerak
Shuning uchun, baxtning shartlari insonning o'zida
yotadi va u shunchaki xato qilmaydigan tenglama bilan jiddiy
shug'ullanishi kerak va agar u eng yaxshi baho berib, unga
.amal qilsa, natijalar uning foydasiga bo'ladi
Ey Rabbim, mening borlig'im Sening hayotiyliğing bilan,
yuragim Sening taskin beruvchi va mehrli huzuring bilan,
ongim Sening donoliging bilan va jonim Sening ilohiy
.xabardorliğing bilan to'lsin
Qalblaringiz tuprog'ida sevgi urug'lari o'sadi. Bu
urug'larni umuminsoniy sevgi va umuminsoniy rahm-shafqat
.suvlari bilan sug'oring
Aqlning kuchi cheksizdir va shunga ko'ra, agar siz biron
bir mavzu haqida yetarlicha chuqur o'ylasangiz, o'sha mavzu
.bilan bog'liq har qanday savolga javob olasiz

Agar inson o'zining barcha ishini va faoliyatini boshqalarga xizmat qilishga bag'ishlasa va ularni qoniqarli fikrlash bilan amalga oshirsa, unda u chinakam e'tibor va .minnatdorchilikka loyiqdir

Biz bir tomonlama bo'lmasligimiz kerak, aksincha, har birining ahamiyatiga qarab, faoliyatimiz muvozanatini saqlashimiz va ishimiz va burchlarimizga ustuvorlik .berishimiz kerak

Burch - bu inson moddiy manfaat uchun emas, balki quvonch bilan bajaradigan harakatdir va ma'naviy va axloqiy .burch hayotda birinchi o'rinda turishi kerak

Har bir insonda foydalanilmagan salohiyat bor. Ular barcha zarur kuchlarga ega. Aqlning o'zi oliy kuchdir va u eskirgan va cheklovchi odatlar va tushunchalardan xalos .bo'lishi kerak

Sayyoralar va yulduzlarning inson hayotiga ta'siri sayyoralar va inson tanalari orasidagi tortishish va itarish .kuchlarining o'zaro ta'siri natijasida yuzaga keladi Yomon fikrlar insonni o'z xohish-istaklariga ko'ra o'zini ifoda eta oladigan zararli muhitga olib boradi. Biroq, inson iroda kuchi orqali o'z fikrlari va ongini, natijada esa atrof-muhitini o'zgartirishi mumkin. Agar inson uzoq vaqt zararli muhitda qolsa, bu muhit unga ongsiz ravishda ta'sir qila boshlaydi. Vaqt o'tishi bilan ular sog'lom va foydali muhitni tanlash erkinligini butunlay yo'qotadilar va o'sha zararli muhitning salbiy ta'siriga duchor bo'ladilar. Boshqa tomondan, kuchli irodaga ega bo'lganlar Xudo bilan .uyg'unlikda bo'ladilar

Konsentrlangan ong energiyasi

Quyosh nurini kattalashtiruvchi oynadan kichik bir nuqtaga qaratsangiz, u issiqlik hosil qiladi va bu issiqlik yog'och, mato, qog'oz va boshqa narsalarni yoqib yuborishi

mumkin. Xuddi shunday, ongingizni aniq jamlasangiz, uning
jamlangan energiyasi har bir muvaffaqiyatsizlik ortidagi
shubha ildizlarini yoqib yuborishi va donolik nurining yorqin
.porlashiga imkon berishi mumkin

Aql barcha yaxshiliklarning manbai va barcha muborak
kuchlarning manbai bo'lgan Xudo bilan uyg'unlashganda, u
ilohiy mavjudlikni anglaydi va muvaffaqiyatning barcha
elementlariga ega bo'ladi. Bu elementlar Xudoning ulkan
kuchi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, har qanday sohada
muvaffaqiyatga erishish uchun yangi imkoniyatlar yaratishga
.qodir

Muammolar va qiyinchiliklar insonning ma'lum bir
vaqtda va joyda sodir etilgan o'tmishdagi harakatlaridan
bexabarligidan kelib chiqadi. Ularning hozirgi azob-uqubatlari
ularning ong tuprog'ida ildiz otgan, o'simlikka aylanib, o'sha
fikrlar va harakatlarning o'ziga xos xususiyatlarini aks
ettiruvchi mevalarni bergan fikrlari va ishlaridan kelib
.chiqadi

Sinovlar va qiyinchiliklar insonni sindirish yoki irodasini
falaj qilish uchun emas, balki ularga Xudoning buyukligini
anglash va Uning qonunlariga hurmat ko'rsatish uchun
keladi, bu orqali ular chinakam baxtga erishishlari mumkin.

Xudo bu og'ir sinovlarni yubormaydi, chunki ular asosan
inson tomonidan yaratilgan. Insoniyatdan talab qilinadigan
yagona narsa - bu uning ongini g'aflat uyqusidan uyg'otish
.va johillik zulmatidan bilim nuriga chiqishdir

Ko'pincha his-tuyg'ularimiz bizga o'tkinchi zavqlarni
va'da qiladi, ammo oxir-oqibat bizga uzoq davom etadigan
og'riq va azob-uqubatlarni keltiradi. Haqiqiy fazilat va baxt
esa kam narsani va'da qiladi, ammo oxir-oqibat bizga sof va
abadiy quvonch bag'ishlaydi. Shuning uchun men ichki, uzoq
davom etadigan baxtni haqiqiy quvonch, vaqtinchalik hissiy
.zavqlarni esa shunchaki zavq deb bilaman

Quyoshga millionlab kilometr uzoqlikdan kosmosda
qarasangiz, bu ulkan yulduz bizning Yerimizdan ancha
.kichikroq ko'rinadi

Biroq, Yerning diametri taxminan 7900 milni tashkil
qiladi, Quyoshning diametri esa Yernikidan yuz baravar
katta. Agar siz Yer sayyorasini to'g'ridan-to'g'ri Quyoshning
oldiga qo'ysangiz, u Quyoshga nisbatan kichik bir nuqta
.bo'lib ko'rinadi

Tasavvur qilaylik, qudratli quyosh maydoni kengayib,
ulkan massasi butun moviy osmonni yutib yubormaguncha
kengayib bormoqda. Biz ko'rib turgan osmon cheksiz olamni
qamrab olgan fazoning kichik bir qismi, hatto mayda bir
.zarrasi

Agar quyosh kengayib, cheksiz kosmosga cho'zilib borsa
.ham, u baribir cheksizlikni qamrab ololmaydi
Kichiklik va cheklilikning kosmik illyuziyasi ongning bu
.kosmik kenglikni idrok etishini cheklaydi va oldini oladi
Bu mutlaq bo'shliq qaerdan paydo bo'ldi va uning
?chegaralari qayerda

O'lchovlar yoki o'lchovlarga bo'ysunmaydigan, chegarasi
yoki kelib chiqishi bo'lmagan Zot - bu hamma joyda mavjud
bo'lgan va kosmosning eng chekka joylarida mavjud bo'lgan
Xudodir. U uzoq, olis yulduzlarda. Xuddi sizda va mening
ichimda mavjud bo'lgani kabi, u egallagan har bir makonni,
.kichik yoki katta bo'lishidan qat'i nazar, ongli ravishda biladi

O'tmish insoniyatning ko'p qismi uchun noma'lum,
tanlangan bir nechta ma'rifatli shaxslar bundan mustasno.
Shunga qaramay, o'tmishni bilmasligimiz ham bizning
foydamizga. Agar biz bu hayotda va oldingi hayotlarda
qilgan barcha ishlarimizni bilsak, harakatlarimizning

ko'pligidan hayratda qolib, butunlay hayratda qolardik.

Bizning irodamiz hatto shokdan falaj bo'lib, bizni izlanishlarimizni davom ettirishga ojiz qilib, umidsizlikka tushib qolishi mumkin. Hatto bu dunyoviy hayotda ham unutish Xudoning ne'matidir, bu bizning fikrlarimiz va his-tuyg'ularimizni o'tmish xotiralari, ayniqsa achchiq va og'riqli xotiralar bilan band qilishiga yo'l qo'ymaydi. Yaxshiyamki, ichimizdagi ilohiy uchqun doimo umid va hayotning uzluksiz sayohatini davom ettirish istagi bilan porlaydi. Biz bu ikki ne'mat uchun Xudoga shukur qilishimiz kerak: o'tmishni .unutish qobiliyati va kelajakka umid

Taqdir iroda erkinligi yo'lida to'siqlar qo'yadi degan xulosaga kelmasligimiz kerak. Biroq, ko'pchilik odamlar taqdir va taqdirga bog'laydigan salbiy ta'sirlarga qarshi turish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz va ichki e'tiqodimizga muvofiq tanlov erkinligimizdan foydalanishimiz kerak, agar bu e'tiqodlar sog'lom imonga asoslangan va ilohiy qonunlarga asoslangan bo'lsa, ularsiz inson haqiqiy .baxtni tatib ko'rolmaydi

Biror harakatni boshlaganimizda, biz noqulay vaziyatlardan qo'rqmasligimiz kerak, aksincha, iroda va tanlov erkinligini amalga oshirish yo'lida hech narsa to'sqinlik qila olmasligiga mutlaq ishonch bilan, maksimal darajada .optimistik bo'lishimiz kerak

Insonlar ko'pincha daryo yuzasida suzib yurgan bargga o'xshaydi va ular o'zlarini illyuziya va vayronagarchilik sharsharalariga olib boradigan avtomatik odatlar oqimidan chiqarib olishlari kerak. Ko'pchilik odamlar befarq bo'lib .tuyuladi va o'zlarini oqim olib ketishiga yo'l qo'yadi

Agar maqsadimizga erisha olmasak, unga erishishimizga to'sqinlik qilgan o'zimiz yaratgan to'siqlar borligini bilvosita tan olishimiz mumkin. Biz xohlagan natijaga erishish uchun sabr-toqatli bo'lishimiz va sa'y-harakatlarimizni ikki baravar oshirishimiz kerak. Shuningdek, to'siqlar va qiyinchiliklar qanchalik kuchli va dahshatli bo'lmasin, ularni yengib o'tishga kuchimiz borligiga o'zimizni ishontirishimiz kerak. Barcha urinishlarimizga qaramay, muvaffaqiyatsizlikka uchrasak ham, umidsizlikka yoki umidsizlikka hojat yo'q, agar inson irodasi o'zimiz yaratgan taqdirdan kuchliroq ekanligini tushunsak. Shuning uchun, qancha marta muvaffaqiyatsizlikka uchrasak ham, urinishni to'xtatmasligimiz kerak, chunki har doim ochiq eshiklar bor. Bizga muvaffaqiyat berilmaguncha shunchaki harakat qilishda va urinishni takrorlashda davom etishimiz kerak. Agar biz Unga tayansak va kerakli kuch sarflasak, Xudo bizga yordam beradi. [Yo'ldan yurgan odam manzilga yetadi va Xudoga ishongan odam hafsalasini pir qilmaydi]

Inson biror narsani shiddat va qat'iyat bilan istasa, bu istak qayerga bormasin va nima bilan band bo'lmasin, uning ongidan hech qachon chiqmaydi. Doimiy va tinimsiz faoliyati orqali bu istak ulkan qat'iyat va g'ayratga ega. Bu ichki pichirlash mexanik iltijolardan ko'ra kuchliroq va samaraliroq bo'lib, u shunchaki lablarni qimirlatadi. Xudoni sevuvchilar shunday harakat qilishadi. Ular Unga bo'lgan sevgilarini tinimsiz pichirlashadi, ularning samimiy pichirlashlari kundalik faoliyati davomida eshitilmay qoladi. Bu samimiy pichirlash ularni chalg'itmaydi yoki boshqa vazifalari bilan ziddiyatga olib kelmaydi. Xudoga bo'lgan istaklari o'sib borishi bilan, Unga bo'lgan sevgilari chuqurlashadi va kuchayadi, toki ular Uning huzurini his qilmaguncha va Uning nurini qalb ko'zi bilan ko'rmaguncha. Ular cheksiz quvonchni

tatib ko'rishadi va ta'riflab bo'lmaydigan tinchlikni his
.qilishadi

Xudo bizga hayotda kerak bo'lgan saboqlarni yuboradi,
toki biz ulardan foyda olishimiz, tushuncha va tajriba
orttirishimiz mumkin. Kimki bu saboqlardan qochsa, qancha
.vaqt ketishidan qat'i nazar, ularni o'rganishga majbur bo'ladi

Agar har bir sinovdan saboq olsak, u bizga do'st, agar
imkoniyatni qo'ldan boy berib, nolish, xafa bo'lish va noto'g'ri
mulohaza yuritish bilan noto'g'ri foydalansak, u zolim
.despotdir

Hayotni to'g'ri tushunish va unga to'g'ri munosabatda
.bo'lganimizda, u go'zal va asoratlardan xoli bo'ladi

-

psixologik holatlar

Inson abadiy quvonch to'lqinlarida, qayg'uning notinch
suvlariga cho'kib keta olmaydi yoki zerikish tubida cho'kib
keta olmaydi. Qarama-qarshi ikkilanishlar dunyosida oddiy
odam ko'tarilish va pasayishlarga duchor bo'ladi - baxt
to'lqinlarida ko'tariladi, befarqlik tubiga cho'kadi va
qayg'uning g'azablangan to'lqinlari tomonidan uloqtiriladi -
kamdan-kam hollarda boshqa ong holatini boshdan
.kechiradi

Vaziyatning fikrlarni shu tarzda o'zgartirishiga yo'l
qo'yish, o'z irodasini injiq va doimo o'zgarib turadigan
taqdirga taslim bo'lishni anglatadi. Muvaffaqiyatli va
mazmunli hayot kechirish uchun insonga aqliy muvozanat
kerak va bunga faqat diqqatni jamlagan fikrlash va hissiy
.qobiliyatlarini nazorat qilish orqali erishish mumkin

Hatto eng chuqur qayg'ular ham vaqt o'tishi bilan
tuzalib ketadi, shuning uchun hayotimizning har bir kunida
qayg'u haqida o'ylashning ma'nosi yo'q. Yaqin insonimizni
yo'qotish uchun doimo qayg'urish na ularga, na bizga
yordam bermaydi va bu hech narsani o'zgartirmaydi. Xuddi
shunday, o'zini pastlik kompleksida rivojlantirish yoki
o'tmishdagi xatolar yoki muvaffaqiyatsizliklar uchun o'zini
jazolash samarasizdir; bu faqat hayotni baxtsiz qiladi va
.aqliy qobiliyatlarni bo'g'ib qo'yadi

Biz zerikarli tartiblar chuquriga tushib qolishimizga yo'l
qo'ymasligimiz kerak, chunki bu psixologik holat qulay emas,
chunki u ongni bezovta qiladi va yashirin qobiliyatlarni
.beparqlik o'chog'ida yoqadi

Muvaffaqiyatsizlikni ildizidan yo'q qilish kerak, hayot
dalalarini tirishqoqlik va qat'iyat bilan shudgorlash va
Xudoning yordami bilan mo'l hosil olish uchun yaxshilik
.urug'lari bilan ekish kerak

Hech kim ilgari qilmagan ishni qiling — dunyoni
hayratda qoldiradigan ish qiling. Xudoning ijodiy kuchi siz
.orqali ishlayotganini ko'rsating

Xotirjam va olijanob fe'l-atvorga ega odamlar fikrlarimizni jozibali va sog'lom qilishga yordam beradi. Inson o'zining intellektual ozuqasini tinch yoki buzg'unchi muhitdan oladimi, aniqlash qiyin emas. Xavotir, qayg'u va tartibsizliklarning barchasi noto'g'ri odamlar, xoh do'stlar, xoh qarindoshlar bilan muloqot qilishdan kelib chiqadi, bu .esa xavotirli fikrlar va notinch kayfiyatga olib keladi

Tana energiya va faollikni jismoniy oziq-ovqatlardan oladi, magnitli oziq-ovqatlar esa tanani ham, ongni ham tirik energiyaga aylantirib bo'lmaydigan qattiq va suyuq oziq-ovqatlarga qaraganda hazm qilish osonroq bo'lgan energiya .zaryadlari bilan ta'minlaydi

Jaholatni donolikka, zaiflik va ojizlikni sog'liq va hayotga aylantira olsangiz, hayot yo'llarida ishonch bilan va jasorat bilan — hatto yolg'iz bo'lsangiz ham — yura olsangiz, tirik va hushyor vijdonga, Xudoning adolatiga va to'g'rilikning noto'g'rilik va haqiqatning illyuziya ustidan g'alaba qozonishiga sobit ishonchga ega bo'lishdan ichki quvonchni topsangiz va har kuni fikrlaringizni yuqori va yanada nafis darajalarga ko'tarishga intilsangiz, boshqalarga nisbatan mehrli va minnatdor qalb va yaxshi niyatlarga ega bo'lsangiz, intellektual ozuqangiz magnitga aylanadi va siz xavfsizlik va osoyishtalik sohillariga yo'lingizni davom ettirish uchun zarur bo'lgan barcha go'zal va foydali narsalarni — narsalar, odamlar va sharoitlarni o'zingizga jalb qilasiz. Va nihoyat, sizga kerak bo'lgan narsalarni olish uchun harakat qilsangiz va Xudo bergan narsalardan qoniqsangiz, dunyoviy istaklarga berilib, uning o'tkinchi zavqlariga ochko'z bo'lganlardan ko'ra ruhan boyroq va ko'proq qoniqarli .bo'lasiz

Rahm-shafqat har bir qalbni boshqa qalblar bilan
bog'laydigan ko'prikdir. Rahm-shafqat har bir qalbgga olib
.boradigan darvozadir

Inson boshqa barcha odamlardan ustun bo'lgan yagona
haqiqiy do'st bo'lgan Xudoni izlaganda, barcha insoniy
munosabatlarda - oilaviy, birodarlik, nikoh va ma'naviy
munosabatlarda chinakam do'stlikni o'rnatish mumkin
bo'ladi. Do'stlik nikoh munosabatlarida muhim element
hisoblanadi va intellektual va hissiy yaqinlik, ma'naviy
jozibadorlik hissi va chinakam sevgi ustuvor bo'lishi kerak.
Haqiqiy sevgi va jismoniy jozibadorlikni farqlay
.olmaydiganlar qayta-qayta hafsalasi pir bo'ladilar

Nikoh yuksak ideallar va o'zaro hurmatga asoslanganda,
u bir-birining hayot yukini yengillashtiradigan va o'zaro
hamdardlik va do'stona tushunish bilan yashash
tashvishlarini yo'qotadigan ikki mehribon va hamkorlikka
asoslangan qalb o'rtasidagi baxtli va muvaffaqiyatli ittifoqqa
.aylanadi

Agar men boshqalarning fikrlari va harakatlariga ta'sir
qilishiga yo'l qo'ymasam, hech kim meni boshqara olmaydi
.yoki irodamni tortib ololmaydi

Agar siz fikrlash tarzingizni materiya bilan cheklasangiz,
hamma narsani moddiy nuqtai nazardan ko'rasiz. Ammo
ongingizni ma'naviy ong holatiga ko'targaningizdan so'ng,
siz Xudoning nurining keng tarqalgan oqimini barcha
materiyadan tashqariga oqib chiqayotganini ko'rasiz va
.hamma narsani ma'naviy nuqtai nazardan ko'rasiz

Rabbim, men o'z qobiliyatlarimni o'rganish va ma'naviy
salohiyatimni kashf etish uchun cheksiz imkoniyatga ega
ekanligimni anglayman. Bugun men fikrlarimni nekbinlik
bilan to'ldiraman va o'zimni yoqimsiz tajribalardan
uzoqlashtiraman. Men tanamni, ongimni va ruhimni
muvozanatli va uyg'un tarzda tarbiyalaydigan narsalarni
.mashq qilaman

Men moddiy bog'liqliklarni yuqori intilishlar bilan
almashtiraman
Va men sodiq ruh har doim men bilan ekanligini
anglayman

Hayot va o'lim raqsi doimo mavjud, lekin men o'zimning
ma'naviy kimligimni saqlab qolish orqali o'zimni abadiy ozod
qilaman. Sinovlar va azob-uqubatlar bo'ronlariga duch
kelganimda, ma'naviy qayig'imda hayot dengizi orqali
.xavfsiz, ilohiy qirg'oqlarga suzib ketaman

Men ishlayotganimda va ijod qilayotganimda, Xudo men
orqali ishlayotganini eslayman, U koinotning Parvardigori va
men U bilan chuqur mulohaza yuritish orqali bog'lana
.olaman

Sevimli Xudoyim, hayotimda qaysi g'oya eng kuchli
ekanligiga qarab, fikrlarim menga muvaffaqiyatsizlik yoki
muvaffaqiyat keltirishini tushunaman. Va men Sen yordam
qo'lingni cho'zayotganingni va muvaffaqiyatim uchun yo'l
.tayyorlayotganingni eslashga harakat qilaman

Menga balo va baxtsizliklar tushganda, men kuchimni
to'playman va ularni yengish qarorimni mustahkamlayman.

Men hamma bilan muomala qilishda samimiy va halol
bo'laman va sevgi va ezgu tilaklar haqida fikrlarni
tarqataman. Shunda Xudo meni O'z kuchi va donoligi bilan
.qo'llab-quvvatlaydi

Ruhiy kasalliklar va ularni davolash Usta Paramhansa Yogananda

Nomutanosib va nomutanosib inson qiyofalari guruhini
:tasavvur qilishga harakat qiling
No'xat kattaligidagi kichkina boshli va tuya kattaligidagi
!katta tanasi bo'lgan biri

Boshqasining qo'li Shimsho'n yoki Gerkulesning qo'li
!kabi qudratli va tanasi mitti tanasi kabi
Uchinchisi esa ulkan filning boshi va ozg'in sichqonning
!tanasisiga ega

Agar siz to'satdan g'alati va nomuvofiq tarkibga ega
olomonni ko'rsangiz, bu manzara siz uchun hayratlanarli va
?hayratlanarli yoki qayg'uli va afsuslanarli bo'lmaydimi
Endi tashqi ko'rinishi va qiyofasi normal bo'lgan, ammo
ruhiy jihatdan muvozanatsiz va psixologik jihatdan
.nosog'lom bo'lgan yana bir guruh odamlarni tasavvur qiling
Kiyimlar yaralar, yaralar va boshqa jismoniy nuqsonlarni
yashirgani kabi, kuchli, sog'lom tana va chiroyli, nurli yuz
ham ko'plab jiddiy ruhiy kasalliklar va tug'ma nuqsonlarni
.yashiradi

Agar siz o'zining nafis ko'rinishi va sog'lomligi bilan
ajralib turadigan oddiy odamlarning katta guruhini
uchratsangiz va ularning ruhiy tanalariga ruhiy
qarashlaringiz bilan kira olsangiz, bu ajablanarli bo'lar edi va
siz kashf etgan narsalardan chuqur qayg'uga botishingiz
.mumkin

Siz ularning ruhiy tanalarini quyidagicha kuzatishingiz
:mumkin

Aql bosh bilan, sezgi va his-tuyg'ular tana bilan, iroda
esa qo'llar va oyoqlar bilan ifodalanadi, ularning barchasi
.g'ayritabiiy, kasal va deformatsiyalangan

Ba'zilarining kichkina boshi va rivojlanmagan donoligi,
xudbin ambitsiyalar va shahvoniy istaklar bilan to'lib toshgan
.bo'sh tanaga o'rnatilganini ko'rasiz

Shuningdek, ba'zi odamlarning qo'llari juda rivojlangan,
funksional bo'lsa-da, ularda hissiyot va hayotiylik yo'qligi
.aniqlanadi

Boshqalar katta, ijodiy miyaga ega bo'lishi mumkin,
ammo ularning hamdardligi va hissiy qobiliyati susayadi va
atrofiyaga uchraydi. Va normal jismoniy va ruhiy
konstitutsiyaga ega, ammo irodasi va o'zini tuta bilishi zaif
.yoki falaj bo'lgan yana bir toifadagi odamlar bor
Va kuzatishlar ro'yxati davom etmoqda va umringiz

!uzoq bo'lsin

Ruhiy tanalardagi ba'zi jihatlarida rivojlanmagan,
boshqalarida esa haddan tashqari rivojlangan son-sanoqsiz
psixologik buzilishlar odamlarda mavjud - garchi yashirin
bo'lsa ham. Ular ularga psixologik og'riq keltiradi va o'z
iste'dod va qobiliyatlarini kerakli darajada namoyish
.etishlariga to'sqinlik qiladi

Bu yerda ba'zi psixologik kasalliklarni ko'rib chiqish
barcha insoniy muammolarning asosiy sabablarini
aniqlashga yordam berishi mumkin, shunda ular hech
bo'lmaganda ulardan aziyat chekadigan barcha odamlarga,
hatto ongsiz ravishda ham ma'lum bo'ladi, shunda ular bu
nuqsonlarning mohiyatini, ularning alomatlarini va psixikaga
jimgina kirib borishini tushunishlari mumkin, shunda ular
tinchlik va baxtning sudralib yuruvchi vayronkorligini qaytara
.olishlari mumkin
ruhiy melanxoliya

Bu kasallik ruhiy ishlarga berilib ketish bahonasida intellektual va jismoniy jihatdan faol bo'lmaganlar orasida keng tarqalgan. Bu azob chekkan shaxslar Xudoga xizmat qilish niqobi ostida moddiy hayotning asosiy va kichik vazifalarini e'tiborsiz qoldiradilar va shu tariqa o'zlariga jiddiy zarar yetkazishi mumkin bo'lgan Shaytonga ochiladilar. Ular pessimizm va atrofdagi foydali yoki go'zal narsalarga nisbatan qadrsizlikdan aziyat chekishadi. Bu yuqumli kasallik va ma'naviy intilishlarga ega bo'lgan barcha odamlar undan ehtiyot bo'lishlari va ijobiy fikrlash, optimistik qarash va sog'lom, samarali mehnat orqali o'zlarining hayotiy kuchlarini va immunitetlarini doimiy ravishda saqlab, o'zlarini .undan xalos qilishlari kerak ruhiy hazmsizlik

Bu tasodifiy (mast qiluvchi), ya'ni yaltiroq nomlar ostida ro'yxatdan o'tgan va soxta ruhiy kitoblar va saboqlar ko'rinishida taqdim etilgan ko'p miqdordagi tayyor psixotrop dorilarni tezda qabul qilish natijasida sodir bo'ladi, bu esa firibgarlik va sehrigarlik san'atida tajribaga ega bo'lgan "ruhiy .shifokorlar" tomonidan taqdim etiladi

Bu kasallik nafaqat haqiqatni bilishga bo'lgan ma'naviy ochlikni o'ldiradi, balki yaxshi va yomonni, foydali va zararlini .farqlash qobiliyatini ham yo'q qiladi

Doimiy ravishda ilohiyotshunoslik g'oyalarini iste'mol qiladigan va qo'lga tushgan hamma narsani iste'mol qiladigan kishi nafaqat ortiqcha ovqatlanadi, balki foydali g'oyalar bilan birga zaharli g'oyalarni ham iste'mol qiladi, bu esa o'ziga intellektual hazmsizlikni va shu tariqa sekin ruhiy .o'limni keltirib chiqaradi

Turli ma'naviy va falsafiy g'oyalarni haddan tashqari va uzluksiz o'rganish, ularni ajratmasdan yoki shaxsiy tajriba orqali hazm qilish va ularning haqiqiyligini aniqlash uchun harakat qilmasdan, oxir-oqibat barcha ma'naviy tamoyillar va qonunlarga shubha, befarqlik va ishonchsizlikni keltirib .chiqaradi

Ehtiros va obsesyon

Bu kasallikka chalinganlar pul va vaqtlari ko'pligi, maqsad va hayotni to'g'ri tushunishga ega emasliklari .sababli behuda, ma'nosiz hayot kechirishadi

Bu odamlar o'z xohish-istaklari bilan boshqariladi; ular xayollariga kelgan va o'zlarini xursand qiladigan narsani qilishadi. Ular hayotlarini arzon, arzimas romanlar, shov-shuvli filmlar va yuzaki, ma'nosiz o'yin-kulgilar bilan to'ldirishadi. Ular bu xavfli kasallikka chalinganliklarini og'ir shok yoki asabiy tushkunlikka tushmaguncha, ya'ni zarar .yetkazilgandan keyin anglamaydilar ruhiy sovuqlik

Bu holatning boshqa nomi ham bor: umidsizlik. Inson qachon paydo bo'lishini va umidsizlik, murosasizlik, xavotir va sabrsizlik kabi og'riqli alomatlarini boshdan kechirishini hech qachon bilmaydi. Bundan ham yomoni, u ko'pincha uzoq davom etadi va uning qurbonlari tez tuzalib ketganiga .ishonsalar ham, tez-tez osongina qaytalanadilar

Psixologik katar

Bu kasallik surunkali dunyoviy tashvishlar haqida o'ylashdan kelib chiqadi. Undan aziyat chekadiganlar odatda o'zlarining iroda qurolidan foydalanishni e'tiborsiz qoldiradilar va shu tariqa doimiy qo'rquvlariga jasorat bilan qarshi turish va ularni go'dakligida yo'q qilish o'rniga, ularga .passiv va itoatkorlik bilan bo'ysunadilar g'ayritabiiy psixologik bog'liqlik

Bu kasallik qurbonlari baxtga intilishda bir tomonlama bo'lib qoladilar. Baxt boylik to'plash, shon-shuhratga erishish yoki sog'liq yoki kuchga ega bo'lishda ekanligiga ishonib, ular o'zlarining yonayotgan ambitsiyalari qurbongohida hamma narsani - sog'liqni, yaxshi obro'ni, xotirjamlikni, sharafni va qadr-qimmatni qurbon qiladilar. Juda kech, ular faqat muvozanatli hayot, tabiat qonunlari va Xudoning amrlarini hurmat qiladigan va faoliyatni xotirjamlik bilan uyg'unlashtiradigan hayot haqiqiy baxt keltirishi va olijanob

hayotning maqsadini amalga oshirishi mumkinligini
.anglaydilar

Nosog'lom bog'lanish buzilishlaridan aziyat
chekayotganlar cheksiz orzu-havaslar bilan band bo'lib,
hayotga nisbatan buzuq va noto'g'ri qarashga olib keladi.
Masalan, bir biznesmen katta muvaffaqiyatga erishdi va
boylik orttirdi, ammo boyligidan bahramand bo'lishdan oldin,
haddan tashqari tashvish va qo'rquv tufayli asabiy
.tushkunlikka tushib, yuragi ezilib vafot etdi
Boshqalar esa maqsadga erishish uchun hamma narsa
joiz deb hisoblashadi. Ushbu chalkashlik tufayli ular
o'zlarining asl maqsadlarini sog'inishadi va hatto orzu qilgan
narsalariga ega bo'lishsa ham, eng kichik qoniqishga ham
erisha olmaydilar, chunki inson tabiati ulkan va ko'p qirrali
bo'lib, barcha darajalarda muvozanatli rivojlanishni talab
.qiladi

Ko'r-ko'rona ruhiy yopishish
Muayyan e'tiqodlarga nisbatan bu g'ayritabiiy fanatizm
muayyan fikrlar va g'oyalarni shubha ostiga qo'ymasdan yoki
tekshirmasdan ularga yopishib olishdan kelib chiqadi, shu
bilan birga bu kasallikka chalinganlarda har qanday sog'lom
ma'naviy g'oyaga yoki ochiq va ozod fikrga nisbatan g'azab
va adovatni keltirib chiqaradi. Bu izolyatsiya intellektual
samaradorlik, moddiy farovonlik, ruhiy va jismoniy
salomatlik, shuningdek, barcha kelib chiqishi bo'lgan
odamlarga bo'lgan sevgi va hurmatda namoyon bo'ladigan
.Xudoning qonunlariga qarshi isyonga olib keladi
Ma'naviy tamoyillarni singdirish
Jismoniy kasalliklar sezilarli, og'riqli va yoqimsiz bo'lgani
uchun, ular bizni ularga faol qarshilik ko'rsatishga undaydi va
bizni jismoniy mashqlar va sog'lom ovqatlanishdan tortib,
turli xil dori-darmonlar va dorilargacha bo'lgan turli
terapevtik usullar orqali ularni yengishga undaydi. Biroq,

psixologik kasalliklar, barcha insoniy og'riq va qo'rquvning asosiy sababi bo'lishiga qaramay, yetarlicha shoshilinch ravishda oldini olinmaydi yoki davolanmaydi va hayotimizga .vayronagarchilik va halokat keltirishiga yo'l qo'yiladi

O'qituvchilar, jismoniy tarbiya o'qituvchilari, voizlar, islohotchilar, shifokorlar va qonun chiqaruvchilar avval o'zlari bilan boshlab, keyin boshqalarga inson tabiatini hayot qonunlari va sog'lom hayot tamoyillariga muvofiq muvozanatli va uyg'un tarzda rivojlantirishning to'g'ri usullarini o'rgatganlarida, taraqqiyotni oldinga siljita oladilar. Bu butun dunyo bo'ylab odamlarga kerak bo'lgan chinakam .samarali ta'lim va keng qamrovli insoniy madaniyatdir

Ta'lim muassasalari ushbu tamoyillar va turli diniy ta'limotlar o'rtasidagi chalkashlik tufayli davlat maktablarida ma'naviy asoslarni o'qitishni imkonsiz deb hisoblaydi. Biroq, agar ushbu muassasalar tinchlik, sevgi, xizmat, imon, ochiq fikrlilik va boshqalarni qabul qilish kabi umumbashariy tamoyillarga - mustahkam o'rnashgan ma'naviy doimiylarga - e'tibor qaratgan bo'lsa va bu tamoyillarni bolalar ongi va qalbining unumdor tuprog'iga singdirishning amaliy usullarini ishlab chiqsalar, bu taxmin qilingan va xayoliy qiyinchilikka oqilona va maqbul yechim topilishi mumkin edi. Bu masalani shunchaki u bilan bog'liq ko'rinadigan qiyinchiliklar tufayli .e'tiborsiz qoldirish jiddiy xatodir

Kollej bitiruvchilarining aksariyati universitetni kitoblar mazmunidan shunchalik og'ir va shishib ketgan holda tark etadilarki, ular hayot yo'llaridan zo'rg'a yura oladilar, chunki ularning irodasi va o'zini tuta bilish qobiliyati beparvolik va foydalanmaslik tufayli deyarli falaj bo'lib qolgan. Shuning uchun siz ularning beparvolik bilan harakat qilayotganini va yomonlashayotganini, tengsiz nikohlar tubiga shoshilayotganini, jinsiy hayotlaridan noto'g'ri foydalanayotganini, pulning ortidan quvayotganini va akademik jihatdan rivojlangan aqllarining o'tkir pichog'ini qanday qilib to'g'ri ishlatishni o'rganmaganliklari sababli

martabalarida muvaffaqiyatsizlikka uchrayotganini ko'rasiz.

.Natijada, ular o'zlarini kesib, o'zlariga zarar yetkazadilar
G'alati, ko'plab yoshlar oxir-oqibat ularga zarar va azob
keltiradigan faoliyat bilan shug'ullanishdan zavqlanadiganga
o'xshaydi. Ba'zilar hech qanday cheklov yoki to'siqsiz o'g'irlik
va boshqa qonunbuzarliklarga, hatto jinoiy harakatlarga
murojaat qilishadi. Jamiyatda illatlarning tarqalishining oldini
olmaganlar ba'zilarining noto'g'ri xatti-harakatlarini
rag'batlantiradilar. Vijdonli va chinakam e'tiqodli har bir
inson boshqalarga halollik, halollik, qadr-qimmat va o'zini
hurmat qilish borasida yaxshi o'rnak bo'lishi kerak.
Maktablar, kollejlari, universitetlar va ijtimoiy muassasalar
jinoyatchilikning asosiy sabablarini bartaraf etish orqali uni
kamaytirish uchun yetarli ilmiy usullarni taqdim etmaydi, bu
.asosan ongda uchraydi

Baxtli va muvaffaqiyatli hayot san'atini o'rgatish,
insonning salohiyatini rivojlantirish va o'z qobiliyatlarini
.oshirish uchun maxsus maktablar ham tashkil etilishi kerak
Bunday maktablar yosh ong o'sib-ulg'ayadigan bog'lar
va parklarga o'xshaydi. O'qituvchilar ehtiyotkorlik bilan
tanlanishi va ota-onalar va jamoatchilikning hamkorligi
ta'minlanishi kerak. Bu maktablar shaxslarni yanada
samarali shakllantirishga yordam beradi. Shuni yodda tutish
kerakki, insonning dastlabki bosqichlarida uning ma'naviy
ozuqasi uning sog'lig'i va keyinchalik o'sish qobiliyatini
.belgilaydi

Zamonaviy maktablarda qo'llaniladigan aqliy va jismoniy
tarbiya usullari, shubhasiz, foydali, ammo ularda ma'naviy
asos yo'q. Fazilatli xarakterni rivojlantirmasdan o'sish to'liq
.bo'lmaydi

Jismoniy, aqliy va ma'naviy rivojlanish fanlari aqli hali
nozik va moslashuvchan bo'lgan va kuchlari hali ma'lum
.yo'llar bilan yo'naltirilmagan yoshlarga o'rgatilishi kerak
Har tomonlama tayyorgarlikdan so'ng, ushbu
maktablarning o'quvchilari doimiy ravishda refleksiv

imtihonlardan o'tishlari kerak va olingan sertifikatlar
mustahkam sog'liq, yaxshi obro', samaradorlik, moddiy va
ma'naviy boylik, baxt, muvaffaqiyat va o'ziga ishonch
.bo'ladi

Bu yer yuzidagi sayohat oxiridagi yakuniy imtihon
natijalari umr bo'yi qo'shimcha imtihonlar davomida olingan
aqliy va ma'naviy yutuqlar hamda sertifikatlarning umumiy
.yig'indisiga qarab aniqlanadi

Ushbu oxirgi, eng buyuk sinovdan muvaffaqiyatli
o'tganlar o'zini o'zi ta'minlashning muqaddas sertifikatini va
.erkin, sof va quvonchli vijdonni oladilar

Va qalb sahifasida abadiy yozilgan ne'matlar
Bu noyob sovrinni kuyalar buzib ko'rsatmaydi
Va o'g'rilarining qo'llari unga yetmaydi
Yoki vaqt uni yo'q qiladi
Bu pasport bo'lib xizmat qiladi
Solihlar guruhining faxriy a'zolari uchun

Baxt qayerda yotadi?

**Xudo O'zining mutlaq rahm-shafqati bilan bizga
quvonch va ilhom baxsh etadi**

Va bu bizga haqiqiy hayotni beradi

Haqiqiy donolik

Va haqiqiy baxt

**Haqiqiy tushuncha hayotimizning barcha xilma-xil
tajribalari orqali keladi**

**Lekin Xudoning ulug'vorligi faqat ruh boshdan
kechiradigan ma'naviy xotirjamlikda va ongning U
bilan uyg'unlashishga bo'lgan astoydil urinishida
namoyon bo'ladi. U yerda biz haqiqat bilan yuzma-yuz
turamiz. Tashqarida illyuziyalar nihoyatda kuchli va
juda kam odam tashqi muhit ta'siridan qochib qutula
oladi. Dunyo cheksiz murakkabliklari va son-sanoqsiz
sinovlari bilan davom etmoqda. Xudoning ovozi**

hayotning ko'rinishlari ortida yashiringan bo'lib, bizni doimo gullar, muqaddas yozuvlar, vijdonimiz va hayotni yashashga arziydigan barcha go'zal narsalar orqali chaqiradi va biz bilan gaplashadi.

Tashqi narsalarga qanchalik ko'p e'tibor qaratsak, ichki shon-sharafni shunchalik kam his qila olamiz; va ichkariga qanchalik ko'p murojaat qilsak, tashqi qiyinchiliklarga shunchalik kam duch kelamiz. Bu doimiy tenglama. Ammo ko'pchilik odamlar dunyoviy do'stlik, ular yashayotgan jamiyat va nosog'lom odatlar ta'siri tufayli bu haqiqatni anglamaydilar. Jamiyat insonni yuzaki masalalar bilan band qilib, ularni chuqurroq haqiqatlar haqida o'ylashga to'sqinlik qiladi.

Hatto ma'naviy joylarga ham ba'zilar ularning muborak muhitidan foyda olishni chin dildan istamasdan tashrif buyurishadi, shuning uchun ular bu tashriflardan hech qanday e'tiborga ega bo'lmaydilar.

Kim Xudoni ko'rishni istasa, Uni hamma joyda topadi. Inson odatlari halokatli, yirtqich va ochko'zdir; ular yo'q qiladi, vayron qiladi va yo'q qiladi. Insoniyat bor narsasidan baxtli va qanoatli bo'lishni o'rganish vaqti keldi. Bizga kelganidan boshqa hech narsani xohlamasligimiz kerak. Xudo saxovatli; U bizga nima kerakligini biladi va uni o'z vaqtida beradi. Bu biz hech qanday harakat qilmasdan Xudoga tayanishimiz kerak degani emas. Umuman yo'q. Bu biz o'z hissamizni qo'limizdan kelganicha qilishimiz va qolganini bizni hech qachon muhtoj va loyiq bo'lgan narsadan mahrum qilmaydigan Xudoga qoldirishimiz kerakligini anglatadi.

Abadiy baxtli bo'lishning eng yaxshi yo'li - bu Xudoning borligini his qilishdir. Bizning eng oliy istagimiz Xudoni bilish va U bilan birga bo'lishga

qaror qilish bo'lishi kerak. Xudo bizning fikrlarimiz va his-tuyg'ularimizda birinchi o'rinda turishi kerak va biz Uni hayotimizdagi eng kuchli va eng mustahkam ustun deb bilishimiz kerak.

(Shunday ekan, Allohning arqonini mahkam ushlang va Undan panoh so'rang)

Chunki agar boshqa barcha ustunlar seni yo'qotsa, u ustundir

Men hayotning yagona maqsadi Xudoni bilish ekanligini angladim. Xudoni topish hayotning asosiy maqsadi ekanligiga ishonmaydiganlar ham bor. Lekin hech kim hayotning maqsadi baxt topish ekanligini inkor eta olmaydi. Va men to'liq ishonch va aniqlik bilan aytamanki, Xudo eng oliy baxtdir. U oliy saodatdir. U mutlaq, umuminsoniy sevgidir. U U bilan uyg'unlikda bo'lganlarning qalbini hech qachon tark etmaydigan abadiy quvonchdir. Xo'sh, nega biz bu mukammal baxtga erishishga intilmaymiz? Uni bizga boshqa hech kim bera olmaydi. Biz uni doimo o'zimizda rivojlantirishimiz va tarbiyalashimiz kerak. Tabiat kuchlari odamlarga dunyoviy zavqlarni berish uchun tinimsiz harakat qiladi, ammo bunday o'tkinchi zavqlar oxir-oqibat pushaymonlik, achchiqlanish va pushaymonlikka olib keladi. Hatto hamma narsaga ega bo'lib tuyulgan eng omadli odam ham baribir chinakam baxtli bo'lmasligi mumkin. Ular dunyoviy narsalar bilan uzoq vaqt qanoatlanmaydilar, chunki bu narsalar ularning haqiqiy chanqog'ini qondirmaydi yoki ma'naviy ochligini qondirmaydi.

Moddiy boyliklar faqat soxta tinchlik va o'tkinchi qoniqish hissini beradi. Butun dunyo tartibsizlik va betartiblikka botgan, urushni keltirib chiqaradigan xudbin va ochko'z istaklar bilan to'lib-toshgan. Boshqa hech narsa urushni keltirib chiqarmaydi.

Hayot jangida haqiqiy qahramon o'zini yengib, istaklarini yengadigan odamdir. Pul, shuhrat, shahvat va bu tamoyilga zid bo'lgan barcha narsalar bizning tinchligimiz va baxtimizga zarar yetkazadi. Agar odamlar har doim hayotning asl qadriyatlari nuqtai nazaridan fikrlashni o'rgansalar, izlayotgan baxtlarini topadilar, ammo ular maqsadlaridan adashib, dunyoviy istaklar oqimi tomonidan olib ketiladi. Men hech qanday vasvasa meni o'zim tanlagan va ergashgan yo'limdan chalg'itolmasligini angladim.

Xudo menga bergan kuch bilan minglab odamlarni o'ziga jalb qila olaman, ammo bu yo'l menga zararli bo'lar edi. Qanday bo'lmasin, men minglab odamlarni o'ziga jalb qilishni va ularning ongini o'ziga jalb qilishni istamayman. Men faqat Xudoga sodiq samimiy shogirdlarni ko'rishni istayman. Xudoni sevadiganlar bu g'oyalardan zavqlanishadi va g'ayrati davom etayotganlar bu ta'limotlar orqali Xudoning marhamatlari va huzurini his qilishadi.

Inson Xudoni aldashi mumkin emas, chunki U doimo mavjuddir, ularning ongida nima borligini va nimani xohlashlarini biladi. Ular dunyodan voz kechib, ma'naviy uyg'unlikka intilganlarida, Xudo ularning oldiga keladi. Bu istak uni izlayotgan kishining qalbida ildiz otganida, Xudo bu qalbgga keladi va uni yaxshilik va baraka bilan to'ldiradi. Yashashga arziydigan yagona narsa - bu Xudo bilan uyg'unlikda bo'lish va Uning marhamatiga erishishdir. Bu uyg'unlik abadiy ahd va buzilmas va'da bo'lishi kerak (Xudoning ahdiga rioya qiladigan va uni buzmaydiganlar).

Hamma boshqalarga qaraganda ko'proq boylik tilaydi. Hatto uni qo'lga kiritgan taqdirda ham, ular norozi bo'lib qoladilar va boshqa birovning boyroq ekanligini anglaydilar. Odamlar o'z xohish-istaklari

bilan oziqlangan o'zlariga azob-uqubatlar botqog'ida yashaydilar. Biz bor narsamiz bilan qanoatlanishimiz kerak. Moddiy boyliklar baxt keltirmaydi; aksincha, ular ko'pincha tashvishlar, xavotirlar va xavotirlarni kuchaytiradi.

Xudoga olib boradigan yo'l eng sodda va oson yo'l, ammo ko'plab diniy marosimlar va rasmiyatchiliklarga qaramay, kam odam bu yo'ldan yuradi. Qalbimizni Xudoga qaratib, Undan biz uchun eng yaxshi va eng uzoq davom etadigan narsani so'rash yaxshiroqdir. Aslida, Xudo bizni kutmoqda, chunki U bizni yovuzlik va xavfdan uzoqlashtirmoqchi. U bizni qalbimizda va ongimizda U bilan birga bo'lishini xohlaydi, chunki bu dunyoning arzon buyumlari insonning xohishini qondira olmaydi yoki biz ichimizdagi chuqur his qiladigan ma'naviy bo'shliqni to'ldira olmaydi. Xudo doimo biz bilan gaplashadi, lekin Uning ovozini kam odam eshitadi. Bu jim ovoz ko'pincha shovqinli fikrlar va ochiq istaklar shovqini bilan bo'g'ilib ketadi. Ammo fikrlar tinchlanib, istaklar tinchlanganda, biz Xudoning ovozini aniq eshitamiz, garchi u jim va zaif bo'lsa ham. Darhaqiqat, Xudo insoniyatga yordam berish uchun hamma narsani qiladi, eshiklarni ochadi va yo'llarni yoritadi, toki biz qayerga qadam qo'yishimiz kerakligini ko'rishimiz mumkin, qoqilib ketmasligimiz yoki yiqilib ketmasligimiz uchun. Ammo ko'pchilik bu haqiqatni anglamaydi.

Men odamlar shunchaki boshqalarni tinglash yoki kitob o'qish orqali bilimga ega bo'la olaman deb o'ylashlarini istamayman. Ular o'qigan va eshitganlarini qo'llashlari kerak. Ibodatxonalarga borish uyda qolib, behuda gaplarni tinglashdan afzalroq. Lekin hatto ibodatxonalarda ham inson qalbida Xudoning borligini his qilishi va uni qanday

boshdan kechirishni bilishi kerak. Hissiy portlashlar va oqilona tahlillar bizga qalbimiz egallashni istagan bilimni bera olmaydi.

O'zimizni Xudoga topshirib, xudbin istaklar bilan xayrlashganimizda va Xudo doimo biz bilan ekanligiga, qalbimizda yashashiga va bizni yaxshi va ezgu fikrlar va his-tuyg'ular bilan ilhomlantirishiga amin bo'lganimizda, biz baxt va ozodlikka erishamiz va qalb ufqida donolikning quyosh chiqishiga guvoh bo'lamiz.

Tasavvur qiling-a! O'nlab yillar o'tgach, bizning mavjudligimiz orzu bo'ladi va hozir qilayotgan barcha narsalarimiz shu orzuning bir qismiga aylanadi. Hatto insoniyatning eng buyuk shaxslari ham inson ongining shunchaki shakllariga aylanadi. Ammo bu buyuk shaxslar o'zlarining asosiy maqsadlariga erishdilar, chunki ular eng yuqori darajaga yetdilar va ruhan tirik qolishdi, sodir bo'layotgan barcha narsalardan to'liq xabardor va ongli bo'lib qolishdi, chunki ular ilohiy ongda birlashgan. Ularning fikrlari va ta'limotlari orqali ular bilan uyg'unlashishga harakat qilgan har bir kishi muqarrar ravishda ularning borligini his qiladi, ularning marhamatlarini oladi va ular bilan chinakam birlikda ekanliklarini chuqur biladi.

Hayot - bu ulug'vor orzu. Ammo, hozir tanangizga qarab, uni hayotga to'la holda ko'rsangiz, bu orzuning haqiqatligiga to'liq amin bo'lasiz. Baxtli bo'lish uchun u yoki bu narsaga erishishingiz kerak deb o'ylaysiz. Lekin qancha orzularingizni amalga oshirsangiz ham, ular orqali baxt topa olmaysiz. Qancha ko'p orzu qilsangiz, shuncha ko'p orzu qilasiz. Agar inson qulaylik, xotirjamlik va ichki mamnuniyatda yashashni istasa, orzular filtrlanishi va hayot soddalashtirilishi kerak.

Muqaddas Kitobda aytilishicha, istaklari doimo ichkariga (ruhiga) oqib keladigan odam yuksak ichki xotirjamlikka ega insondir. Bunda ular hech qachon o'zgarmaydigan yoki kamaymaydigan, balki tinimsiz oqib keladigan suv bilan to'la dengizga o'xshaydi. Ammo o'z xotirjamligining omborida istak teshiklarini yaratadigan va hayotiy suvlarning oqib ketishiga va isrof bo'lishiga yo'l qo'yadigan odam ma'naviy xotirjamlik va ichki baxt haqida hech narsa bilmaydi.

Bizga Xudoni biladigan, U bilan muloqot qilish qobiliyatiga ega va Uning borligini ongli ravishda his qiladiganlardan yo'l-yo'riq kerak. Payg'ambarlar bizdan Xudoni ichki xotirjamlikda, sodiq ruh va oliy ma'naviy quvonch yashaydigan qalbning yolg'izligida izlashni so'rashgan. Hindistonning ma'rifatli ustozlari ham bu g'oyalarni qo'llab-quvvatlaydilar va qalb tubida Ilohiy O'zini idrok etish uchun chuqur meditatsiya muhimligini ta'kidlaydilar.

Borliqdagi hamma narsa Xudoning ongi tomonidan boshqariladigan to'lqinsimon tebranishdir. Bu aqlli tebranish - bu Muqaddas Ruh yoki sodiq Ruh bo'lib, u bilan ibodat va meditatsiya orqali muloqot qilish mumkin.

Ruhingizning sukunatida va diqqatingizni jamlagan ongingiz bog'ida Mutlaq va Cheksizga bo'lgan muhabbat cheksizdir. Lekin agar avval pulga intilsak, Xudoni topish qiyin. Biz Xudoni hayotimizning ajralmas qismiga aylantirishimiz kerak, shunda biz bu hayotda kerakli hamma narsaga ega bo'lamiz. Kim Xudoni qalbida doimiy joyga aylantirsa, Xudo ularga yer va osmon ne'matlaridan mo'l-ko'l ulush beradi va ularning oldida donolik quyoshlari porlaydigan, yo'llarini yoritadigan va atrofidagi zulmatni tarqatadigan keng ufqlarni ochadi. Xudo abadiy sevgilidir va insoniyat uchun hech qanday baxt

yo'q, agar ular Xudoni eng aziz yaqinlarini sevganlarida, chunki Xudosiz biz sevgining mohiyatini bilmas edik va uning shirinligini tatib ko'rmagan bo'lar edik.

Biz irodamizdan foydalanishni va ongimizni butun qalbimiz bilan Xudoni izlashga qaratishni o'rganishimiz kerak. Inson harakatlari istaklarga bog'liq va bu odatlar bizni doimo biz qilishni istamagan narsalarni qilishga majbur qiladi. Darhaqiqat, inson o'zining dushmani, bundan bexabar. U qanday qilib jim o'tirishni bilmaydi va Xudoga vaqt ajratmaydi, lekin u baxt va kechiktirmasdan Jannatga kirishni kafolatlaydi. Muqaddas tajribaga shunchaki kitob o'qish, va'zlarni tinglash yoki yaxshi ishlar qilish orqali erishib bo'lmaydi. Bularning barchasi shubhasiz foydali, ammo ular yetarli emas. Xudoga erishish uchun puxta diqqatni jamlash va chuqur mulohaza yuritish kerak.

Avvalo Xudoning marhamatini izlashimiz kerak Biz hammani rozi qila olmaymiz, chunki buning iloji yo'q Men hech kimni xafa qilmaslikka harakat qilaman Men qo'limdan kelganini qilaman va men qila oladigan yagona narsa shu Mening yagona maqsadim - Xudoni rozi qilish Men qo'llarimni Uning oldida kamtarlik bilan ibodat qilish uchun, oyoqlarimni hamma joyda Uni izlash uchun va ongimni Uni o'ylash va Uning mo'jizalari haqida o'ylash uchun ishlataman Xudo qalbimizda birinchi o'rinni egallashi kerak, shunda biz Uni tinchlik, sevgi, tushunish, mehr-shafqat, rahm-shafqat va donolik sifatida his qilishimiz mumkin Men bu haqda guvohlik berish va siz bilan gaplashish uchun kelganman, boshqa hech narsa emas.

Tafakkurdan tashqari, yaxshi do'stlikni saqlash kerak. Biz odamlarning orqasidan quvmasligimiz kerak, balki Xudoning orqasidan quvishimiz kerak.

Agar siz bu fikrlardan foyda ko'rsangiz, buni Xudoning ne'mati deb biling, chunki barcha maqtovlar Unga tegishli. Ularni boshqalar bilan baham ko'ring, toki ular siz topgan narsani ularda topsinlar (Va Rabbingizning marhamati haqida gapiring). Va har kuni kimgadir qodirligingizga ko'ra yordam berishni unutmang. Cho'ntagimda pulim bor ekan, men berishdan to'xtamayman, chunki mening cheksiz va doimiy manbaim Xudodir.

Nihoyat, biz buyuklar kabi Xudoni bilishimiz kerak. Bu tafakkur va shaxsiy harakat orqali mumkin.

Bir safar men ziyoratgohdan tashqarida sayr qilib, buyuk ustozim Shri Yuktisvar haqida o'yladim. U bir necha yil oldin vafot etgan edi, men unga bo'lgan cheksiz sog'inchni his qildim va u men bilan birga ziyoratgohning go'zalligi va atmosferasidan bahramand bo'lmaganidan xafa bo'ldim. To'satdan u menga osmondan paydo bo'lib: "Bu go'zal joydan faqat siz zavqlanasiz deb o'ylaysizmi? Men ham siz kabi zavqlanyapman!" dedi.

Xudo bilan birlashishni istagan izlovchi kundalik meditatsiya va Uni sevish amaliyoti orqali harakat qilishi va bu sevgini barchaga yetkazishi kerak. Bu mojarolarning oldini olishning yagona yo'li. Ma'naviy hamkorlik juda muhim. Haqiqiy ma'naviyatsiz individual yoki umuminsoniy baxt bo'lmaydi. Muqaddas uyg'unlik barcha jismoniy, moliyaviy, oilaviy, axloqiy va ma'naviy muammolarning yagona yechimidir.

Baxt Xudoga yaqinlikni his qilishdan kelib chiqadi. Insoniyat o'zini johillik panjaralari ortiga qamab qo'ydi va bu sharmandali qamoqxonadan ozod bo'lish vaqti keldi. Qanday sharoitda bo'lishidan qat'i nazar, ong har doim Xudoga qaratilishi kerak, shunda siz katta tinchlik va quvonchni his qilasiz.

Allohga intilib, borligini Unga bag'ishlagan, bir-birlarini ruhlantirib, ma'rifatli qilgan va doimo Allohni yodda tutganlar bu dunyoda baxtli va oxirat saodatiga erishuvchilardir.

Sizga tinchlik bo'lsin

Parda ko'tarilib, yo'qoladi

Har birimiz Xudo suratida yaratilganmiz. Biz Uning ilohiy

Ruhidan paydo bo'lganmiz va Uning mohiyati bizda butun pokligi, shon-shuhrati va cheksiz saodati bilan yashaydi. Bu

muqaddas meros - bu mustahkam qal'adir. Inson o'zini gunohkor, gunoh yo'llarida qiynalayotgan deb hukm qilishi eng katta gunohlardan biridir. Chunki shunday qilib, ular

o'zlarini ojizlikka, umidsizlikka va ko'tarila olmaslikka

mahkum qiladilar. Inson tabiiy va ilohiy qonunlarga zid

ishlarni qilishi mumkinligi haqiqat, lekin ular darhol yo'lini

o'zgartirishi va to'g'ri yo'lga qaytishi kerak. O'zining sof

tabiatida inson muqaddas ma'baddir va ilohiy Ruh ular ichida .yashaydi

Biz har doim Xudo bizni sof va shartsiz sevishini yodda

tutishimiz kerak. Lekin U bizga Unga yaqinlashish yoki Undan

yuz o'girish uchun mutlaq tanlov berganligi sababli, U bizga

kelishidan oldin biz Uning sevgisiga bo'lgan xohishimizni

.bildirishimizni kutadi

Bir safar meditatsiya paytida uning ovozi pichirlaganini

eshitdim: "Sen men sen bilan emasman, deysan, lekin

ichingga qaramading. Men seni bir lahza ham tark

etmayman. Ruh ma'badiga kiring, shunda meni ko'rasiz.

Chunki men seni qabul qilish va ilohiy sevgi salomi bilan

."kutib olish uchun doim shu yerdaman

Ma'naviy yo'lda chuqur samimiylik juda muhim. Poklik

.va haqiqatda qalbning tonglari otadi

Bizning insoniy donoligimiz Xudo bilan solishtirganda
hech narsa emas. Unga yaqinlashishning yagona yo'li - Unga
.bizga bergan sof sevgini berishdir

Hamma oxir-oqibat najot topadi, ammo yo'lda
ikkilanganlar befarqlik tubiga tushib qolishadi. Befarqlik
bizga Xudoni hozir, aynan shu lahzada topishning
muhimligini anglashimizga to'sqinlik qiladi. Bizning buyuk
sayyoramiz, kosmosda suzib yurgan Yer va insoniyligimiz
bizga bu yerda bir necha yil o'tkazib, keyin yo'qlikka g'oyib
bo'lish uchun berilmagan. Aksincha, biz chuqur mulohaza
yuritishimiz va mavjudlik sirini tushunishimiz kerak.

Hayotning maqsadini tushunmasdan yashash ahmoqlik,
ahmoqlik va vaqtni behuda sarflashdir. Hayot sirlari bizni har
tomondan o'rab oladi va Xudo bizga ularning yechimini
.topish uchun aql-idrok ato etgan

Abadiy sevgini izlab, Xudo meni tasavvur qilib
bo'ladigan har qanday tarzda sevishini angladim. U meni
.ona, ota va do'st sifatida sevdi

,Men barcha do'stlardan tashqari abadiy do'stni qidirdim
Va men hozir har qanday mehribon va mehribon yuzda
porlayotganini ko'rayotgan o'sha buyuk sevgilim haqida. Bu
ilohiy do'st meni hech qachon hafsalamni pir qilmagan va
.hech qachon meni xafa qilmagan

Xudo borliqning ortida. Biz ota-onamizni hurmat
qilishimiz va ularga mehr bilan munosabatda bo'lishimiz
kerak, lekin biz Xudoni butun qalbimiz va jonimiz bilan
sevishimiz kerak. Biz vaqtni behuda sarflamasdan, U bilan
.hayotiy aloqaning muhimligini anglashimiz kerak

Uxlayotganimizda uyg'onishimizni yoki
uyg'onmasligimizni bilmaymiz Biz bu yerni birma-bir tark
etamiz Lekin bu fikr xavotirga sabab bo'lmasligi kerak
O'lganimizda, biz yer yuzida qayta tug'ilishga, bu hayotda
.to'xtagan joyimizdan yangi hayot boshlashga chaqirilganmiz

Men hayotni okean yuzasida to'liqlarning paydo bo'lishi

va erishi sifatida ko'raman. Inson to'liqini ilohiy okean yuzasidan tug'ilishi bilan ko'tariladi va o'limdan keyin u Xudoning qalbida joylashadi. Men bu haqiqatni angladim va tananing o'limiga qaramay, men hech qachon chinakam o'lmasligimni bilaman. Chunki men ilohiy ruh okeanida dam olayotganimdanmi yoki jismoniy tanada uyg'oqligimdanmi, men kosmik okean bilan birman. Bu oliy baxtni dunyoda topib bo'lmaydi. Shu bilan birga, biz maqsad izlab o'rmonga qochishimiz shart emas. Biz Xudoni kundalik hayotning bu .o'rmonida - sukunat g'orining tubida topishimiz mumkin Insonlar ko'p xatolarga yo'l qo'yishlari mumkin, ammo ular ilohiy ruhning suratida shakllangan. Xudo bu dunyoviy zavqlarning xayoliy dunyosini faqat bitta maqsad uchun yaratdi: toki insoniyat bu shunchaki kosmik drama ekanligini anglab yetsin, illyuziyalardan voz kechsin va faqat Xudoni sevsin. Bu haqiqat va boshqacha bo'lishi mumkin emas. Nima uchun Xudo bizni oila a'zolarimizni sevish uchun yaratdi, lekin ularning bizdan birma-bir ketishini ko'rish uchun? Bu voqealar bizni sevgan barcha odamlardan tashqari, bizni chinakam sevadigan Xudo ekanligini .anglashga majbur qiladi

Hayot bir qator harakatlanuvchi tasvirlardir, ammo bu

haqiqatni anglash qiyin, chunki illyuziyalar haqiqiydek, voqelik esa illyuziyalarga o'xshaydi. Har kecha uxlayotganimizda dunyo ongimizdan yo'qoladi, ehtimol, shuning uchun biz jismoniy olam haqiqiy emasligini .tushunishimiz mumkin

Bu uyqu darsi bizni qo'rqitish uchun emas, balki bizni

Xudoning haqiqatiga intilish uchun keladi. Xudo va Uning sevgisidan boshqa hech narsa qalbni qondira olmaydi. Xudoning Ruhi mislsiz haqiqatdir. Haqiqiy bo'lmagan narsa yo'q va haqiqiy narsa haqiqat bo'la olmaydi. Donolar bu .yorqin haqiqatni tushunishadi

Hayotimizning ko'p yillari o'tdi va faqat yillar, haftalar,
kunlar va soatlar qoldi. Nima uchun vaqtni foydali bo'lmagan
narsalarga sarflash kerak? Biz Xudo bilan kechayu kunduz
bog'lanishni xohlashimiz va hayotning belgilangan vaqti
tugab, bu dunyoni hech qanday muhim narsaga
erishmasdan tark etishimizdan oldin bu istakda to'liq
.samimiy bo'lishimiz kerak

Aynan o'sha paytda men butun mavjudotni qamrab
olgan Xudoning buyuk nurini ko'rdim. Qanday ulkan
!quvonch! Qanday ajoyib nur
Xudoyim, men Senga shukur qilaman va Sening
huzuringni his qilishning bu mo'l-ko'l ne'matlari uchun Senga
bosh egaman

Barchaga bir xil baraka yor bo'lsin, toki biz Sen
koinotdagi eng oliy haqiqat ekanligingni va Sen bizning
asosiy maqsadimiz ekanligingni, undan boshqa maqsad
.yo'qligini anglab yetaylik

Biz Uni sevishimiz va hayotimizning har bir soniyasida —
ishda ham, dam olishda ham, harakatda ham, sukunatda
ham — chuqur iltijo va yonayotgan sog'inch bilan U bilan
gaplashishimiz kerak. Shunda biz xayol pardasi ko'tarilib,
yo'qolib borayotganini ko'ramiz. Xudo hayotimizning har bir
daqiqasida biz bilandir. U bilan fikr yuritadigan va
uyg'unlashadiganlar Uni gullarning go'zalligida, mehribon
qalblarning olijanobligida, ulug'vor va olijanob tuyg'ularda va
go'zal orzularda ko'rishadi. Nihoyat, U qalin pardalar ortidan
:chiqib, har bir samimiy izlovchiga shunday deydi

Biz uzoq vaqtdan beri alohida yashayapmiz, chunki"
men sizning menga o'z sevgingizni ixtiyoriy ravishda
berishingizni xohladim. Men sizni o'z suratimda yaratdim va
siz erkinligingizdan foydalanib, menga o'z xohishingiz bilan
".sevgingizni berguningizcha kutdim

Biz Xudodan bizga Uning ilohiy sevgisining abadiy va
abadiy sovg'asini berishini so'rashimiz kerak. Lekin kim bu
mehribon Xudoni harakatsiz topa oladi? Agar siz harakatning

25 foizini sarflasangiz, qolgani Xudoga va sizning ruhiy yo'l boshchingizga bog'liq. Men o'zim uchun hech narsa so'ramayman, chunki barcha sharaf barcha yaxshilik va inoyat manbai bo'lgan Xudoga tegishli. Uning inoyati sizga hamroh bo'lsin, Uning xabardorligi siz bilan bo'lsin va siz ichingizda va atrofingizda Uning mavjudligining mo'l-ko'lligini .sezasiz

Xudo bizga darhol javob bermaydi, chunki biz Uni qanchalik xohlayotganimizni ko'rsatishdan ikkilanamiz. Biz Unga murojaat qilishdan qo'rqqanligimiz kerak, balki Uni o'zimizniki, sevgilimiz deb bilishimiz va fikrlarimiz, harakatlarimiz, qalbimiz va ongimiz bilan Uni tinimsiz izlashimiz kerak, shunda biz Uni bu mavjudotda xavfsizlik va .tinchlikning eng buyuk boshpanasi deb topamiz

Ey Rabbim, men Senga bu yaxshi qalblar guldastasini taqdim etaman, toki ular Sening huzuring ma'badini bezasinlar. Oilang va sevganlaring bo'lgan bu qalblarga hamroh bo'l. Biz Sening muborak ismingni kuylaymiz. Johillik zulmatini muqaddas nuring bilan yo'q qil. Ongimizdagi zulmatni O'zingning borlig'ingning yorqin, cheksiz nuri bilan yo'q qil. Biz Sening mulkingimiz, qanday sharoitda bo'lishimizdan qat'iy nazar, O'zingni bizga ochib ber, ey Buyuklik va Saxovat Parvardigori. Har birimizga baraka ber.

Bizning sog'inchli fikrlarimizning pichirlashlarini va mehri qalblarimizning sog'inchli urishlarini qabul qil. Senga barcha sevgi, hurmat va sog'inchni taklif qilamiz, chunki Sen bizning .sevgilimizsan va bu olamda bizda bor bo'lgan barcha narsa

Bizni O'z inoyating bilan barakala Bizni Sendan ajratib turadigan istak devorlarini yiqiting Barcha orzularimiz ustida taxtga o'tirgan ilohiy Shoh bo'ling Shon-sharafingiz nuri keng dunyoga tarqalsin Barchamizga baraka bering Bizni O'z huzuringning xushbo'y hidi bilan to'ldiring Va keling, Sen har doim biz bilan bo'lganingni, Sen hozir biz bilansan va Sen .abadiy biz bilan bo'lasan, yana bir bor anglaylik

Sizning yaqinligingizni intiqlik bilan kutayotgan va
sizning huzuringizni intiqlik bilan kutayotgan sodiq
izdoshlaringizga bergan inoyatingiz va sevgingiz uchun Sizga
minnatdorchilik bildiramiz. Umid qilamizki, biz sizning
muborak huzuringizni nishonlashimiz va yaqinligingizdan
.xursand bo'lishimiz uchun shogirdlaringiz doirasi kengayadi
Bizni duo qiling, toki biz bir-birimizga qalbimizni ochaylik
va niyatlarimizni poklaylik, himoyangiz va g'amxo'rliğingizga
loyiq bo'laylik. O'zingizni ichki va tashqi tomondan ochib
bering. Barchamizni birlashtiring va shu birlik nurida biz
.sizning noyob mavjudliğingizni tan olaylik
Birlashgan qalblarimizning samimiyati va uyg'un
qalblarimizning intizorligi bilan biz Senga sajda qilamiz,
Sendan yordam, yo'l-yo'riq va qalbimizda Sening borliğingni
.doimo anglab yetishingni so'raymiz
Qalblarimizda abadiy sevgi olovi porlasin va biz hozir va
abadiy Sening bizga yaqinliğingni his qilaylik, ey Rabbimiz,
!ey bizning sevgilimiz

Oliy istak va aqliy kapsulalar

**Xudoning ulug'vorligi buyukdir. U haqiqatning
mohiyatidir va uni bu hayotda topish mumkin.
Odamlarning qalbida ko'plab ibodatlar va iltijolar bor:
pul, shon-sharaf, sog'liq uchun - har xil ibodatlar.
Lekin har bir qallda birinchi va eng muhim bo'lishi
kerak bo'lgan ibodat Xudoning huzurini his qilish
uchundir. Hayot yo'llarida jimlik va ishonch bilan
yursak, Xudo bizni qondira oladigan va istaklarimizni
ro'yobga chiqaradigan asosiy maqsad ekanligini
anglashimiz kerak, chunki qalbning har bir istagiga
javob Xudodadir.**

**O'z kuchingiz bilan istakni ro'yobga chiqara
olmasangiz, ibodatda Xudoga murojaat qilasiz.
Shunday qilib, aytgan har bir iltijongiz ichingizdagi
yashirin istakni ochib beradi. Lekin Xudoni topsangiz,**

barcha istaklar yo'qoladi va barcha istaklar amalga oshadi.

Dunyoviy istaklar hayotning maqsadi haqidagi noto'g'ri tushunchalardan kelib chiqadi. Bu yer bizning haqiqiy uyimiz emas. Muqaddas Yozuvlarda biz Xudoga tegishli ekanligimiz, Uning suratida yaratilganligimiz va Uning irodasi bizning ilohiy kelib chiqishimizga qaytishimiz ekanligi aytilgan. Insoniyat anglay olmaydigan narsa shundaki, agar u o'zining ilohiy manbasiga qaytmasa, son-sanoqsiz istaklarni bajarish uchun kurashishga majbur bo'ladi. Tasavvur qiling-a! Odamlar orzularga ega bo'lmasliklari mumkin emasligi rost va ularga ega bo'lishda hech qanday yomon narsa yo'q. Biroq, ko'pgina insoniy orzular Xudoga qaytish istagining amalga oshishiga to'sqinlik qiladi. Shunday qilib, ular inson baxtiga zararli. Agar insoniyat Xudoni xohlamasa va Uni topmasa, u baxt keltiradi deb o'ylagan narsasiga intilish bilan yonishda davom etadi. Ammo barcha orzularning darhol amalga oshishi Xudoni topganlarga avtomatik ravishda keladi.

Orzularning ikki toifasi mavjud: bizga Xudoni topishga yordam beradiganlar va Uni topishimizga to'sqinlik qiladiganlar. Masalan, agar kimdir sizga yomonlik qilsa, sizda qasos olish istagi paydo bo'lishi mumkin. Biroq, agar siz bu istakni sevgining yuksak va maqbulroq kuchidan foydalanib yengsangiz, Xudoni topishga yordam beradigan vositadan foydalangan bo'lasiz. Barcha orzular olijanob tarzda amalga oshirilishi kerak, chunki ular dunyoviy yo'llar bilan amalga oshirilganda, orzular muammolar va azob-uqubatlarga bilan birga ko'payadi. Agar biz barcha orzularimizni Xudoga bag'ishlashni o'rgansak, U bizning yaxshi orzularimizni ro'yobga chiqarish va zararli va halokatli istaklarimizni yo'q qilish uchun

ishlaydi. Vijdonning pokligidan ko'ra buyukroq himoya yo'q va hayotning zarbalaridan olijanob va ulug'vor istaklarga ega bo'lishdan ko'ra yaxshiroq himoya yo'q.

Xudoning mukammal surati bizda borligini anglaganimizda, barcha orzularimiz amalga oshadi, bu muqaddas ongda, barcha yer yuzidagi xazinalar va boyliklardan ustun turadi, hatto butun dunyo sizga berilsa ham, siz tebranmaysiz. Na maqto'v sizga mag'rurlik bag'ishlamaydi, na ayb sizga zarar yetkazmaydi, chunki siz o'zingizda Xudoning quvonchini tatib ko'rasiz va bu sizning hayotingizdagi eng muhim jihat bo'ladi.

Biz birinchi navbatda qonuniy istaklarimizga erishishga urinishlarimizda Xudodan yo'l-yo'riq so'rashimiz kerak va bu barcha ibodatlarimizga javob olishning eng yaxshi yo'li. Ammo ibodatdan iltijolar olib tashlanishi kerak. Ibodatning eski usuli o'zgarishi kerak va biz Xudoga to'liq ishonch va U bizni eshitadi va iltimoslarimizni bajaradi degan so'zsiz ishonch bilan murojaat qilishimiz kerak. Xudo bizning irodamizdan voz kechishimizni istamaydi - hatto Unga ibodat qilsak ham - chunki bu iroda Uning marhamatli qo'lidan olgan eng qimmatli sovg'adir, U bizni yaratgan paytdan boshlab biz uchun niyat qilgan muqaddas huquqdir.

Tabiiyki, oqilona va asossiz ibodatlar va istaklarni farqlash kerak. Esingizda bo'lsin, istak kuchdir; agar siz yaxshi yoki yomon, foydali yoki zararli bo'lsin, istakka yopishib olsangiz va unga kechayu kunduz berilsangiz, u oxir-oqibat amalga oshadi. Shuning uchun ehtiyot bo'lish va zararli istaklarni yashirishdan qochish kerak, chunki ular amalga oshadi va o'zlari bilan ulkan zarar va hasad qilib bo'lmaydigan azob-uqubatlarni olib keladi.

Vaqt o'tishi bilan, istaklaringiz amalga oshgan bo'lsa ham, qalbingiz bo'sh qolishini va ichki isyonni boshdan kechirishingizni ko'rasiz. Tasavvur qiling-a, ovqat hazm qilish tizimingiz zaif, ammo qovurilgan ovqatlarni xohlaysiz. Albatta, ularni iste'mol qilishdan zavqlanishingizdan qat'i nazar, har safar yeganingizda og'riqni his qilasiz. Shunday qilib, siz xato qilgandek his qilasiz. Donolik yaxshi va yomon istaklarni farqlash uchun aql-idrokdan foydalanishni buyuradi va bunga erishilgandan so'ng, bu noto'g'ri istaklar amalga oshmasligi kerak. Insonlar aql-idrokning ichki kuchiga ega va ulardan doimo foydalanishlari, hayotlarini Xudoning ovozi bo'lgan vijdon amriga muvofiq boshqarishlari kerak.

Amalga oshmagan orzular qalbdagi qoladi. Ularni u yerda saqlashning qanday zarari bor? Mana javob:

Har bir istak o'ziga xos kuchlardan iborat: yaxshilik yoki yomonlik, yoki ikkalasi ham. Inson vafot etganda — Xudo unga rahm qilsin — bu kuchlar tananing parchalanishi va chirishiga qaramay o'lmaydi. Aksincha, ular ruh qayerga borsa ham, unga konsentrlangan ruhiy kapsulalar shaklida hamroh bo'ladi. Inson yangi mujassamlanishda qayta tug'ilganda, bu kapsulalar yoki ruhiy tabletkalar xulq-atvor moyilligi sifatida namoyon bo'ladi. Shunday qilib, alkogolizmga berilib ketgan odam qayta tug'ilganda alkogolga moyillikni o'zi bilan olib keladi va bu moyillik ular alkogolga bo'lgan ishtiyoqni yengmaguncha davom etadi. Bu boshqa narsalarga ham tegishli.

Hatto eng kichkina bolalar ham o'tmishdagi hayotdan olingan xususiyatlarni namoyon etadilar. Ba'zi bolalar qattiq jahldorlikdan aziyat chekishadi. Boshqalari esa yomon kayfiyatda. Albatta, Xudo ularni shunday yaratmagan. O'tmishdagi hayotdan olingan

bajarilmagan istaklar bu psixologik moyilliklarni shakllantirgan va ular tufayli ruh biroz g'alati ko'rinadi, garchi u Xudoning sof suratida yaratilgan bo'lsa ham. Agar bu hayotda inson ichida Xudoning surati g'azab, qo'rquv yoki shahvat bilan buzilgan bo'lsa va bu xususiyatlar hozir yengilmasa, ular ular bilan qayta tug'iladilar (yoki ular bilan qayta tug'iladilar), bu baxtsiz moyilliklarning yukini ular bu yoki kelajakdagi mujassamlanishlarda yengib chiqmaguncha ko'taradilar. Ular yengilmaguncha ulardan qochib qutula olmaysiz.

Shuning uchun, hozir barcha istaklarni bajarish yoki ularni zabt etish yaxshiroqdir

Bunday istaklardan bir marta va butunlay xalos bo'lishning eng yaxshi yo'li - bu oliy ilohiy quvonchni boshdan kechirishdir. Aks holda, bu bostirilgan istaklar va bajarilmagan orzular qalbni ta'qib qiladi va azoblaydi.

Inson aql-idrok va donolik orqali faqat Xudo sof va abadiy baxtni berishga qodir ekanligini anglashi kerak.

Ko'pincha istaklar ongsiz ravishda yashiringan holda qoladi. Siz ular yo'q bo'lib ketgan deb o'ylashingiz mumkin, ammo yo'q bo'lib ketmagan; bu hayotning sirlaridan biri, buning o'zi ham buyuk sir.

Lekin hayotni tahlil qilib, uning ma'nosi haqida o'ylaganimizda sir yo'qoladi. Agar siz har kuni qisqa vaqt jimgina o'tirib, o'zingizni tekshirib ko'rsangiz, sizda ko'plab bajarilmagan istaklar borligini ko'rasiz. Bu istaklar inson qayerga borsa ham, bu hayotda ham, keyingi hayotda ham o'zi bilan olib yuradigan halokatli mikroblarga o'xshaydi.

Eng yaxshi yo'l - bu hayotdagi zararli istaklarni oqilona tanlov orqali ajratib olish va kuchingizni yaxshi istaklaringizni ro'yobga chiqarishga

qaratishdir. Agar siz o'z joniga qasd qilish yoki biron bir noto'g'ri ish qilish istagini his qilsangiz, hozir bu istakni yo'q qilishingiz kerak. O'zingizni fikr va amalda qalbingizda ilohiylik uchquni borligiga ishontiring va siz Qodir Tangrining suratida yaratilganingizni va shuning uchun jismoniy tabiatingiz va odatlaringizdan ustun turishga qodir ekanligingizni unutmang.

Hashamatlarga kamroq bog'lanib, istaklardan uzoqroq bo'ling, shunda hayot jangida g'alaba qozonasiz. Agar siz yengilmas og'riqdan aziyat chekayotgan bo'lsangiz, o'zingizni jismoniy ongdan iloji boricha uzoqlashtirishga harakat qiling. Aql-idrok orqali siz his-tuyg'ularni yengishingiz mumkin. Aqlli idrok - bu zararli istaklar va halokatli ishtahalarni yoqib yuboradigan, ularni kulga aylantiradigan olovdir.

Odamlar eski, eskirgan va keraksiz narsalarni uyning burchagida saqlashlari va vaqti-vaqti bilan uyni tartibga keltirishlari odatiy holdir. Xuddi shunday, ongsiz ongingizning burchagida yashirin zararli ko'plab istaklar yashiringan bo'lib, agar siz ular bilan to'g'ri ishlamasangiz, bir kun kelib sizga jiddiy muammolar tug'dirishi mumkin.

O'z-o'zini tahlil qilish ma'naviy yo'lda juda muhimdir. Siz nafratga moyil, asabiy yoki tez jahldor bo'lishingiz mumkin. Agar shunday bo'lsa, ongingizda saqlangan bu xususiyatlar sizning o'tmishdagi harakatlaringiz natijasidir. Psixikangizni bu tartibsiz, eskirgan mebeldan tozalash uchun siz ijobiy, konstruktiv harakatlar bilan boshlashingiz va boshqalarga mehr-muhabbatni rivojlantirishingiz kerak. Odamlarni qanchalik ko'p sevsangiz, ular sizni shunchalik ko'p sevadilar va siz ularning sevgisini his qilasiz. Lekin agar siz ularni, hatto o'zingizga ham

tanqid qilsangiz, ular bu tanqidni sezishadi va uni sizga kuchaytirilgan holda qaytaradilar!

Aytaylik, eski dushmaningiz o'lgan, ammo siz hali ham unga nisbatan nafrat va nafratni saqlayapsiz. Siz bu achchiqlanish natijasida azob chekasiz va uning zararli ta'siri tanangiz va ongingizda namoyon bo'ladi. Uni Xudo uchun kechirganingiz ma'qul, chunki bu bilan siz o'zingizni xotirjamligingizni buzadigan va xotirjamligingizni buzadigan qasos olish istaklaridan xalos qilasiz. Nafrat ustiga nafrat to'plash yoki adovatga nafrat bilan javob berish nafaqat dushmaningizning sizga nisbatan adovatini kuchaytiradi, balki natijada o'z tanangiz va his-tuyg'ularingizni ham zaharlaydi. Shuning uchun chiroyli kechirim bilan kechiring.

Vaqti-vaqti bilan inson hayotning maqsadi haqida mulohaza yuritish uchun hamma narsani tashlab, o'zi bilan yolg'iz qolishi kerak. Ko'p odamlar an'analar va modalar oqimida adashib qolishadi. Aslida, ular hech qachon o'z hayotlarini emas, balki dunyo hayotini yashamaganlar. Ular nimaga erishdilar va qayerga borishdi?

Shuning uchun, inson vaqti-vaqti bilan o'zini kundalik tashvishlar va "vazifalar"dan chetga surib, ongidagi tartibsizlikni tinchlantirishi va uning mohiyatini tushunishga va erishmoqchi bo'lgan maqsadini aniqlashga harakat qilishi oqilonadir.

Esingizda bo'lsin, siz olishingiz mumkin bo'lgan eng katta guvohlik bu vijdoningizning guvohligidir: qalbingizning aniq va benuqson ovozi. Vijdoningiz sizga aslida kimligingizni, bezaksiz yoki niqobsiz aytadi.

Iso Masihning kuchini tasavvur qiling, u: “Ota, ularni kechir, chunki ular bilmagan ishlarini qanday qilishni bilishmaydi”, degan edi.

Va ulug' Payg'ambarni eslang: "Sizga insonning martabasini nima ko'tarishi haqida aytib beraymi?" Ular: "Ha, ey Allohning Rasuli", deyishdi. U zot: "Sizga nisbatan johil bo'lganga sabr qiling, sizdan mahrum bo'lganga bering, sizdan aloqani uzgan bilan aloqani saqlang va sizga zulm qilganni kechiring", dedilar.

Ma'rifatli vijdoningiz ovozini tinglash yo'lingizga yorug'lik va hayotingizga baraka olib keladi.

Qalbingizda biror istakni ro'yobga chiqarishga kuchli turtki paydo bo'lganda, aql-idrokingizni ishga soling va o'zingizdan so'rang: "Men ro'yobga chiqarishga intilayotgan yaxshi yoki yomon istakmi?"

Inson istaklarini ko'plab omillar kuchaytiradi. Kimdir yangi modeldagi mashinani ko'rganda, unga o'xshashiga ega bo'lishni xohlaydi. Yangi uslubdagi uyni ko'rganda, unga o'xshashiga ega bo'lishni xohlaydi. Yangi moda yo'nalishi ommalashib bormoqda va odamlar shu uslubni sotib olishni va kiyishni xohlashadi!

Orzular qayerdan paydo bo'ladi? Men soatlab bu haqda o'yladim. Barcha istaklaringizni tasniflay olasizmi? Men ularning barchasini saralashga va faqat yaxshilarini saqlab qolishga muvaffaq bo'ldim. Ilohiy birlikka erishganimda, barcha yaxshi istaklarim birdaniga amalga oshganini angladim. Bugun siz biror narsani xohlaysiz, ertaga esa qalbingiz boshqa narsani orzu qiladi. Qodir Xudodan chiqqan ongingiz bu dunyo ne'matlari bilan qoniqmaydi va hech qachon qoniqmaydi, chunki aziz do'stim, siz qalbingizning eng qimmatli va qimmatli xazinasini, sizning orzularingizni qondirish va istaklaringizni bajarishga qodir bo'lgan yagona zotni yo'qotdingiz. Bu yo'qolgan xazina Xudodir.

To'g'ri, ba'zi yaxshi yoki zarur istaklar bor va siz ularni amalga oshirish uchun harakat qilishingiz kerak. Lekin kichikroq istaklaringizni amalga oshirishga intilayotganingizda, avval Xudoga bo'lgan eng katta istagingizni amalga oshirishni unutmang. Kichikroq istaklar va burchlar avval bajarilishi kerakligiga ishonch - bu illyuziya va aldanchilik. Men hali ham ruhiy sayohatim boshida eslayman, men vaqtni cho'zuvchi edim va muntazam ravishda meditatsiya qilmagan edim, garchi o'zimga vaqt ajratishimni aytib tursam ham. Bir yil o'tdi, shundan so'ng men o'zimga bergan va'damni bajarmaganimni angladim. Men darhol o'zimga ertalab birinchi qiladigan ishim yuvinib, keyin Xudo haqida meditatsiya qilish ekanligiga qasam ichdim. O'sha paytda kundalik vazifalar juda ko'p edi va ulardan qochish oson emas edi, hatto qisqa vaqtga ham. Shuning uchun men avval ruhiy burchlarimni bajarishga qaror qildim. Shunday qilib, men katta saboq oldim: Xudoga bo'lgan burchim birinchi o'rinda turadi va shundan keyingina men boshqa, unchalik muhim bo'lmagan burchlarga e'tibor beraman.

Agar insoniyat boshqa burchlar va mulohazalarni Xudodan ustun qo'ysa, nega Xudo insoniyat uchun abadiyat darvozalarini ochishi kerak? Xudo bizning ichimizga ruhiy qanotlarni qo'ydi va bizdan ruh olamida parvoz qilishimizni kutadi. Bu qanotlar bizning ruhiy istaklarimiz, yuksak fikrlarimiz va ilohiy manbamizga bo'lgan samimiy intilishimizdir.

Avvalo Xudoni izlaylik. Dunyoviy burchlarga juda katta ahamiyat berish oqilona emas, chunki Azrail istalgan vaqtda ruhni chaqirishi mumkin, shunda barcha burchlar, majburiyatlar, tashvishlar va majburiyatlar bir marta va abadiy tugaydi. Xo'sh,

nega hayotga bunchalik mahkam yopishib olish kerak?

Biror kishi xavfsizlik va xotirjamlikdan bahramand bo'lyapman deb o'ylaydi, keyin to'satdan yaqinini yo'qotadi yoki sog'lig'ini yoki ishini yo'qotadi va xavfsizlik va xotirjamlik barbod bo'ladi!

Onamga bo'lgan sevgim naqadar buyuk edi! U doim yonimda bo'ladi deb o'ylagandim, lekin to'satdan u meni bolaligimda tashlab ketganini angladim! Biz o'limdan qo'rqmasligimiz kerak, aksincha unga tayyor bo'lishimiz kerak.

Hayot ko'rinadigandek emas Unga ishonmang, chunki u o'zgaruvchan, aldamchi va umidsizliklar va barbod bo'lgan umidlarga to'la Bu yerda mukammallikni topib bo'lmaydi Men sizga hayotning real bo'lmagan tasvirini berishni istamayman Bu dunyo jannat emas Bu ilohiy laboratoriya bo'lib, unda Xudo qalblarni yomon istaklarni yaxshilik bilan yengib, Uni, ya'ni Xudoni eng katta istaklariga aylantirishlarini sinab ko'radi, toki ular Uning shohligiga qaytishlari mumkin.

Hayot har xil fojia va komediyalar, falokatlar va quvonchlarga to'la. Bu son-sanoqsiz shakllarning ulkan, doimiy o'zgarib turadigan va jonli gobelenidir. Ikki narsa bir-biriga mutlaqo o'xshamaydi. Har bir insonning hayoti noyobdir. Har bir insonning turli xususiyatlari, turlicha fikrlash tarzi va turli istaklari bor. Agar biz har kuni bir xil sinovlarga duch kelsak, charchagan va zerikib ketgan bo'lar edik. Hatto Jannat ham, agar u doim bir xil bo'lsa, o'zining jozibadorligini yo'qotadi. Biz xilma-xillik va xilma-xillikni yaxshi ko'ramiz. Jannat haqidagi an'anaviy tushuncha butunlay noto'g'ri. Agar u chindan ham zerikarli bo'lganida, Xudoning avliyolari va muqaddas odamlari o'zlarini ko'ngil ochish uchun Yerga

qaytishni so'rab ibodat qilishgan bo'lar edi! Jannat doimo eng yoqimli tarzda yangilanadi, Yer esa ko'pincha doimiy ravishda yangilanadi, lekin zerikarli va yoqimsiz tarzda.

Biroq, hayot charchagan va mashaqqatli bo'lishiga qaramay, ko'pchilik odamlar bunga ko'nikib qolishadi, yashashning boshqa yo'li yo'qligiga ishonishadi. Bu hayotni ma'naviy hayot bilan solishtira olmaydiganlar, bu dunyoning ichida yashiringan og'riq va charchoqning ko'lamini anglay olmaydilar.

Aslida, hayot haqiqiy emas, bu shunchaki o'yin-kulgi, boshqa hech narsa emas. Eski filmlar qayta-qayta chiqarilgani kabi, xuddi shu eski voqealar ham turli shakllarda takrorlanadi. Hayotning cheksiz davom etishiga qaramay, o'tmishdagi filmlarda taqdim etilgan bir xil mavzular birin-ketin takrorlanadi. Darhaqiqat, tarix o'zini takrorlaydi va odamlar vaqt muzeylaridagi shunchaki artefaktlardir.

Hayot o'zining kutilmagan hodisalarini ochib berish uchun ularni quvonch, xolislik va beg'arazlik bilan, his-tuyg'ularga berilmasdan, xuddi film tomosha qilayotgandek qabul qiling. Chin dildan kulish barcha insoniy kasalliklar uchun ajoyib davodir.

Hayotga osongina va xotirjam yondashishingiz kerak. Bu men ustozimdan o'rgangan narsa. Uning zindonida ruhiy tarbiyamning boshida men o'z vazifalarimni xafa yuz bilan bajarardim, hech qachon jilmaymasdim. Bir kuni ustozim buni payqab: "Xudo xohlasa, hammasi yaxshi! Dafn marosimidamisiz? Xudoni topish tashvishlarni yashirish va barcha qayg'ularni ko'mishni anglatishini bilmaysizmi? Hayotni bunchalik jiddiy qabul qilmang", dedi.

U menga insonning burchi Xudoda to'liq erkinlikni topishi uchun ongini barcha dunyoviy chalg'ituvchi

narsalar va muammolardan ustun qo'yish ekanligini o'rgatdi.

Hayot qiyinchiliklariga jasorat va o'ziga ishonch bilan qarshi turish uchun quvonch va qayg'u, foyda va zarar, g'alaba va muvaffaqiyatsizlikda muvozanatni saqlash kerak.

Barcha voqealarga qaramay, ichki xotirjamlikni saqlash - aldatchi istaklarni yengishning eng yaxshi yo'li. Bu men zamonning o'zgaruvchanligidan ta'sirlanmagan, ammo oxirigacha sobit va o'zgarmas bo'lgan buyuklardan o'rgangan narsam. Hatto payg'ambarlar ham qiynoqqa solinganlarida, muqaddas onglarini yo'qotmaganlar va hech kimga Xudoning sevgisini o'g'irlashga yo'l qo'ymaganlar. Ma'naviy quvonchning o'zi muborak himoya va barchaning eng buyuk qal'asidir. Sinovlar va azob-uqubatlarda orasida Xudo sizga bergan ne'matlarni eslang. Sizning qalbingiz Xudoning muqaddas ma'badi. Siz johillik zulmatining bu pok joyni bulg'ashiga yo'l qo'ymasligingiz kerak. Ma'naviy ongli, sharaflil, obro'li, xavfsiz va xotirjam holatda bo'lish naqadar ajoyib! Hech narsadan qo'rqmang va hech kimdan nafratlanmang. Sevgingizni hammaga bering. Xudoning sevgisini his eting va Uning barcha odamlarda borligini ko'ring va eng kuchli istagingiz Uning qalbingizda doimiy borligi bo'lsin. Bu dunyoda tinchlik va osoyishtalikda yashashning yo'li. Ammo istaklarning shiddatli shamollari qalb vohasidan esib, daraxtlarini shiddat bilan silkitib tursa, bu o'zini qoniqtirishni tatib ko'rish qiyin.

Istaklar insonning atrof-muhiti tomonidan shakllanadi. Ular bizning hissiy idroklarimizdan tug'iladi va bu idroklarning cheklovlari bilan cheklangan. Qishloq yarmarkasiga borish hayajonlanish istagini qondiradi, ammo jahon

darajasidagi ko'rgazmaga tashrif buyurib, barcha turli xil ko'rgazmalarni ko'rgandan so'ng, kichik yarmarka o'zining jozibasi va jozibasini yo'qotadi. Shunday qilib, biz avval Xudo bilan muloqot quvonchini boshdan kechirishimiz kerak, shunda biz bu quvonchni dunyoviy zavqlarga solishtirishimiz mumkin. Shunda orzular yuqori tabiatga ega bo'ladi. Istak cheksizdir; bir istak amalga oshishi bilan boshqasi uning o'rnini egallaydi. Lekin siz Xudoni topganingizda, barcha istaklaringiz amalga oshadi. "Avvalo Xudoning Shohligini va Uning adolatini izlang, shunda bularning barchasi sizga beriladi (Va Xudo bilan bo'lgan narsa yaxshiroq va uzoqroq)" Xo'sh, nega avvalo o'sha eng buyuk istakning amalga oshishini izlamaysiz va Xudoning saxovatli qo'lidan eng yaxshi va eng uzoq davom etadiganini olmaysiz?

Xudo izlovchining Uni bilish haqidagi ibodatiga javob berganida, uning boshqa barcha istaklari darhol va abadiy amalga oshadi.

Ba'zi odamlar o'zlarida hech qanday istak yo'q deb o'ylashadi!

Odamlar bozorga borganlarida ko'pincha nimalar bo'lishini payqadim. Ularning sotib olish istagi bo'lmasligi mumkin, lekin to'satdan bir narsa ularning e'tiborini tortadi va ular: "Ha, men uni sotib olishim kerak!" deb o'ylashadi.

Agar ular uni darhol sotib olmasalar ham, u ularning xayollarida kechayu kunduz yotadi, nihoyat sotib olguncha, hatto qarz olishga majbur bo'lishsa ham. Ular bundan bir muddat zavqlanishadi, lekin asta-sekin uning jozibasi yo'qoladi va unga ega bo'lish quvonchi pasayadi, shuning uchun ular boshqa narsani xohlashadi va hokazo.

Ba'zan biz "Voy, qani endi menda falon pul (yoki maxsus rusumdagi mashina, suzish havzasi yoki

boshqa narsalar) bo'lganida edi" degan odamni uchratamiz va bu istak amalga oshishi bilanoq, yangi narsaga bo'lgan yana bir istak paydo bo'ladi.

Inson istaklari tabiatan nomukammaldir va shuning uchun ular o'z egalari uchun to'liq baxtga erisha olmaydilar.

Dunyo sizni yagona chinakamiga arziydigan istak Xudoni topish ekanligini eslatishdan chalg'itishga harakat qiladi. Lekin siz buni har kuni o'zingizga eslatib turishingiz kerak. Inson chekishni tashlashga, ortiqcha ovqatlanishni to'xtatishga, yolg'on gapirishni yoki aldashni to'xtatishga qaror qilganda, ular qarorlarida qat'iy bo'lishlari va ikkilanmasliklari kerak. Yomon muhit irodani susaytiradi va zaiflashtiradi, insonda soxta istaklarni uyg'otadi. U ulardan eng yaxshisini oladi va ularga eng yomonini beradi. O'g'rilar bilan yashaydiganlar bu yashashning yagona yo'li deb hisoblashadi. Lekin yaxshi odamlar bilan muloqot qilish ongni yuqori narsalarga yo'naltiradi, shuning uchun soxta istaklar endi odamni vasvasaga sola olmaydi. Bu hayotdagi hamma narsa o'zgarishga va tebranishlarga duchor bo'ladi. Ammo bir necha daqiqa chuqur mulohaza yuritish yoki sof ma'naviy mavzularni o'rganish va mulohaza qilish ilhom manbai bo'lib, chin dildan izlovchini aldamchilik va illyuziya okeani orqali "u yerda hech qanday charchoq ularga tegmaydi va ular u yerdan haydalmaydi" degan ilohiy qirg'oqlarga olib boradi.

(Mehnat qilganlar uchun eng katta dam olish tayyorlandi va haqiqatni izlashda hech qanday kuch sarflamagan kishi uni yutib oldi)

Haqiqiy baxt Xudoga intilishda va U haqida doimo o'ylashda yotadi. Qat'iyat bilan shunday bir vaqt keladiki, bu fikr shunchalik mustahkam va o'zgarmas bo'ladiki, hech qanday jismoniy, ruhiy yoki hissiy

azob-uqubatlar sizning ongingizni Xudodan chalg'it olmaydi. Xudoni anglab, Uni doimo o'ylab va his qilib yashash va Uning muqarrar huzurida qolish ajoyib emasmi, bu yerda na o'lim, na boshqa hech narsa sizning ichki xotirjamligingizni o'g'irlay olmaydi? (Iymon keltirganlar va qalblari Xudoni zikr qilishda orom topganlar. Albatta, Xudoni zikr qilishda qalblar orom topadi.)

Barcha istaklarga qarshi immunitetga ega bo'lganingizda, abadiy mavjudlikdan bahramand bo'lasiz

Hayot haqiqatan ham g'alati, chunki hamma narsa o'zgarishi mumkin. Shuning uchun baxt kemasini bu hayotning o'zgaruvchan qumlariga langar tashlamaslik kerak. Vaqtimiz o'tadi va hozir ko'rib turganimiz bir kun yo'q bo'lib ketadi. O'zgarish sizga zarar yetkazishiga yo'l qo'ymasangiz, qabul qilinadi. Va u sizga zarar yetkazganda, boshdan kechirayotgan ichki tartibsizliklar sizga istaklarga berilmaslik haqida xabar beradi. Ilohiy ruhda xotirjam bo'lganingizda, siz hamma narsadan bog'liqlik yoki qaramliksiz zavqlanasiz. Shuning uchun, Uni bilishga intilish g'amxo'rlik qiladiganlar uchun juda muhimdir; aks holda hayot halokatli umidsizlikka, umidlarni dahshatli tarzda yo'q qilishga aylanadi.

1935-yilda Hindistonga qaytib kelganimda, bolaligimda sevgan joylarimga borishga umid qilgandim, lekin yetib borganimda hamma narsa o'zgarganini ko'rdim. Hayot sahnasi boshqacha tarzda qayta tashkil etilgan edi. Eng katta umidsizlik va hayrat Aykapurdagi eski uyimga tashrif buyurganimda keldi, u yerda o'ynab, qushlarni tomosha qilardim. Eslaganlarimdan faqat bitta daraxt qoldi. Hayot shunday! Tanish va qadrli narsalar birin-ketin ko'z o'ngimizdan yo'qolib bormoqda. Uyimizni

bolaligimdagidek ko'rish uchun hamma narsani berishga tayyor edim. Shunga qaramay, Xudo mening xohishimga ijobat bo'ldi, chunki keyinchalik men uyni vahiyda ko'rdim, u yerda biz basseynda suzdik, keyin yuqoriga chiqdim, karavotda yotdim va ko'p yillar oldin qilganimdek, mango yedim.

Endi istaklar juda sinchkovlik bilan tekshirilishi va tekshirilishi, yaxshilab saralanishi va faqat yaxshilari saqlanib qolishi kerak, hatto bu yaxshi istaklar ham Xudoga bo'lgan eng muhim istakni bostirishga yo'l qo'yilmasligi kerak.

Bu istak tirik va yonib turishi kerak, so'nib yoki so'nib ketishiga yo'l qo'yilmasligi kerak. Inson Xudodan o'zining yer yuzidagi istaklarini bajarishini so'raganida, lekin Undan O'zini o'ziga ochib berishini so'ramaganida, katta xayol ostida qoladi. Ota-onasidan uning iltimoslarini bajarishini doimiy ravishda talab qiladigan, aks holda ular haqida so'ramaydigan va ular haqida o'ylamaydigan bolani tasavvur qiling. Bu noshukurlik va ularning mehribonligini inkor etishdir va bunda tafakkur qiluvchilar uchun saboq bor.

Ushbu hayot kitobi qo'llanilganda, insonga faqat yer yuzida yashab yurgan paytida olingan ma'naviy bilimlar hamroh bo'ladi. Shuning uchun, agar inson o'zining ma'naviy kelajagi haqida chin dildan qayg'ursa, Xudo uning ongida doimo mavjud bo'lib, Uni doimo chaqirib, hech qachon unutmasligi kerak. Xudo bilan muloqotda bo'lganimizda, barcha istaklar sirli tarzda amalga oshishini ko'ramiz. Lekin biz avval Xudoni izlashimiz kerak. U saxovatli va bizga hamma narsani bergan, lekin biz Uni faqat Uning in'omlari bilan qanoatlanmasdan, balki Beruvchining O'ziga murojaat qilganimizda topamiz. Biz Uni izlanishlarimizda samimiy bo'lsak, Unga yaqinlashish

va Uning muborak huzurini his qilish istagimizda astoydil bo'lsak, bilib olamiz.

Inson duch keladigan eng katta to'siq - bu uning o'zi. Ular jimgina o'tirib, ma'naviy narsalar haqida o'ylashga harakat qilganda, to'satdan dunyoviy fikrlar paydo bo'ladi, ularni chalg'itadi va maqsadlariga erishishlariga to'sqinlik qiladi. Ular o'zlarini fikrlari va tanalarini boshqarishga o'rgatishlari kerak va bunda ular qalblarida ko'chma jannatni olib yurishadi, hayotda yoki o'limda, jannatda yoki do'zaxda bu oliy baxt ularga hamroh bo'ladi.

Biz Xudoga chuqur ibodat qilishimiz, buyuk sog'inchimizni to'kib tashlashimiz, Undan qalb tilida, qalb istagi va vijdon pichirlashi bilan so'rashimiz kerak, toki U bizni eshitib, bizga javob bersin. Lekin agar inson yarim chin dildan ibodat qilsa va shu bilan birga boshqa narsa haqida o'ylasa — Xudo biladigan narsa bu odamning asosiy tashvishi emas — U javob bermaydi.

Avvalo Xudoga ega bo'lishimiz kerak Hozir vaqt keldi Biz kutmasligimiz kerak, chunki illyuziyalar juda kuchli Hayot tez o'tadi va hayotning maqsadini bilmasdan bu dunyoni tark etish uyatdir Bo'sh vaqtimiz bo'lganda har safar o'ylashimiz kerak Hatto ibodatlaringiz dastlab ijobat bo'lmasa ham, Xudoning rahmatidan umidsizlikka tushmang, balki iltijo qilishda davom eting Chin dildan ibodat qiling va ibodatingiz ijobat bo'lishiga ishonang

Men hayotimda Xudoning ibodatga javob berishining eng katta isbotiga guvoh bo'ldim. Ammo bunday javob harakat talab qiladi, chunki hech qanday ahamiyatli narsa harakatsiz paydo bo'lmaydi. Meditatsiya hayot sirlarini ochish va Xudoning shohligiga kirish uchun juda muhimdir.

Yomon odatlar va boshqa chalg'ituvchi narsalar sizning harakatlaringizni barbod qilishga va qat'iyatingizni susaytirishga harakat qiladi. Ammo agar baxtli bo'lishni istasangiz, fikrlaringizni Xudoga qarating, shunda Uni o'zingizga yaqin topasiz.

Dunyoviy zavqlarga bo'lgan istaklar insonni bu yerga tortadigan magnit tortish kuchini yaratadi, hayotdan keyingi hayot Xudoda o'z xohish-istaklarini topganlar uchun tanaga qaytish keraksiz bo'lib qoladi. Ular biron bir istakni amalga oshirishni istaganlarida, ular bu haqda o'ylashadi va bu ularning oldida namoyon bo'ladi. Onam vafotidan keyin menga ko'rindi va men uni ko'rib taskin topdim va Xudoga Uning yaxshiligi uchun shukr qildim. Darhaqiqat, U eng saxovatli va eng rahmdil Zotdir. U qalbimizda birinchi o'rinni egallaganimizda, bizga bo'lgan sevgisi va minnatdorchiligini namoyish etish uchun bizning istaklarimizni amalga oshiradi.

Inson Xudoga yetganda, u hayot va taqdirning xo'jayiniga aylanadi. Ilohiy mavjudlik hayotimizda mustahkam o'rnashmaguncha, biz tinchlanmasligimiz kerak. U bizga orzu qilgan barcha narsani beradi va bizni sinovdan o'tkazadi.

Ma'naviy yo'ldagi sinovlar va to'siqlar juda ko'p va ulkan, ammo biz bu sinovlardan o'tib, ularni yengib o'tar ekanmiz, shunday deyishimiz kerak: "Ey Rabbim, Sen mening ibodatlarimni ijobat qilding va eng buyuk istaklarimni amalga oshirding, shuning uchun qalbim Sening huzuring bilan boyidi va ruhim Sening nuring bilan nur sochdi".

Sizga tinchlik bo'lsin

Ustoz Paramhansa Yoganandaning so'zlaridan

Odamlar hayotdagi ba'zi narsalardan voz kechish
g'oyasidan shikoyat qiladilar, garchi aslida ular ko'plab
qimmatli narsalardan, eng muhimi, xotirjamlikdan voz
kechsalar ham va ba'zan hatto pul uchun o'zlarini qurbon
.qilsalar ham, bu zarar va yo'qotishlarga olib keladi

O'zingizni Xudoga topshiring, shunda hayotingiz go'zal
ritmik musiqaga aylanganini ko'rasiz

Diqqatingizni bu dunyodan ichingizdagi Xudoning ulkan
shohligiga qarating

Tinchlik kemasida siz orzularimizdan tashqaridagi
olamga suzib borishingiz mumkin, u yerda ilohiy buloq qalb
.va ruh tubidan tinimsiz oqib chiqadi

Rabbim, zaif yoki kuchli, kasal yoki sog'lom, mashhur
yoki noma'lum, boy yoki kambag'al bo'lishimdan qat'i nazar,
Sen meni sevishingni va hech qachon tashlab ketmasligingni
bilib, hayot o'yinida Senga ma'qul keladigan tarzda o'z
.rolimni o'ynashimga yordam ber

Bu dunyodan ketganida boylik insondan tortib olinishi
mumkin yoki undan tortib olinishi mumkin, lekin ular uni
o'zlari bilan olib keta olmaydilar. Uning asl qiymati uni
foydali ishlarga sarflashda, o'ziga va boshqalarga Xudo va
.vijdonini rozi qiladigan tarzda baxt keltirishdadir

Faqat o'z xavfsizligi va qulayligi haqida o'ylaydiganlar,
boshqalarning ehtiyojlarini unutib yoki e'tiborsiz qoldirib,
aslida bir kun kelib ularning taqdiriga aylanadigan
qashshoqlikka intilishadi. Boyliklarini yaxshi ishlar uchun
ishlatish o'rniga, ularga yopishib olganlar oxiratda o'zlariga
farovonlik keltirmaydilar, balki boylarning istaklari va
ishtiyoqlari bilan kambag'al bo'lib tug'iladilar. Lekin mo'l-
ko'lchilik va farovonlikni boshqalar bilan baham ko'radiganlar

qayerga borsalar ham, yaxshilik va mo'l-ko'lichilikni o'ziga
.jalb qiladilar

Agar siz bunga loyiq bo'lganlarga ixtiyoriy ravishda
bersangiz, Xudo har doim siz bilan ekanligini va sizni hech
qachon tark etmasligini va sizga hech narsa kerak emasligini
bilib olasiz. Biz hayotimizni bevosita Xudo ta'minlayotganini
va ongimiz, irodamiz va faoliyatimizning barchasi Xudoga
bog'liqligini va Undan kuch olishini anglaganimizda, biz
Undan to'g'ridan-to'g'ri yo'l-yo'riq olamiz va hayotimiz Uning
.cheksiz hayoti bilan bir ekanligini anglaymiz

Meditatsiya Xudoning borligiga dalil keltiradi. Hislar
to'liqlari ong hovuzidan tozalangandan so'ng, ruhdan ilohiy
saodat paydo bo'ladi. Bu saodat allaqachon ruhda mavjud,
.ammo u yashiringan

Ey Xudoyim Men avval kichik ishlarni bajarish uchun
irodam va aql-zakovatimdan foydalanaman, keyin esa katta
yutuqlarga erishaman
Barcha moddiy ambitsiyalarga erishilgan taqdirda ham,
bu faqat to'liq bo'lmagan baxtni beradi - va Xudoni topish
orqali men cheksiz quvonch manbalarini kashf etaman Va u
hech qachon oqib va oqishni to'xtatmaydi Ruhning bog'lari
va doim yashil o'tloqlarida
Uy: G'alaba maydoni

Agar inson butun umrini bir hayajondan keyin
ikkinchisini quvib o'tkazsa, u hech qachon chinakam
baxtning ta'mini bilmaydi. Sodda yashash va hayotga
osonlikcha yondashish kerak. Inson yolg'iz vaqt o'tkazishi,
vaqti-vaqti bilan o'z harakatlari haqida mulohaza yuritishi va
shifo, yoshartirish va yangi kuch keltiradigan ichki
.xotirjamlikni amalda qo'llashi tavsiya etiladi

Agar chalg'ituvchi narsalar doimo mavjud bo'lsa va
boshqa stimullar sezgilarni bombardimon qilsa, natijada
asablar zarar ko'radi, katta miqdordagi hayotiy energiya
behuda ketadi va ruh tarang va xafa bo'ladi. Bundan

tashqari, odam boshqalarni tuzatish bilan haddan tashqari
tashvishlanmasligi kerak; aksincha, odam boshqalarni
.tuzatishga urinishdan oldin o'zini tuzatishi kerak
Uy eng buyuk jang maydoni ekanligini biling. Uyida
.farishta bo'lgan odam har qanday joyda farishta bo'ladi
Ovozning yoqimlilik va olijanob xulq-atvordan kelib
chiqadigan xotirjamlik uyda boshqa joylarga qaraganda
.ko'proq kerak

Yorug'lik porlagan joyda zulmat qololmaganidek,
Xudoning nuri tana hujayralarida porlaganda kasallik zulmati
.ham yo'qolishi kerak va bu haqiqatni anglaydiganlar kam
Odamlar shifo topishni kuchli istak bilan his qilganda,
ular Xudo ularning ibodatlarini eshitmasligini o'ylab, bezovta
qalblar bilan yoki umidsizlik hissi bilan ibodat qilishadi yoki
ibodat qilishadi, lekin kutishmaydi, toki ibodatlari Xudoga
.yetib borganmi yoki yo'qligini bilishsin
Xuddi nosoz qabul qilgich yordamida efirda
uzatilayotgan musiqani tinglab bo'lmagani kabi, qo'rquv,
xavotir va har xil xavotir, shubha va noaniqlik bilan
ishlaydigan ruhiy apparat orqali Xudodan chiqadigan sog'liq,
.kuch va donolik tebranishlarini ham qabul qilib bo'lmaydi
Ey Rabbim, muhtojlik va farovonlik paytlarida, kasallik
va sog'liqda, zulmat va yorug'likda va har qanday sharoitda
Seni eslaylik va shukr qilaylik. Bizga bergan farovonlik
kunlarini minnatdorchilik bilan eslaylik. Barcha kasalliklar va
dardlarni davolaydigan muborak nuringni ko'rishimiz uchun
.bizga imon ko'zlarini ochishga yordam ber
Men ezgu fikrlar, ezgu niyat va samarali, foydali
faoliyatim kemasining kapitaniman. Men hayotim kemasini
boshqaraman, ko'zlarimni doimo chuqur tafakkur
.osmonimdagi porloq tinchlik sayyorasiga qadab turaman
Men qilayotgan barcha ishlarimda muvaffaqiyatga
erishish uchun ijodiy fikrlash qobiliyatlarimdan
foydalanaman. Agar o'zimga ham yordam berishga harakat
.qilsam, Xudo menga yordam beradi

Bugun men hayot bog'ini yangilangan kuch bilan
ishlayman va unga donolik, sog'liq, mamnuniyat va baxt
urug'larini sepaman. Urug'larni imon va o'ziga ishonch bilan
sug'oraman va menga adolatli hosil berishini Qodir
Tangrining marhamatini kutaman. Kutilgan hosilni yig'ib
olmasam ham, qo'limdan kelganicha harakat qilishdan kelib
chiqadigan xotirjamlik uchun minnatdor va minnatdor bo'lib
.qolaman

Men Xudoga shukur qilamanki, Uning marhamati bilan
muvaffaqiyatga erishgunimcha harakat qila olaman. Va
qalbidagi eng buyuk istakni amalga oshirganimda Unga
shukur qilaman. Men Xudoning roziligini izlab, faqat olijanob
.va munosib ishlarni qilishga intilaman
Dunyo tabiiy va insoniy bo'ronlarga to'la, Xudo esa bu
dunyoning bo'ronlari, dovullari va yovuzliklaridan
mustahkam qalqon va xavfsiz boshpanadir. Xudo qayerda
bo'lsa ham, qo'rquv va qayg'u yo'q. Haqiqiy mo'min hayot
jangida va voqealar kurashida qat'iy va mag'rur turadi, Xudo
u bilan ekanligiga, uni zarardan himoya qilishiga va uni bir
lahza ham tark etmasligiga amin. Shunday qilib, qo'rquv
uning qalbidan yo'qoladi va ishonch paydo bo'ladi, bu esa
.majburlab bo'lmaydigan himoyadir

Qo'rqmaslik Xudoga va Uning himoyasiga ishonishni,
shuningdek, Uning adolatiga, donoligiga, rahm-shafqatiga,
.sevgisiga va hamma joyda mavjudligiga ishonishni anglatadi

Qo'rquv insonni psixologik kuchidan mahrum qiladi,
ongini xiralashtiradi va yurakning tabiiy ritmlarini buzadi.
Bundan tashqari, qo'rquv jismoniy buzilishlar va psixologik
kasalliklarga olib kelishi mumkin. Inson xavotir va psixologik
qamalishlarga berilish o'rniga, o'zini hamma narsani
ko'ruvchi, hamma narsani eshituvchi Xudoning himoyasida
xavfsiz, Uning mustahkam qal'asida xavfsiz va Uning rahmati
.va g'amxo'rliigi bilan o'ralganligiga ishonch hosil qilishi kerak

Afrika o'rmonida bo'ladimi, jang maydonida bo'ladimi,
kasallik yoki qashshoqlikdan aziyat chekadimi, o'zini
Xudoning qo'li har qanday xavfdan kuchliroq va Undan
panoh izlaganlarni himoya qilishga qodir ekanligiga
ishontirishi kerak. Himoya qilishning bundan samarali
vositasi yo'q. Albatta, voqealar bilan kurashishda aqldan
foydalanish kerak, shu bilan birga ilohiy yordamga to'liq
ishonish kerak. Iymon hech qachon qiyinchiliklarga duch
kelganda ehtiyotsizlik qilish yoki aqlsiz harakat qilish degani
emas. Aksincha, nima bo'lishidan qat'i nazar, agar butun
qalbingiz, joningiz va his-tuyg'ularingiz bilan Unga murojaat
qilsangiz, faqat Xudo qiyin va sinovli vaziyatlarda yordam
.berishga qodir ekanligini o'ziga tasdiqlash kerak

Qiyinchiliklar ko'chki kabi tushganda, biz ularning
irodamizni falaj qilishiga yoki aniq tasavvurimiz va dono,
 mantiqiy yondashuvimizni yashirishiga yo'l qo'ymasligimiz
kerak. Aksincha, biz Xudoga bo'lgan imonimizni va to'g'ri va
 noto'g'ri tushunchamizni saqlab qolishimiz va chiqish yo'lini
topishga harakat qilishimiz kerak. Xudoning yordami bilan
biz buni topamiz. Oxir-oqibat, ishlar yaxshilanadi, chunki
Xudoning kuchi va mo''jizalari inson hayotining qarama-
qarshiliklari ortida yashiringan. Vaziyatning muqarrarligini
qabul qilmaydigan va buning o'rniga aql-idrok va imon bilan
parda ortiga kirishga harakat qiladiganlar o'zlari uchun eshik
ochilganini topadilar - har bir mo'min qo'l taqillatadigan
.eshik

Hayot zulmatga burkangan va ba'zan biz qoqilib, oldinga
siljishdan ikkilanamiz. Hayotning qorong'u yo'llaridan
yurganda, Xudoning nuri bizga yo'l ko'rsatuvchi chiroq
bo'lishiga yo'l qo'yishimiz kerak. Xudo johillik va zulmat
tunlarida to'lin oy, uyg'onish soatlarida nur quyoshi, yo'l-
yo'riq mayoqi va yer yuzidagi, o'tkinchi hayot dengizlarida
.kezib yuruvchilar uchun yo'l ko'rsatuvchi yulduzdir

Dunyoda muammolar davom etaveradi, shuning uchun
yo'l-yo'riq va yo'l-yo'riq uchun qayerga murojaat qilish
mumkin? Odatlar, xurofotlar, tarafkashliklar va fanatizm
ta'sirida bo'lgan insonning fikrlari hech qanday foyda
bermaydi va atrof-muhit, oila, mamlakat yoki dunyoning
ta'siri haqiqiy yo'l-yo'riq ko'rsatishga qodir emas. Shuning
uchun inson Xudoga murojaat qilishi va qalb tubidan
chiqayotgan xotirjam, osoyishta ovozni, haqiqat bilan uyg'un
.ovozni tinglashi kerak

Aqliy mulohaza va ma'naviy introspeksiya o'rtasidagi
farq

Agar inson o'zini nazariy bilimlar bilan dasturlashtirsa, u
maqollar va yuksak iboralarni takrorlaydigan yuruvchi
yozuvchiga o'xshaydi va boshqalar ularni o'rganilgan va
bilimli deb hisoblashadi. Ammo bunday bilim haqiqatni
to'g'ridan-to'g'ri idrok etish bilan mustahkamlanmaydi va
ma'naviy yutuqlar bilan tenglashmaydi. Bunday
intellektualizatsiya yoki intellektualizatsiya "men"ni hissiy
ongga bog'lab qo'yadi, uning o'zi jismoniy sezgilar bilan
cheklangan. Nazariy bilim ilohiy bilimga ega bo'la olmaydi va
qimmatli vaqtingizni haqiqatda qo'llay olmaydigan
nazariyalarga sarflamaslik tavsiya etiladi, aks holda odam
o'zini zich intellektual o'rmonda adashib, nazariya doirasidan
.tashqariga chiqa olmaydi

Bu jarayon haqiqatni bilishga olib kelmaydi, chunki
haqiqat fikrlar va nazariyalardan tashqarida va bu
yondashuvga amal qilganlarning ko'pchiligi o'zlarining
.sub'ektiv xulosalariga bog'lanib qoladilar

Agar inson aqliy qobiliyatlaridan faqat pul va moddiy
boyliklarga ega bo'lish uchun foydalansa, uning ongi moddiy
dunyoga tortiladi va cheksiz murakkabliklarga aralashib
ketadi. Shuning uchun, dono odamlar inson Xudo unga
bergan barcha aqliy qobiliyatlarini o'tkinchi narsalarga

intilishga bag'ishlamasligi kerakligini aytishadi, aks holda ular o'zlarini materializm labirintida yo'qotib, o'zlari uchun keraksiz cheklovlar va cheklovlar yaratib qo'ymaydilar. Buning o'rniga, ular aqliy qobiliyatlaridan hayot ehtiyojlarini qondirish uchun foydalanishlari va to'g'ri va noto'g'ri, zararli va foydali narsalarni farqlash uchun axloqiy qobiliyatlarini rivojlantirishga intilishlari kerak. Ular o'zlarining ma'naviy tushunchalarini rivojlantirganlarida, o'zlarida Xudoni his qila oladilar va materializmning zich pardalari ortida yashiringan ma'naviy haqiqatlarni aniqlay oladilar. Bu holat ma'naviy .introspeksiya deb ataladi

Bizning tashvishlarimiz qanday bo'lishidan qat'i nazar, Xudo hayotimizda doimo ustuvor o'rin tutishi kerak. Ma'naviy o'sishning eng muhim elementlaridan biri bu Xudo bilan doimiy, samimiy aloqadir, bu orqali siz shaxsan sizni chuqur taassurot qoldiradigan ajoyib, ijobiy o'zgarishlarga guvoh .bo'lasiz

Biror kishi spektakl ko'rishni, yangi kiyim yoki yangi mashina sotib olishni istasa, uning ongini doim band qilib qo'yishadi, shunday emasmi? Bu masalalar va ularga qanday erishish yoki erishish haqida nima deyish mumkin? U o'z orzularini ro'yobga chiqarmaguncha tinchlanmaydi va bu orzulariga erishish uchun tinimsiz mehnat qilishda davom .etadi

Shunday qilib, inson ongi Xudo haqida o'ylash bilan band bo'lishi kerak. Shunda barcha kichikroq istaklar Xudoni .his qilish va U bilan muloqot qilish istagiga aylanadi

Aql Xudoga sog'inchi qalb tubidan chiqadigan samimiy, g'ayratli pichirlashni pichirlaganda

Ruhning chaqirig'i kosmik qalbga ta'sir qiladi va javob .keladi, u bilan birga katta quvonch ham keladi

Intellectual pichirlash iroda kuchini rivojlantiradi, toki siz
kerakli maqsadga erishish uchun yetarli kuchga ega
bo'lguningizcha

Insonning ongi va irodasi Xudo bilan uyg'un bo'lganda,
ular cheksiz kuchga ega bo'ladilar, shuning uchun biror narsa
haqida o'ylashning o'zi uni amalga oshirish uchun yetarli
bo'ladi, chunki ilohiy qonun oliy iroda bilan uyg'un bo'lganlar
.foydasiga ishlaydi

Hayotimdagi barcha ajoyib yutuqlar Xudo bilan
uyg'unlikdagi ong kuchi orqali erishildi. Ilohiy generator
ishlayotganida, men xohlagan hamma narsa istisnosiz
amalga oshadi, avval ko'rinmas, efirdagi dizayn sifatida
shakllanadi, keyin esa haqiqatda qarshilik ko'rsatmaydigan
.kuch bilan namoyon bo'ladi

O'sish siri

Biz boshdan kechirgan har bir tajriba orqali o'sib
boramiz, agar ulardan qimmatli saboqlar olishimiz
mumkinligini anglasak. Chunki biz boshdan kechirgan har bir
.og'riq va azob-uqubatlarning ma'nosi va maqsadi bor

Sinovlarning qattiqligiga qaramay, ular temir rudasini
eritib, uni go'zal, mustahkam va ko'p qirrali po'latga
aylantiradigan olovga o'xshaydi. Tajribaning kuydiruvchi
alangasi orqali orttirgan donoligimiz chindan ham ajoyibdir.

Hayot bizni poklaydi, oddiy tabiatimizni qimmatbaho
elementlarga aylantiradi, bizga qalblarimiz toshlar kabi sof,
po'lat kabi mustahkam, ammo moslashuvchan va bardoshli,
qiyinchilik va mashaqqat bosimi ostida sinmasdan
.yashashga imkon beradi

G'azabdan buzilgan, shafqatsizlikdan yaralangan
yuzlarni ko'rganimizda, ularning nigohi bizni o'z qalbimizdagi
xunuklikni — yomon niyatlardan va ichimizdagi muborak

ilohiy tasvirni yashiradigan chuqur g'azablardan boshqa hech narsa bilan tegmagan qalbni — xuddi kuy oynani buzganidek, yovuz niyatlardan va chuqur g'azablardan boshqa hech narsa bilan tegmagan qalbni yo'q qilishga undaydi. Boshqalarning og'riqli harakatlari bizda o'z xatti-harakatlarimizni yaxshilash va o'zimizni nazorat qilish istagini uyg'otishi kerak, toki biz o'zimizning itoatsiz .ehtiroslarımızning xo'jayini bo'laylik, ularga qul bo'lmaylik

Yaxshi so'zlar ko'plab kasalliklar uchun ajoyib davodir, ular kuchli, deyarli sehrli, magnit kuchga ega bo'lib, so'zlovchiga mo'l-ko'l baraka va farovonlik keltiradi. Yumshatuvchi, muloyim so'zlarni ishlatadiganlar ular orqali uzluksiz oqayotgan nozik oqimni his qilishadi, ular mo'l-ko'l xotirjamlikka to'ladilar. Buning sababi, bu oqim uning yuqori manbasiga bog'liq, doimo oqadi va u bilan uyg'unlikda qalblarga yetib boradi. Shunda ular bu baxt oqimini .tinchlikka intilayotgan qalblarga yetkaza oladilar

Har kuni inson o'zining eng yaxshi ko'rinishini istagani uchun o'z yuzini ko'rish uchun oynaga qaraydi. Unda ular uchun har kuni o'zlari bilan turish va ichki tahlil oynasiga qarab, yaltiroq yuzaning ostida nima borligini aniqlash qanchalik muhimroq! Chunki tashqi jozibali har bir narsa o'zining jozibasini ichki "men"dan oladi. Va hech narsa qalbning sof oynasini g'azab, xafagarchilik, hasad va nafrat kabi psixologik buzilishlar kabi dog'lantirmaydi. Kimki o'zini ruh tabiatiga begona bo'lgan bu birikmalardan xalos bo'lishga intilsa, ichki go'zallik nuri ichkaridan tarqalishiga .yo'l qo'yadi

Tahlil orqali biz inson muammolari uch xil ekanligini aniqlaymiz: inson tanasiga hujum qiladigan muammolar va kasalliklar, ongga hujum qiladigan boshqalar va ruh yo'llarini .to'sadigan uchinchi toifa mavjud

Kasallik, qarilik va o'lim tana duch keladigan qiyinchiliklar va to'siqlardir. Biroq, ruhiy kasalliklar onga qayg'u, qo'rquv, g'azab, bostirilgan istaklar, nafrat, nafrat, hissiy obsessiyalar, qizg'in asabiy qo'zg'alish va aqliy qobiliyatlarni falaj qiladigan psixologik saraton orqali kirib boradi. Biroq, eng xavfli kasallik - bu johillikda namoyon bo'ladigan ruh kasalligi bo'lib, undan boshqa barcha .kasalliklar kelib chiqadi va tarqaladi

Dunyoda yaxshilik yomonlikdan ko'ra ko'proq

Shubhalar paydo bo'lganda, biz buyuk insonlarning hayotini eslashimiz kerak. Biz inson ekanligimiz rost, lekin Xudo bizga kamdan-kam foydalanadigan favqulodda kuchlarni ato etgan. Xo'sh, nega qarilik, kasallik va qayg'udan qo'rqib titraymiz? Biz tanamizga g'amxo'rlik qilish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz kerak, lekin qo'rquvga berilib ketmasligimiz yoki o'zimizni johillik uyumlari ostiga .ko'mmasligimiz kerak

Tana butun inson emas

Bu dunyoda yaxshilik yomonlikdan ustun turadi, chunki Xudo eng oliy kuchdir. Lekin bizga yomonlik tushganda, biz uni nazorat qilishga yoki uning ta'siridan qochishga kuchimiz .yo'q deb o'ylaymiz

Yovuzlik bo'ronlari esishi aniq, ammo biz ularning .ta'sirini yengib, ular ustidan ko'tarila olamiz

Bizga hayot yo'q qilish uchun emas, balki bizga abadiyat ongini singdirish uchun berilgan va biz bu haqiqatni yodda .tutishimiz kerak

Fikr erkinligisiz inson o'zini sof, o'z-o'zidan va tabiiy tarzda ifoda eta olmaydi. Esingizda bo'lsin, siz tubdan .erkinsiz. Iroda kuchi har doim erkindir

Agar siz irodangizdan to'g'ri foydalansangiz, bu siz
uchun yaxshi karma yaratadi, lekin ko'pchilik odamlar
o'zgarishni xohlamaydilar va harakat qilishni xohlamaydilar,
shuning uchun ular qiyinchiliklar oldida yiqilib,
.qiyinchiliklarga dosh berolmaydilar

O'zingiz xohlagan narsani qilish erkinlik emas, chunki
odamlar o'z xohish-istaklari bilan bog'langan va shuning
uchun ularning harakatlarini umuman erkinlik deb atash
mumkin emas. Haqiqiy erkinlik hamma narsani donolik bilan
boshqariladigan iroda bilan bajarishni anglatadi. Agar inson
o'z irodasini faollashtirsa va uni yaxshi va foydali ishlar
uchun ishlatsa, o'tmishdagi harakatlarining oqibatlarini
nazorat qila oladi, bu esa muqarrar ravishda ularga
ergashadi. Agar siz harakatlaringizni aql va iroda bilan
amalga oshirsangiz, avvalgi noto'g'ri harakatlaringizning
kuchlari zaiflashadi va yaxshi harakatlaringizdan kelib
.chiqadigan odatlar kuchayadi

Biz doimo o'zimizga yetishmaydigan narsani xohlaymiz
va keraksiz narsalarga bog'lanib qolamiz. Biror narsa bizni
egallab olgandan so'ng, biz vaqtincha iroda erkinligimizni
yo'qotamiz. Xuddi sharqliklar qadimgi urf-odatlar qulligida
bo'lgani kabi, g'arbliklar ham zamonaviy urf-odatlar qulligida.
.Biz o'z taqdirimizni yaratamiz va unga bog'lanib qolamiz

Nima uchun bir bola yovuz oilada tug'iladi, boshqasi esa
yaxshi oilada tug'iladi? Ularning har biri o'z erkinligidan
foydalanib, o'tmishda (avvalgi hayotda) ma'lum bir tarzda
yashashgan va shu tariqa bu hayotda o'zlariga shunday
.holatlarni keltirib chiqarishgan

Xudosiz haqiqiy erkinlik yo'q. Biz Uni doimo o'ylashimiz
kerak. Bizning tashvishlarimiz va fikrlarimiz qanday
bo'lishidan qat'i nazar, Xudo qalbimizda birinchi o'rinni
egallashi kerak va biz U bilan chinakam
uyg'unlashganimizda, bizga Uning ilohiy yordami bilan

istalgan vaqtda bajarishimiz kerak bo'lgan narsani amalga
.oshirish qobiliyati beriladi

Shogird uchun maslahat

Talabalardan biri o'qituvchi Paramhansadan o'zini takomillashtirish bo'yicha ba'zi maslahatlar berishini so'radi va u shunday dedi: Agar sevilishni istasangiz, avval sizning .sevgingizga muhtoj bo'lgan boshqalarni sevishdan boshlang

Va agar siz boshqalardan kutsangiz, ularga sodiq va .sodiq bo'ling, shunda ular sizga sodiq bo'lishadi

Agar boshqalarning yomon niyat va ayyorlik bilan harakat qilishiga to'sqinlik qilmoqchi bo'lsangiz, yolg'onning o'z fikrlaringizga singib ketishiga yo'l qo'ymang va .boshqalarga zarar yetkazadigan tarzda harakat qilmang

Agar boshqalarning sizga hamdard bo'lishini istasangiz, ularga, ayniqsa atrofingizdagilarga nisbatan hamdardlik .ko'rsatishdan boshlang

Agar boshqalar sizni hurmat qilishini istasangiz, yoshlarga ham, qarilarga ham hurmat ko'rsatishingiz kerak

Agar siz boshqalardan tinchlik istasangiz, uyg'unlikda yashashingiz kerak

Agar odamlarning dindor bo'lishini istasangiz, ruhiy tabiatga ega bo'ling va boshqalarga sizning yaxshi o'rnak ekanligingizni, sizga ishonishlari va ishonishlari mumkinligini .his qilishlariga imkon bering

Xulosa qilib aytganda, boshqalarning ko'rsatishini istagan barcha narsalaringiz. Yaxshi fazilatlardan biri bu avvalo uni hayotingizda namoyish etishdir, shunda odamlar .sizga ham xuddi shunday munosabatda bo'lishlarini ko'rasiz

Agar siz hayotingizda qaysi sohalarni yaxshilash kerakligini tushkunlikka tushmasdan yoki o'zingizni past his qilish kompleksini rivojlantirmasdan aniqlay olsangiz va o'z xarakteringizni yaxshilash ustida doimiy ishlasangiz, unda bunga sarflaydigan vaqtingiz boshqalarning o'zlarini yaxshilashlarini istashga sarflashdan ko'ra ancha samaraliroq bo'ladi. Sizning ijobiy namunangiz va sog'lom xulq-atvoringiz boshqalarni o'zgartirish uchun faqat sizning xohishingiz, g'azabingiz va so'zlaringizdan ko'ra ko'proq .kuchga ega

Ey Rabbim, Sen barcha yaxshiliklarning manbai va barcha kuchlarning manbaisan. Bizga baraka ber, toki biz Sening ne'matlaringni sog'lig'imizda, intellektual intilishlarimizda va ma'naviy ifodalarimizda aks ettira olaylik. Sen yulduzlardagi nur, atomlardagi energiya, qalblardagi mehr va haqiqatdagi go'zalliksan. O'zimizni Sening oliy kushing, cheksiz donoliging va cheksiz haqiqiyliğing bilan .to'ldirishga yordam ber

Rabbim, keling, Sening sog'liq manbai, hayot okeani va barcha tushuncha va bilim manbai ekanliğingni anglaylik. Bizni johillik va uning oqibatlaridan, qo'rquv va xavotirlardan ozod qilgin va donoliging toshqini hayotimizdagi barcha axlat .va vayronalarni supurib tashlasin

Ey Rabbim, yuzingni bizdan yashiradigan pardalarni yirtib tashla. Seni hayotimiz ufqidagi son-sanoqsiz quyoshlar kabi yorqin nur sifatida ko'rishimizga ijozat ber. Seni fikrlarimizni ilhomlantiradigan, ruhimizni oziqlantiradigan, tanamizni qo'llab-quvvatlaydigan va orzularimizni ro'yobga chiqaradigan doimiy yangilanadigan kuch sifatida his .qilishimizga ijozat ber

Omin

Ko'p odamlar nima uchunligini bilishmaydi. Bu yer yuzida mavjud bo'lganlaridan beri ular hayotning maqsadi istaklarning ro'yobga chiqishi, hayot ehtiyojlariga erishish, zavq va insoniy sevgini izlash va oxir-oqibat oxirgi .chaqiruvchiga taslim bo'lish deb hisoblashadi

Odamlar o'z hayotlarini dasturchilar sifatida o'tmishda amalga oshmagan o'ziga xos moyillik va istaklar bilan boshlaydilar va ular - qolgan ozgina erkin irodalari bilan - boshqalarning istaklari va harakatlariga taqlid qilishga harakat qiladilar, agar ular biznesmenlar bilan muloqot qilsalar, ular kabi bo'lishni xohlashadi va agar ular rassomlar bilan muloqot qilsalar, san'at ular uchun hamma narsaga .aylanadi

Xudo bu dunyoda amaliy bo'lishimizni xohlaydi. U bizga ochlikni qondirish uchun ishlashimizni talab qiladigan ochlikni berdi, lekin faqat oziq-ovqat, boshpana, pul va mol-mulk izlash insonning o'z baxtining manbasini unutishiga olib .keladi

To'g'ri, biz ehtiyojlarimizni qondirish uchun ishlashimiz va qonuniy maqsadlarimizga erishishga intilishimiz kerak, lekin birinchi navbatda, qalbimizni Xudoga ochishimiz va qilayotgan barcha ishlarimizda Uning yo'l-yo'rig'i va roziligini izlashimiz kerak. Shunda biz hayot maktabida albatta muvaffaqiyat qozonamiz, chunki biz yo'l-yo'riqni bizga nima kerakligini va biz uchun nima eng yaxshi ekanligini biladigan Oliy Menejer va Ta'minlovchidan olamiz. Shuning uchun biz Unga ishonishimiz va Uning dono irodasiga bo'ysunishimiz .kerak

O'qituvchi Paramahansaning ma'ruzalaridan

Qalbning ichki baxti o'tkinchi shahvoniy zavqlarning qalin qatlami bilan qoplanganda, ruhning oltin nuri xiralashadi va qalbning shaffof qobiliyatlari materiya zichligi

ortida yashirinadi. Ong hasad va hasadga tortilganda va qo'rquv va xavotir bulutlari bilan qoplanganda, odam baxtsiz, baxtsiz va mag'lub bo'ladi. Ammo bir xil e'tiborni sevgi, tinchlik va uyg'unlikka qaratganda, odam chuqur .baxtni boshdan kechiradi

Ruh azob-uqubat va baxtsizlik bilan aralashgan jismoniy istaklardan ulug'vor zavqlarga to'la ruhning shaffof .fazilatlariga o'tganda baxtni his qiladi

Agar ruh qo'pol dunyoviy zavqlarga to'liq g'arq bo'lsa, u yuksak quvonchlarga intilishga befarq bo'lib qoladi va ma'naviy zavqlarni boshdan kechira olmaydi. Ko'pchilik bu dunyoda yoki faqat moddiy narsalar atrofida fikrlaydigan odamlar orasida yashayotganda moddiy zavqlardan voz kechish deyarli imkonsiz deb ta'kidlashi mumkin. Biroq, oddiy odamdan dunyoni tark etib, xotirjamlik va osoyishtalikni topish uchun tog'lar va o'rmonlarga chekinishi shart emas. Aksincha, ular bu dunyoda qolishlari kerak, uning kuchli oqimlari ularni olib ketishiga yo'l qo'ymasliklari kerak, aks holda ular bu hayotning notinch to'lqinlari .tomonidan bosib olinmaydi

Inson atrof-muhitga salbiy munosabatda bo'lmasligi kerak va shu bilan birga, moddiy narsalarga berilib ketish uning ko'zlarini ko'r qilib qo'yishiga yo'l qo'ymasligi kerak, aks holda u o'zining ma'naviy tabiati bilan aloqani yo'qotib, saodat quvonchini tatib ko'ra olmasligi va ilohiy nurlarga .guvoh bo'la olmasligi kerak

Hayot, o'zining mohiyati, tarkibiy qismlari va maqsadlari bilan, tushunish qiyin, ammo hal qilishning iloji yo'q emas, va biz progressiv fikrlashimiz bilan uning ba'zi sirlarini har kuni .hal qilamiz

Bu davrdagi aniq ilmiy tamoyillarga asoslangan qurilmalar, albatta, ta'sirchan va fan olib keladigan kashfiyotlar bizga hayotni qanday yaxshilash mumkinligi

haqida aniqroq tasavvur beradi. Ammo bizda mavjud bo'lgan barcha uskunalar, ixtirolar va strategiyalarga qaramay, biz hali ham taqdir qo'lidagi qo'g'irchoqlarga o'xshaymiz va oldinda yo'l hali uzoq. Tabiat nazoratidan ozod bo'lishimizdan oldin

Albatta, tabiat qo'lida yashash erkinlik emas. Biz suv toshqinlari, dovullar yoki zilzilalar qurboni ekanligimizni his qilganimizda yoki voqealar bizdan - mantiqiy sababsiz - qalbimizga yaqin yaqinlarimizni tortib olganda, g'ayratli ongimiz ojizlik hissi bilan chalkashib ketadi va kishanlanadi.

Shunda biz ko'p g'alabalarga erisha olmaganimizni va noqulay vaziyatlarni yengib o'tolmaganimizni anglaymiz. Chunki hayotni xohlaganimizdek qilish uchun barcha sa'y-harakatlarimizga qaramay, bu yer yuzidagi sahnada har doim ma'lum holatlar paydo bo'ladi va voqealar biz kam biladigan, fikrlarimiz va irodamizdan butunlay mustaqil ishlaydigan qudratli ong tomonidan boshqariladi. Biz qila oladigan eng yaxshi narsa - bu ishlash va ba'zi .yaxshilanishlar qilishdir

Biz bug'doy yetishtiramiz va un tayyorlaymiz, lekin birinchi urug'ni kim yaratgan? Biz undan non yeymiz, lekin tanamizga uni hazm qilish qobiliyatini kim bergan? Va ?ovqatni qanday qilib ozuqaga aylantirish mumkin

Hayotning har bir burchagida ajralmas ilohiy qo'l borgan o'xshaydi. Biz usiz ishlarimizni boshqara olmaymiz va bizda mavjud bo'lgan barcha ishonchlarga qaramay, yurak qachon ishlashni to'xtatishini bilmaymiz. Shuning uchun oliy ilohiy kuchga jasorat bilan ishonish va biz namuna bo'lgan qudratli kuchdan kelib chiqadigan yuqori "men"imizga tayanish .zarurati tug'iladi

Biz mag'rurlikdan xoli iymonga ega bo'lishimiz va hayot yo'llarida ishonch bilan yurishimiz kerak

Vahima va titroqsiz, qayg'u va qamoqsiz

Allergiya bilan kurashish

Ta'sirchanlikni yengish nozik san'atdir va muvozanatli va har tomonlama rivojlangan shaxsni rivojlantirish uchun .reaksiya tezligini nazorat qilish muhimdir

Ta'sirchanlik noto'g'ri tushunish, pastlik kompleksi, .bo'rttirilgan mag'rurlik va bo'rttirilgan egodan kelib chiqadi

Biror kishi his-tuyg'ulari xafa bo'lgan deb o'ylasa, bu fikr uning ongida ildiz otadi, asablarini qo'zg'atadi, keyin esa asablar taranglashadi va isyonkor bo'ladi. Yaralangan his-tuyg'ular tufayli qalbida g'azab alangalanadi. Biroq, ba'zi odamlar his-tuyg'ularini nazorat qilish qobiliyatiga ega, shuning uchun ularning tashqi belgilari ichidagi kuchli g'azabga qaramay ko'rinmaydi. Boshqalar esa o'z g'azablarini darhol reaksiyalar, ko'z mushaklari va yuz ifodalarida namoyon bo'ladigan va o'tkir, kodlangan og'zaki .javoblar orqali ifoda etadilar

Haddan tashqari hissiyotlilik jiddiy oqibatlariga olib keladi; bu vaziyatni murakkablashtiradi va boshqalarga salbiy ta'sir ko'rsatadigan kiruvchi beqarorlikni keltirib .chiqaradi

O'zini tuta bilish va xotirjamlikni namoyon etishga, keskinlik o'rniga tinchlikni targ'ib qiluvchi va stress tutunlarini yo'qotadigan o'zaro tushunish va uyg'unlik muhitini yaratishga harakat qilish kerak. Buni qilganlar o'z taqdirlarining xo'jayini bo'ladilar va atrofdagilar tomonidan .qadrlanadi va hurmatga sazovor bo'ladilar

Haddan tashqari sezgirlik ko'pchilik odamlarga xos xususiyatdir va bu mantiqsiz tuyg'u avj olganda, u tushunchani ko'r qiladi va donolik ko'zlarini xiralashtiradi. Bundan ham yomoni, haddan tashqari sezgir odam o'zini

mukammal o'ylayotganiga, his qilayotganiga va harakat qilayotganiga ishonadi, aslida esa ularning xatti-harakatlari !butunlay noto'g'ri bo'lishi mumkin

Ko'p odamlar tanqid qilinganda o'zlariga achinishlari kerak deb hisoblashadi va o'ziga achinish ularga biroz yengillik beradi. Ammo giyohvandlar singari, ular qancha .ko'p qabul qilsalar, giyohvandlik shunchalik kuchli bo'ladi

Juda sezgir odam ko'pincha keraksiz azob chekadi.

Ko'pincha hech kim o'zining qayg'usining sababini yoki shikoyatining mohiyatini bilmaydi, bu esa o'zini o'zi yakkalab qo'yganida azob-uqubatlarning kuchayishiga olib keladi. Idrok qilingan haqoratlar yoki tanqidlar haqida jimgina o'ylab, hech narsaga erishib bo'lmaydi. Bunday o'ta sezgirlikning asosiy sabablarini ob'ektiv tahlil va o'zini .nazorat qilish orqali hal qilish ancha yaxshi

Bu turdagi nosog'lom allergiya jiddiy oqibatlariga olib keladi; u yurakni olov kabi yoqib yuboradi va tinchlik to'qimalarini yo'q qiladi. Shuning uchun, bunga oqilona, . mantiqiy va qat'iy iroda bilan yondashish kerak

Men hammaga xizmat qilish uchun astoydil harakat qilaman, lekin mulohaza yuritish uchun yolg'izlikka chekinganimda, hech kimning mulohazalarimni buzishiga yo'l qo'ymayman. Boshqa ishlar kutishi mumkin, ammo Xudo bilan bo'lgan kundalik uchrashuvim e'tiborsiz qoldirilmasligi .yoki e'tibordan chetda qolmasligi kerak

Biror harakatni amalga oshirishdan oldin, to'xtab, oqibatlarini va ularning ongingizga, tanangizga va ruhingizga ta'sirini diqqat bilan ko'rib chiqing. Majburiyat bilan boshqariladigan harakatlar ozodlik emas, chunki uyg'unlik va taraqqiyot qonunlariga zid harakatlar shaxsni cheklaydi.

Aksincha, aql-idrok bilan va vijdonga muvofiq amalga
.oshirilgan harakatlar fazilatli va ozodlik keltiradi

Yaxshi ish qilishga yoki yomon ish qilmaslikka qaror
qilsangiz va shu qaroringizga sodiq qolsangiz va shunga
.muvofiq harakat qilsangiz, bilingki, sizning erkinligingiz ko'p

Xudo bizga berilgan tanlov erkinligidan Uni izlash va
topish uchun foydalanishimizni xohlaydi, lekin U O'zini bizga
.majburlashni xohlamaydi

Xudoga yaqinlashish va Uni bilish istagi o'z-o'zidan
paydo bo'lmaydi, lekin uni faollashtirish va rivojlantirish
.kerak. Bu istaksiz hayotning qadri yoki ta'mi yo'q

Ma'naviy tushunchangiz fikrlash tarzingizga yo'l-yo'riq
ko'rsatsin va qayerga borsangiz ham muvaffaqiyat sizga
ergashadi

Xudoga ovozimni, qo'llarimni, oyoqlarimni, yuragimni,
tanamni, his-tuyg'ularimni, irodamni va hamma narsani
bag'ishlayman

Sevgi barcha urushlarni tugatadigan ruhiy quroldir

Bu yerdan tashqarida cheksiz olamlar bor, u yerda bizni
abadiy tark etgan deb o'ylagan odamlar bilan yana
.uchrashamiz

Bu dunyoviy hayot doimo o'zgarib turadi, qayg'u
orqasidan qayg'u xayollar ustiga xayollar keladi. Ongimiz
cho'lida paydo bo'ladigan bu sarob yo'q bo'lib ketishi kerak
va biz materiyaning zich pardalari ostidan haqiqiy
.o'zligimizni uyg'otishimiz kerak

Umidlaringizni bu hayotga bog'lashga urinmang
Kafolatingiz qayerda? Siz faqat Xudoning bilimiga panoh
.topsangizgina xavfsiz bo'lasiz

Ruhning mohiyati tuproq ostida ko'milgan qadimgi oltinga o'xshaydi. Tuproq oltindan ajratib olinib, tafakkur suvi bilan yuvilganda, u to'liq poklik va ravshanlik bilan yangidan .porlaydi

Ey Rabbim, yaxshilikni ko'raylik, sog'lom fikrlarni o'ylaylik va yaxshi xulqlilar bilan muloqot qilaylik. Ey barcha solihlik manbai va barcha yaxshiliklarning manbai bo'lgan Sen, Sen haqingda o'ylashimizga va Sen haqingda mulohaza .yuritishimizga yordam ber

Zaiflikdan ozodlik

Zaiflikni yengishning eng yaxshi usuli - bu haqda o'ylashni to'xtatish; aks holda, zaiflik g'oyasi sizning ongingizni egallab oladi va ichki dunyongizni egallaydi. O'zimizga yorug'lik keltirganimizda, zulmat hech qachon .bo'lmagandek yo'qoladi

Bu fikr menga ajoyib ilhom bag'ishlaydi

Ming yillar davomida zulmat qoplagan g'orga yorug'lik kiritilganda, zulmat darhol yo'qoladi. Xuddi shunday, biz Xudoning nurini ongimizga kirishiga yo'l qo'yganimizda zaifliklar va xatolar yo'qoladi va johillik zulmati qola olmaydi. .Bu biz yashashimiz kerak bo'lgan falsafa

Kechiktirish befoyda Hayot g'ildiragi hech qachon aylanishdan to'xtamaydi va hayotimizning kunlari tez o'tadi Aniq fikrlashga va oqilona harakat qilishga sarflagan har bir .daqiqamiz baxtimizga muvaffaqiyatli va foydali sarmoyadir

Ko'p odamlar butun hayotlarini pul, jinsiy aloqa va shon-sharaf haqida o'ylash bilan o'tkazadilar va kamdan-kam hollarda ularga xotirjamlik keltiradigan va xabardorlikni yuqori darajaga ko'taradigan muhim narsalarga e'tibor .qaratadilar

Insonning roli qanchalik kamtarona bo'lishidan qat'i nazar, agar u vaqtini oqilona sarflashni va fikrlarini to'g'ri yo'nalishga yo'naltirishni bilsa, u Xudoning nazarida .muvaffaqiyatli hisoblanadi

Xudoning nuri insonga tushganda, u hech narsaga muhtoj emasligini his qiladi, chunki uni qamrab olgan quvonch uning barcha orzularini ro'yobga chiqaradi va bu hayotda o'zini eng boy va eng baxtli deb his qilishiga sabab .bo'ladi

Yorug'lik tunneli

Ma'naviy ongi ma'rifiy fikrlar, yaxshi amallar, mehrli his-tuyg'ular va chuqur mulohaza bilan uyg'onganlar, tanadan ketishlarining oxirgi daqiqasida ruhiy ko'z orqali his qilishlari mumkin. Yer yuzidagi sayohatlari davomida yogilar materiya va ruh o'rtasidagi chegarada ruhiy ko'zning tunnelini ko'rishni mashq qiladilar va Yerni tark etish paytida ular bu nurli tunnelga kirib, bu dunyodan Xudoning cheksiz yorug'lik, quvonch, tinchlik va mutlaq erkinlik olamiga o'tishlari .mumkin

{Nur ustiga nur}

Tananing chirog'i - bu [ruhiy] ko'zdir

Agar ko'zingiz bitta bo'lsa

Shunda butun tanangiz nurga to'ladi

Va yorug'lik zulmatda porlaydi, va zulmat buni bilmas}

{edi

Altruizm - bu boshqalarning qayg'ularini his qilish, ularga yaqinlashish, ular bilan muloqot qilish, ularning baxtsizliklarida ularni chin dildan yupatish, quvonchlaridan quvonish va ulardan qo'rquv, ehtiyoj va xavotir arvohini .uzoqlashtirish uchun qo'limizdan kelganini qilishdir

Altruizm ruhiga ega bo'lgan kishi cheklangan hisob-kitoblar va umidlarga asoslanib harakat qilmaydi, balki o'zining aql-idroki va sog'lom mulohazasidan foydalanib, o'ziga va boshqalarga yordam berishga kirishadi, erishgan muvaffaqiyati uchun Xudoga shukur qiladi. Agar u bir yoki bir necha marta muvaffaqiyatsizlikka uchrasa, tushkunlikka tushmaydi, aksincha, qat'iyatliroq bo'ladi, sa'y-harakatlarini ikki baravar oshiradi va urinishni takrorlaydi, yangi g'oyalar va kanallarni o'rganadi, aql nuri bilan boshqariladi va maqsadiga va ezgu maqsadiga erishguncha Xudodan .yordam so'raydi

Boshqalarni baxtli qilish uchun harakat qiladigan kishi Xudo tomonidan ichki ruhiy tasalli hissi bilan baxtli qilinadi. Agar u yordam bermoqchi bo'lganlar uchun biror narsani yo'qotsa, uni yo'qotish deb hisoblamaydi, chunki buning evaziga u Xudoning roziligi va xotirjamligini oladi. U sevish, ishlash, berish va insoniyat dalalariga yaxshilik va tinchlik .urug'larini ekish uchun yashaydi

Kimki o'z fikrlari va his-tuyg'ularida shaxsiy dunyosidan tashqariga chiqsa, u o'z ongini kengaytiradi, hamdardligini oshiradi va dunyo uning uyi, insoniyat esa uning oilasi ekanligini his qiladi. U bu yerda yashashining maqsadi boshqalarni isloh qilishdan oldin o'zini isloh qilish ekanligini tushunadi, chunki o'zini isloh qilgan kishi boshqalarga o'z hayotining namunasi orqali o'zlarini isloh qilishga yordam beradi. Harakatlar boshqalarning qalbiga so'zlardan ko'ra .chuqurroq ta'sir ko'rsatadi va chuqurroq ta'sir ko'rsatadi

Qisqa to'xtash joylari

:Samimiylikning yorqinligi

Ba'zi odamlar muammolaridan tabassum bilan qochishga harakat qilishadi, ammo bunday qochish uchun ikkiyuzlamachilik va yolg'ondan xoli bo'lgan sof vijdon kerak.

Inson o'zi va boshqalar bilan halol muomala qilganda, olijanoblik va halollik bilan harakat qilganda, ularning ko'zlari tiniqlashadi va ulardan noyob nur - samimiylilikning aniq nuri .taraladi

:Halollik

Ba'zi odamlar halollik nomi bilan ko'p narsalarni aytishadi, lekin siz hamma bilan hamma narsa haqida gaplasha olmaysiz. Siz maslahat va yo'l-yo'riq ko'rsatganingizda, ba'zi odamlar sizning so'zlaringizni noto'g'ri tushunishadi va aytganlaringizdan hech narsa olishmaydi; bu behuda harakat va qadrlanmagan harakatdir. Bunday hollarda sukut saqlash oltin, lekin bu hech qanday .holatda noto'g'ri ish haqida jim turishni anglatmaydi

:O'z-o'zini uyg'unlashtirish

O'z-o'zini uyg'unlashtirish chindan ham ajoyib. Ko'p odamlar boshqalar bilan uyg'unlikda bo'lish qanchalik qiyinligini bilishadi, lekin siz hech qachon o'zingiz bilan uyg'unlikda bo'lish haqida o'ylab ko'rganmisiz? Bu nihoyatda qiyin, ammo mumkin. Agar o'zingizni tahlil qilsangiz, doimo o'zingiz bilan ziddiyatda ekanligingizni ko'rasiz. Agar o'zingizni sevmasangiz, boshqa hech kimni sevmaysiz. Agar inson o'zi bilan uyg'un bo'lmasa, u qanday qilib boshqalar ?bilan uyg'unlikda bo'lishi mumkin

O'z-o'zini uyg'unlashtirish dunyo bilan uyg'unlik uchun juda muhimdir. Shuning uchun o'zingizni qadrlash va sevish juda muhim, chunki siz bu sevgiga loyiqsiz. O'zingizni sevish kerak, chunki Xudo bizni yaratgan va bizga olijanob salohiyat bergan. Bu ichki "men"ni, fazilatlarga to'la bu mohiyatni sevish olijanob xulq-atvorga ilhomlantiradi va ongni iflosliklardan, qalbni esa yovuzlik va xafagarchilikdan .tozalaydi

:Adabiy kompasni kalibrlash

Inson vijdonini alday olmaydi, noto'g'ri xatti-harakatni oqlay olmaydi yoki noto'g'ri xatti-harakatlarning oqibatlaridan qochib qutula olmaydi, hatto boshqa sayyoraga sayohat qilsa ham. Insonning harakatlarining natijalari unga hamroh bo'ladi va u o'z yo'nalishini to'g'rilashi va axloqiy kompasni sozlashi kerak, shunda uning strelkasi .doimo to'g'ri yo'nalishga ishora qiladi

Ba'zi odamlar eng yomon sharoitlarda yashaydilar, ammo shunga qaramay, o'zlari bilan juda uyg'un, boshqalari esa barcha imkoniyatlarga va kerakli narsalarga ega, ammo shunga qaramay, o'zlari bilan doimiy ziddiyatda. Shuning uchun, vaziyat o'zgarishini kutmaslik kerak. Atrofingizdagi muhitga qaramay, o'zingizni yaxshi ekanligingizga .ishontiring, bu siz xohlagan narsadan farq qilishi mumkin

Kim o'zini vaziyatning irodasiga topshirsa, u narsalarning o'zgarishini kutadi va uning kutishi uzoq davom .etadi

Aytishlaricha, bir kishi o'n sakkiz tilda ravon so'zlasha olardi, ammo u shunchalik kambag'al ediki, yoniga chiroq olib o'qishga puli yo'q edi. Shuning uchun u burchakka borib, ko'cha chiroqi ostida o'tirib o'qirdi. Darhaqiqat, iroda vositalarini yaratadi, imkoniyatlarni yaratadi, umidni yangilaydi, vazifalarni bajaradi va istak va orzularni ro'yobga .chiqaradi

Xudoni biladiganlar bilan haqiqiy muloqot ular bilan shaxsiy aloqa, ularning yozuvlarini mulohazali o'qish yoki ular haqida chuqur va do'stona mulohaza yuritish orqali amalga oshirilishi mumkin. Esda tutish kerak bo'lgan muhim narsa bu ularning ongi bilan uyg'unlikda, bu esa Xudo bilan .uyg'unlikda

Biz ongimizni Xudoni sevadigan buyuk qalblar bilan uyg'unlashtirganimizda, bu uyg'unlik asta-sekin hayotimizni juda ajoyib tarzda o'zgartiradi. Bu uyg'unlik irodani qul qilmaydi, balki uning doirasini kengaytiradi va kuchini mustahkamlaydi. Bu egoga to'la va ular erisha oladigan narsalar bilan band bo'lgan odamlar bilan uyg'unlikda bo'lish bilan ular bilan uyg'un bo'lganlarning qalbida ilohiy sevgini berish va uyg'otishni maqsad qilgan Xudo va insoniyatni sevuvchilar bilan uyg'unlikda bo'lish o'rtasidagi farqdir. Bu muborak shaxslarning magnetizmi bizni ilohiy magnetizm .bilan yaqin aloqada qiladi

Shuni yodda tutishimiz kerakki, biz o'z ehtiyojlarimizni qondirishga intilar ekanmiz, boshqalarga ham kerakli narsalarni olishga yordam berishimiz va hayotdagi yo'limizda duch keladigan yaxshi narsalarni kambag'allar bilan baham ko'rishimiz kerak. Keling, global oilaning ajralmas qismi ekanligimizni va bu katta oilasiz yashay olmasligimizni yodda .tutaylik

Duradgorlar, ixtirochilar, fermerlar va boshqalarsiz hayot qanday bo'lar edi? Xudo bizdan boshqalar haqida o'ylashimizni va ularga hamdard bo'lishimizni xohlaydi. Boshqalarni hisobga olmasdan faqat o'zimiz uchun yashash katta xatodir. O'z baxtimiz haqida o'ylaganimizda, boshqalarning baxti haqida ham o'ylashimiz kerak. Biz global oilaning farovonligi uchun bor narsamizni berishimiz shart emas, chunki bu mumkin emas. Aksincha, biz boshqalarga hamdard bo'lishimiz va ularga yordam berish va ularning yukini yengillashtirish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz .kerak

Muvaffaqiyat va qalbning qoniqishi o'rtasida, shaxs .yashaydigan muhit doirasida bog'liqlik mavjud

Haqiqiy muvaffaqiyat solihlik tamoyillariga muvofiq xulq-atvor natijasidir va u shaxsiy qoniqishning ajralmas qismi

sifatida boshqalarning baxti va farovonligini o'z ichiga oladi. Ushbu tamoyilni o'zining moddiy, aqliy, axloqiy va ma'naviy hayotiga qo'llaydigan har bir kishi muvaffaqiyatning ushbu .ta'rifini to'liq va keng qamrovli deb topadi

Odamlar hayotdagi maqsadlariga qarab muvaffaqiyat haqida turli yo'llar bilan o'ylashadi. Ba'zan ba'zi odamlar buni o'g'irlik bilan tenglashtiradilar va "U muvaffaqiyatli o'g'ri!" kabi gaplarni aytishadi. Bu shuni ko'rsatadiki, hamma muvaffaqiyat ham orzu qilingan narsa emas; bizning .muvaffaqiyatimiz boshqalarga zarar yetkazmasligi kerak

Muvaffaqiyatning yana bir sharti - nafaqat o'zimizga uyg'unlik va ijobiy natijalarni olib kelish, balki biz bu .afzalliklarni boshqalar bilan ham baham ko'rishimiz kerak

Moliyaviy muvaffaqiyatga erishish shunchaki biz loyiq bo'lgan narsadan zavqlanishni anglatmaydi; bu shuningdek, boshqalarga o'zlari uchun yaxshiroq hayot yaratishga yordam berish uchun axloqiy mas'uliyatni ham anglatadi. Aqlli har qanday odam pul topishi mumkin, lekin agar ularning qalbida sevgi bo'lsa, ular bu pulni xudbinlik bilan ishlata olmaydilar; buning o'rniga ular bor narsalarini .boshqalar bilan baham ko'rishadi

Pul xasis va ziqna odamlar qo'lida la'natga aylanadi, ammo saxiy qo'llari va mehribon qalblari borlar uchun bu .ne'mat va sovg'adir

Yaxshi qalblar yaxshi qalblarni o'ziga tortadi va ularga jalb qilinadi

Biz qo'shnimizni o'zimiz kabi sevishni o'rganishimiz va bu hayotda qisqa vaqtga ekanligimizni , shundan so'ng biz boshqa dunyoga ketayotganimizni, uning darajasi bizning fikrlash darajamizga va bu yerdagi hayotimiz davomidagi .harakatlarimiz sifatiga bog'liqligini yodda tutishimiz kerak

Bizning haqiqiy qarindoshlarimiz kimlar? Dono odam uchun hamma qarindosh va har biri "qo'shni". Albatta, dono odam farqlay oladi va quyosh o'z nurini ko'mir bo'lagi va olmosga sochsa ham, olmos, ko'mirdan farqli o'laroq, yorug'likni ajoyib tarzda qabul qilish va aks ettirishning noyob qobiliyatiga ega ekanligini tushunadi. Fikrlari va his-tuyg'ulari olmos kabi sof bo'lganlar bilan muloqot qilish va samimiy do'stlar topishga vaqt ajratish kerak. Toza va halol hayot kechiradiganlar poklik va halollik bilan ajralib turadigan do'stlarni jalb qiladilar, farqlamasdan oddiy instinktlar bilan yashaydiganlar esa xuddi shunday do'stlarni .jalb qiladilar

Agar siz yuksak ideallar va yuksak tamoyillarni qadrlasangiz, bu ideallar va tamoyillarga ishonmaydigan, fikrlarni chalkashtirib, kayfiyatni buzadigan odamlar bilan muloqot qilishdan saqlanish tavsiya etiladi, toki ularning tebranishlari sizning tebranish darajangizni pasaytirmasin. Shu bilan birga, hech kimni sevgi doirangizdan chiqarib .tashlamang

Bundan tashqari, inson nafaqat sevgi berishi, balki tinchlik o'rnatishi kerak, toki qayerga borsa ham, uyg'unlik va xotirjamlik yaratib, atrofdagilarni o'zining mehribon ishtiroki bilan tetiklashtirsin. Hech kim badbo'y hidli skungga yaqinlashishni istamaydi - uzr so'rayman - hamma undan qochadi. Xuddi shunday, asabiy, dürtüsel va bahsli odam boshqalarni bezovta qiladi va ularni itaradi. Biz qalbni quvontiradigan yoqimli hid taratadigan gullaydigan atirgullar kabi bo'lishni xohlaymiz. Keling, qayerga borsak va qayerda yashasak ham, tinchlik hidini va yaxshilik shabadasini .tarqatishga intilaylik

Xudoning Shohligi bulutlar orasida yoki kosmosdagi ma'lum bir joyda emas. U ko'zlarimizni yumganimizda ko'radigan zulmatdan tashqarida, meditatsiya qilganimizda

va ibodat qilganimizda, peshonamizda joylashgan ruhning ko'zi ichimizda ochiladi va biz muborak nurni ko'ramiz va tanamizning har bir hujayrasiga singib ketgan quvonchni his qilamiz va parda ko'tarilganini va Xudoning Shohligiga .maxfiy eshik ochilganini his qilamiz

Xudo doimo yangilanib turadigan quvonch, hamma narsani qamrab oluvchi quvonchdir. Biz ichimizda yashaydigan va cheksizlikni o'rab turgan quvonch bilan .birlikni his qilishimiz kerak

Zich materiyaning tebranish chegaralaridan tashqarida cheksiz, hamma narsani qamrab oluvchi ong, o'zining barcha shon-shuhrati, kengligi va cheksizligida ta'riflab bo'lmaydigan darajada yashiringan. Bu osmon shohligi, .abadiy, cheksiz va cheksiz ongli saodatdir

Ruhning idroki kengayganda va u hamma joyda o'zining .mavjudligini his qilganda, u ilohiy ruh bilan birlashadi

Osmon okean bilan uchrashadigan ufqda taxtga o'tirgan Mutlaq Cheksizga shon-sharaflar bo'lsin va ichimizdagi tinchlikda taxtga o'tirgan Oliy Cheksizga shon-sharaflar bo'lsin; ichimizdagi Cheksizga e'tibor qaratish orqali biz .uning cheksiz kuchini olishimiz mumkin

Kitob o'qish yoki odamlardan olingan bilim cheklangan bilimdir, to'g'ridan-to'g'ri Xudodan olingan bilim esa donolik kuchini, aniqlik ulug'vorligini, qalb xotirjamligini va qalb .xotirjamligini beradi

Ey Rabbim, menga chuqur diqqat bilan ibodat qilishni va meditatsiyani samimiy istaklar bilan uyg'unlashtirishni o'rgat va qalbim har kuni Senga bo'lgan sof sevgim bilan .tozalansin

Karma cheklovlaridan xalos bo'lish

aqliy yoki jismoniy, ongli yoki ongsiz bo'lishidan qat'i ,
nazar, inson hayotiga ma'lum bir ta'sir ko'rsatadi.
O'tmishdagi harakatlar nafaqat kunlar, oylar yoki yillar oldin
qilingan harakatlar, balki o'tmishdagi hayotdagi harakatlar
.hamdir

Sizlar o'lik edingizlar, U sizlarni tiriltirdi, keyin o'ldirdi,
.keyin yana tiriltirdi, so'ngra sizlar Unga qaytarilursizlar

Insonning harakatlarining yaxshi va yomon oqibatlari
Uning hozirgi hayotida bu izlar ongsiz yoki ongsiz holda
saqlanadi va inson oldingi mujassamlanishlardan olib
yuradigan (yoki uning ruhi olib yuradigan) ta'sirlar ongsizda
urug'lar kabi uxlab yotadi, ma'lum bir karmik vaqtda unib
chiqishi va o'sishi uchun qulay sharoitlarni kutadi. Narsalarni
muvozanatlashtiruvchi karma qonuni harakat va reaksiya,
.sabab va oqibat, ekish va o'rishni o'z ichiga oladi

Har bir inson o'z taqdirini fikrlari va harakatlari orqali
shakllantiradi va ular chiqaradigan energiyalar, oqilona yoki
ahmoqona bo'lishidan qat'i nazar, muqarrar ravishda ularga
boshlang'ich nuqta sifatida qaytadi, xuddi aylana o'zini
mukammal aniqlik bilan yakunlaganidek [Savol shundaki]
ixtiyoriy izlovchi o'zining irodasiga qarshi o'tmishdagi
harakatlarining muqarrar oqibatlariga yoki taqdir deb
ataladigan narsaga duch kelishi kerakmi? Javob: yo'q, Xudo
qonun va sevgidir va Unga samimiy intilish va to'liq imon
bilan murojaat qilgan, harakatlarini ilohiy qonun bilan
uyg'unlashtirgan va Xudoning shartsiz sevgisini izlagan
izlovchi, shubhasiz, og'ir yuklarni yengillashtiradigan va
.vaziyatni yaxshilaydigan ilohiy ne'matni oladi

Xudo bizni bu xayollarga to'la dunyoga joylashtirdi va U
bizning azob-uqubatlirimizni, biz boshdan kechirayotgan
sinov va qiyinchiliklarni biladi. Insonlar o'zlarini gunohga
botib, uning tubidan qochishga ojiz deb hisoblaganlarida,
ma'naviy johillikning ichki zulmatini chuqurlashtiradilar. Ular

o'zlarini tuzatishga intilishlari, ilohiy rahm-shafqat qalbidan yordam va rahm-shafqat so'rashlari, mehribon, rahmdil va .kechirimli Xudodan kechirim umid qilishlari yaxshiroqdir

Xudo bilan yaqin aloqamizni anglaganimizda, qanday karma bizni bog'lay oladi? Hech kim sizni og'riq va qiyinchiliklaringiz karmangiz natijasi ekanligiga ishontirishiga yo'l qo'ymang. Sizning mohiyatingizdagi ruh sifatida sizda karma yo'q. Aksincha, siz o'zingizga hayot, yorug'lik va kosmik kuchlarning mohiyati bilan bir ekanligingizni tasdiqlash orqali bu haqiqatni anglab yetishingiz kerak. Agar siz bu haqiqatni anglasangiz, qo'rqishga hech narsangiz yo'q va Xudo siz uchun ko'plab eshiklarni ochadi va sizga ko'plab .imkoniyatlarni taqdim etadi

Agar hayotingiz qanday kechayotganidan noqulaylik his qilsangiz, fikrlash tarzingizni o'zgartiring va his-tuyg'ularingizni ijobiy energiya bilan to'ldiring, shunda .o'zingiz ham farqni his qilasiz

Odamlar o'tkazib yuborgan narsalari uchun afsuslanishlari va qayg'urishlari yoki baxtsiz holatlarini bu hayotda yoki uzoq o'tmishda qilgan xatolari bilan bog'lashlari shart emas, chunki bu ma'naviy beparvolikning bir shaklidir. Ular harakat qilishlari va hayot bog'idan begona o'tlarni yulib tashlashlari kerak, shunda eng shirin va eng yorqin gullar gullab-yashnaydi va eng mazali va orzu qilingan mevalarni .beradi. Uning inoyati bilan, Xudoyi Taolo

Xudoga bo'ysunish, ishlarimizni yaxshilash uchun irodamizdan foydalanmaslik va Xudo bizning vaziyatimizni hech qanday kuch sarflamasdan hal qilishini kutish degani emas, chunki Xudo o'zlariga yordam beradiganlarga yordam beradi

Gap shundaki, biz irodamizni boshqarish va to'g'ri harakatlarimizni duo qilish va mustahkamlash uchun Xudoga

murojaat qilishni o'rganamiz. Taslim bo'lishni istamaslik to'sig'ini yengib o'tganimizda, Xudoda bu dunyoda hech kim bizga bera olmaydigan himoyani va hech qanday sinov .yengib o'tolmaydigan kuchni topamiz

Agar har bir kishi Xudoga qalbini ochishni va Uning ilohiy huzurini intizorlik bilan kutsa, Xudo bilan o'zgacha munosabatlarni o'rnatishi mumkin, bu esa quvonch va .ishonch keltiradi

Inson Xudoga chuqur ehtiyoj sezganda, Usiz yashay olmasligini bilib, Xudo unga u yoki bu tarzda javob berishini ko'radi. Lekin avval ular bu kuchli tuyg'uni rivojlantirishlari .kerak, chunki javob o'z-o'zidan paydo bo'lmaydi

Agar biz Xudoga hayotimizda birinchi o'rinni bermasak, ongimiz holati xavotirli va chalkash bo'ladi va biz hayotning .cheksiz talablariga mantiqiy va to'g'ri javob bera olmaymiz

Va bu istakni rivojlantirishning yo'li qanday? Har safar baxtsizlik yoki qiyinchilikka duch kelganimizda va qalbimizda og'irlik his qilganimizda, biz Xudoga murojaat qilishimiz va Undan yordam so'rashimiz kerak, chunki kim Xudoni sevsa va U buni ongi va qalbida saqlasa, Uning ahvoli yaxshilanadi. .Uning ahvoli yaxshi tomonga o'zgarmoqda

Biz efirni aralashtirib, chayqaganimizda, samimiy ibodatlarimiz va samimiy murojaatlarimiz bilan biz oziq-ovqat, shifo va baxtni o'z ichiga olgan ilohiy javobning .mohiyatini chiqaramiz

Ma'naviy ozuqaga muhtoj bo'lganlar uchun o'tmishdagi umidsizliklar va muvaffaqiyatsizliklar ahamiyatsiz. Ulardan saboq olish mumkin va boshidanoq urinishni takrorlab, yana urinib ko'rish mumkin. Muvaffaqiyatsizlikdan tushkunlikka tushmagan, fojialardan qat'iyati susamagan va Xudo sabr-toqatlarini qo'llab-quvvatlashiga sobit ishonch bilan

ishonganlarning barchasi uchun muvaffaqiyat Xudoning yordami bilan kafolatlanadi. To'g'ri yo'lda bo'lganlar va ularga umid, kuch va nekinlik ato etganlar, ular o'zlarining asosiy maqsadlariga va hayot maqsadiga erishgunlaricha

Fikr elektr kabi kuchdir va psixologik holatlar U fikrlash va fikrlash tarziga borib taqaladi

Elektr ham foydali, ham zararli; kim undan oqilona foydalansa, uni o'z xizmatiga sarflaydi, aks holda uni elektr toki urishi mumkin. Va shunday deb o'ylagandim. Agar u to'g'ri yo'lga yo'naltirilsa, u egasiga baxt keltiradi, aks holda unga muammo keltiradi

Fikr yovvoyi otga o'xshaydi, lekin uni bo'ysundirish imkonsiz emas va ijobiy fikrlash fikrni boshqarishning bir usulidir

Sog'lom fikrlash yaqin do'st, kasal aql esa doimiy dushman

Sog'lom fikrlash tinchlik va xavfsizlikni jalb qiladi, nosog'lom fikrlash esa o'z egasiga ikki barobar ko'p zarba beradigan halokatli o'qlarni otadi. Shuning uchun ham "Mukofoti amal bilan bir xil" degan maqol bor. Inson yaxshi niyatlarni yo'llagan ekan, uning fikrlari mash'alaga aylanadi, qalb xonalarini yoritadi va zulmat uyumlarini haydab chiqaradi, shunda u chuqur tasalli topadi va ko'zlari mamnuniyat tabassumi bilan porlaydi! Tabassum ko'zlaringizdan uzoq bo'lmasin va sizga tinchlik bo'lsin

Hayot hayot nonini tayyorlash uchun samarali sinov va tajriba urug'larini maydalaydigan tegirmonga o'xshaydi. Bu egri-bugri yo'lga o'xshaydi, ikki tomonida yam-yashil gullar, yorqin kapalaklar va shoxlarida mazali mevalar bo'lgan daraxtlar, lekin biz kamdan-kam to'xtaymiz. Keling, uning manzarasidan zavqlanib, shirinligini his qilaylik; haqiqatan

ham, biz ko'pincha chalg'ib turamiz. Kengroq hududlarga yetib borish uchun biz ko'rganimizdan ko'ra yoqimliroq manzaralar bor deb o'ylaymiz. Lekin asta-sekin uzoqlashib borar ekanmiz, gulli, serhosil yo'llarda yangi emas, balki qorong'uroq daraxtlarni topamiz, keyin gullar yo'qoladi. Va u bilan birga kapalaklar va mevalar ham, faqat o'zimizni .bepoyon cho'lda topamiz

Inson hayoti dengiz suvlariga o'xshaydi, ular tozalanadi va faqat yuqori atmosferaga ko'tarilganda tetiklashadi. Bu ertalabki tushga o'xshaydi, yosh o'tishi bilan yorqinroq bo'ladi, chunki narsalar keyin aniqroq va ravshanroq ko'rinadi. Bu sayohatga o'xshaydi, unda biz masofani bosib o'tganimiz sari manzara o'zgaradi. Keyin biz unga yaqinlashganimiz sari xuddi shu manzara o'zgaradi va .hokazo

Hayot donolarni hafsalasini pir qilmaydi, chunki ular bunga mohirona yondashadilar va undan zavqlanishadi, bu ularni nazorat qilishiga va erkinliklaridan mahrum qilishiga yo'l qo'ymaydilar. Masalan, ular suvdan zavqlanishadi. Ular uni ichishadi va cho'milishadi, lekin o'zlarini unda cho'ktirishga yo'l qo'ymaydilar. Ular o'zlariga yoqadigan kiyimlardan zavqlanishadi. Yuzaki deb hisoblangan rasmiyatchilik va rasmiyatchiliklarga haddan tashqari rioya qilmasdan. Ular ochko'zlik ularni iste'mol qilishiga yo'l qo'ymasdan ovqatlanishdan zavqlanishadi, chunki ortiqcha ovqatlanish tanani zaiflashtiradi va u hislarni yutib yuboradi. Va u uni butunlay yo'q qiladi. Shunday qilib, inson hayotdan zavqlanishi kerak, lekin cho'milish orqali hislarni .charchatmasdan

Boshqalar bilan til topishish bu ular bilan hamma narsada rozi bo'lish yoki ular uchun ideallardan voz kechish degani emas, chunki bu moslik uslubi istalmagan va haqiqatga mos kelmaydi. Islohotchilar va buyuk odamlar

kelisha olmadilar. Atroflarida juda ko'p odamlar borligi
sababli, ular o'z ideallariga sodiq qolishdi, chunki ular
.qilayotgan ishlari mutlaqo to'g'ri ekanligini angladilar

Avvalo, inson Xudo bilan, keyin vijdon bilan va keyin
.odamlar bilan uyg'unlikda bo'lishi kerak

Prinsipdan voz kechmaslik va ma'lum bir maqsadga
erishish uchun yashirin niyatlarga murojaat qilmaslik kerak,
.chunki bu prinsipial odamlarga yarashmaydi

Xudoga ma'qul keladigan tarzda kim yashay oladi?
Boshqalarga zarar yetkazmang, chunki ularning qo'rqadigan
hech narsasi yo'q. Agar bu yondashuv boshqalarni
qoniqtirmasa, inson o'zini xotirjam his qilishi va odamlarning
roziligidan mustaqil bo'ladigan ichki xotirjamlikni his qilishi
.kifoya

Xudoga murojaat qilishda ruhning kuchi va istagi Bu
ma'naviy magnetizm deb ataladi Va bu magnetizm bilan ruh
o'ziga ne'matlar va nozik tebranishlarni va barcha yaxshi
insoniy tajribalarni tortadi Bu unga yaxshilik va solihlikni
eslatadi

ma'naviy magnetizm Bu insonni o'ziga tortadigan va
o'ziga tortadigan kuchdir Yaxshi do'stlar Va muhim va
muhim narsalar Va narsalarni intuitiv tushunish Bu kuch
Xudoning jozibador magnit kuchidan kelib chiqadi

Tinchlik shami

Aqliy qozonni oling, uni xotirjamligingiz bilan to'ldiring

Tuyg'ularim shishasini oling Uni rahm-shafqating bilan
to'ldiring

Bo'sh jon savatimni oling Uni donoligingiz mevalari bilan
to'ldiring

Sevging suvlarini qalbimga quying, men uni chanqoq
qalbning kosalariga quyaman

Ego devorlarini vayron qil Meni to'liq huzuringga
cho'mdir

Sevgi tongining nuri

U yuragimning teshiklaridan qarasin

Bu menga sevgingizning quyosh nurini eslatadi

Hayotim osmoniga yoyilib

Sevgingizning yorqin nuri porladi

O'zimga, va u ma'rifatli edi

Sizning nuringiz mening ma'naviy makonimni to'ldirdi

Sen mening tanamni qo'llab-quvvatlaydigan hayotsan

Va fikrlarimni ilhomlantiradigan aql

Va mening johilligimni yo'q qiladigan donolik

Men sevgimning nozik shamini yoqaman

Oltin kitobni o'qish uchun

Qadim zamonlardan beri ichimda saqlanib qolgan

Sizning sevgingiz bor edi va hali ham shunday

Tinchlikning ko'rinmas shami

Bu zulmatni yo'q qiladi va menga xabarlaringizni
ko'rsatadi

Blog yuraklar sahifalarida

Ey Rabbim, ulug'vorliging oshkor bo'lsin

Donoligingiz nuri yo'qolib ketsin

Jaholat, kelishmovchilik va hasad

Yer qirg'oqlaridan abadiy

Zaifligimizni kuchga aylantiring

Va biz qat'iyatli bo'lishga zaiflashdik

Tanamizni hayotiy elektr energiyasi bilan zaryadlang

Va ongingizni va qalbingizni shifobaxsh nuringiz bilan
to'ldiring

Sening g'aflat suvlarida cho'kib ketmasligimiz uchun
qo'limizdan tut va borlig'imizni Sening sevging va donoliging
bilan to'ldir. Bizga Senga juda yaqin ekanligimizni va Sening
rahm-shafqating quyoshi bizga doimo porlab turishini his
.qilaylik

Men pichirlab gapiradigan, jonli fikrlarimning gullarini
joylashtiraman

Jimjitlik tuzilishida

Uning jimgina xushbo'y hidi kuylaydi

Va u sizning shon-sharafingiz haqida kuylaydi

Va muqaddas nuringizning nuri bilan

Men sizning mavjudligingizning go'zalligini ko'raman

Mening baxtli orzularim ushaladi

Sizning nuringiz qalbimda miltillaganda

Pardalar donolik olovi bilan yonmoqda

Men Sening ulug'vorligingni ko'ryapman va quvonchim
ortib bormoqda

Alloh sizni O'z nuri bilan yoritib bersin

Va sizga qalbdan salomlar

Dunyo bizga ko'plab talablar va talablarni yuklaydi va bizni ularning eng muhimligiga va ularsiz yashashning iloji yo'qligiga yoki ularsiz yashay olmasligimizga ishontiradi.

Ammo asosiy talab manbalari hech qachon qurib qolmaydigan va buloqlari hech qachon qurib qolmaydigan, hayotdagi hamma narsaga ta'm va ma'no beradigan .Xudoning tinchligiga erishish bo'lishi kerak

Keling, Xudo bizning borlig'imizning mohiyati ekanligini va sevgi Uning ulug'vor yuziga qaraydigan deraza ekanligini yodda tutaylik. Kimki ilohiy huzurni his qilishni istasa va bu ulug'vor istakni fikr va amalda rivojlantirsa, Xudo ularning iltimosini bajaradi va ularga muborak nurlarni ko'rishlariga .to'sqinlik qiladigan pardalarni yirtishga yordam beradi

Kimki yo'lda oldinga intilishga qaror qilsa, u maqsadiga yetmaguncha va qalbidagi istakni amalga oshirmaguncha hech narsa uni to'xtata olmaydi va hech qanday to'siq unga .xalaqit bermaydi

Ma'naviy marvaridlar va toshlar

Boshqalarning zaif tomonlarini fosh qilib, ularni sharmanda qiladigan va xafa qiladiganlar donolik va sog'lom fikrdan uzoqdirlar. Biz gunohkorni emas, balki gunohni nafratlashimiz kerak, chunki u bizning ruhan birodarimizdir, garchi uni o'rab turgan johillik zulmatiga qaramay.

Ayblashning maqsadi shifo bo'lishi kerak, maqtanish va yaralash emas. Biz gunohkor birodarimizga uning o'rnida va holatida bo'lganimizda bizga qanday munosabatda .bo'lishlarini istasak, shunday munosabatda bo'lishimiz kerak

Kim bu dunyoda birodarining kamchiliklarini yashirsa, .Alloh oxiratda uning kamchiliklarini yashiradi

Biz boshqalarni hukm qilganimiz kabi, ma'naviy qonun ham bizni bir xil darajada hukm qiladi. Biz boshqalardan juda ko'p narsa kutmasligimiz kerak, shuningdek, har doim ham hech kimdan yaxshi natijalar kutmasligimiz kerak, hatto ular .qo'lidan kelganicha harakat qilsalar ham

Inson yiqilib, qoqilib ketishi mumkin, ammo u fazilat va solihlik zinapoyasiga yana ko'tarilish uchun qo'lidan .kelganicha harakat qilsa, xavfsiz bo'ladi

Biz har kuni o'zimizga yoki oila a'zolarimizga yordam berganimiz kabi, bemorning kayfiyatini atrof-muhitimizda ham jismoniy, ruhiy yoki ma'naviy jihatdan ko'tarishga .harakat qilishimiz kerak

Kimki bugundan boshlab qiyinchilik va baxtsizlik keltiradigan eski xudbin hayot o'rniga ilohiy qonunlarga muvofiq yashashga harakat qilsa, u hayotda qanchalik kamtarona rol o'ynamasin, kosmik spektakl rejissyori va barcha taqdirlarimizning xo'jayini - Qodir Xudoning ko'rsatmasiga binoan o'z burchini to'liq bajargan ekan , bu .muhim rol bo'lib qolishini tushunadi

Boshqalar bilan chinakam samimiylik, chinakam sevgi va his-tuyg'ularni hisobga olish bilan muloqot qilganimizda, shaxsiy manfaatlarimiz yoki xudbin hisob-kitoblarimizni hisobga olmasdan, hayotimizga yaxshi do'stlarni olib .kiramiz; aks holda, biz haqiqiy do'stlarimizni taniy olmaymiz

Ikkiyuzlamachilik va da'vogarlikdan xalos bo'lish va boshqalarga qasddan zarar yetkazmaydigan tarzda harakat .qilish kerak

Do'stlar g'azablanmasligi, kamsitilmasligi yoki adovatga berilmasligi kerak, shuningdek, ularga bizga nisbatan do'stona bo'lmagan his-tuyg'ularni saqlash uchun hech qanday sabab berilmasligi kerak. Do'stlarga yomon

munosabatda bo'lish, ulardan foydalanish yoki so'ralmagan holda maslahat berish mumkin emas. Maslahat so'ralganda, u samimiy va mehr bilan, oqibatlaridan qo'rqmasdan berilishi kerak. Do'stlar bir-birlariga konstruktiv, birodarlik tanqidlari orqali yordam berishadi.

Qiyin hayot tajribalari irodamizni falaj qilish va bizni mag'lub etish uchun emas, balki qat'iyatimizni charxlash, Xudoga bo'lgan imonimizni va o'ziga bo'lgan ishonchimizni mustahkamlash uchun keladi. Ba'zi odamlar bu tajribalar va qiyinchiliklarni yengib bo'lmaydigan vayronkor kuchlar deb noto'g'ri ishonishadi va shuning uchun ular taslim bo'lishadi. Sog'lom fikrlash tarzi hayot va uning sinovlari bilan samarali kurashish uchun ichki kuchimizni faollashtirish uchun juda muhimdir.

Agar inson o'zidan kuchliroq odam bilan raqobatlashmasa, u kuchli bo'lmaydi. Xuddi shunday, biz qiyinchiliklarga jasorat va aqliy bardosh bilan duch kelganimizda, biz kuchliroq va bardoshliroq bo'lamiz.

Bizning ongimiz Xudoning hamma narsani qamrab oluvchi ongining ajralmas qismidir. Bizning ongimiz to'lqini ostida Uning cheksiz ongi okeani yotadi. To'lqin o'zining buyuk okeanning bir qismi ekanligini unutganda, u o'zini o'sha okean kuchidan ajratib qo'yadi. Natijada, odamlarning onglari moddiy cheklovlar tufayli zaiflashadi va endi samarali mehnat va mo'l-ko'l ishlab chiqarishga qodir emas. Aqlar johillik changini qoqib, o'z kuchlarini bog'laydigan zanjirlarni uzib tashlaganda, ular ijodkorlik va hayot bilan ijobiy o'zaro ta'sirga ko'proq qodir bo'ladilar.

Muayyan g'oyaga mahkam yopishib, uni kuchli iroda bilan singdirganingizda, bu g'oya dinamik kuchga aylanadi.
Fikr dinamikaga aylanganda, ongda chizilgan ko'rinmas xaritaga ko'ra, u muvaffaqiyat uchun to'g'ri muhitni yaratishi mumkin

Odamlar qiyin hayot sharoitlariga taslim bo'lmasdan
qarshilik ko'rsatish o'rniga, ularga qarshilik ko'rsatmasdan
.taslim bo'lganliklari uchun muvaffaqiyatsizlikka uchraydilar

Iroda kuchini mashq qilish va faollashtirish kerak

Tinchlik makoniga kirganlar Xudoni sevadigan boshqa
qalblar bilan ruhiy aloqa qila oladilar va atirgullar va barcha
.tirik mavjudotlarning tilini tushuna oladilar

Ey Rabbim, mening sevgim va sog'inchim ustida taxtga
.o'tirgan yagona Shoh bo'l

Meditatsiya qiluvchilar chuqur xotirjamlik tuyg'usini
boshdan kechiradilar va bu ichki xotirjamlik hatto boshqalar
bilan birga bo'lganda ham saqlanishi kerak. Inson
meditatsiyada o'rganganlarini kundalik faoliyatda va
boshqalar bilan o'zaro munosabatlarda, hech kimning
tinchliligi yoki xotirjamligini buzishiga yo'l qo'ymasdan
.qo'llashi kerak

Yaxshi odatni shakllantirishni yoki yomon odatdan xalos
bo'lishni istasangiz, turli odatlarning mexanizmlari
.joylashgan miya hujayralariga e'tibor qarating

Yaxshi odatni shakllantirish uchun avval jimgina o'tirib,
ilohiy yordam so'rab mulohaza qiling. Fikringizni
peshonangizda, qoshlaringiz orasidagi iroda markaziga
qarating va miyangizga singdirmoqchi bo'lgan odatingizni
qat'iy tasdiqlang. Yomon odatlardan xalos bo'lishni
istasangiz, diqqatingizni ushbu iroda markaziga qarating va
bu odatlar ildiz otgan barcha chuqurliklar o'chirilayotganini
qat'iy tasdiqlang. Diqqat va iroda bilan siz hatto chuqur ildiz
otgan eski odatlarning eng chuqur chuqurliklarini ham yo'q
qilishingiz mumkin. O'zingizni miya sohasidagi nosog'lom
odatlarni yo'q qilish uchun yetarli iroda kuchiga ega
.ekanligingizga qayta-qayta ishontiring

Bunday tasdiq uchun eng mos vaqt - bu iroda va e'tibor
.sergak bo'lgan erta tong

O'zingizga barcha buyruqlardan ozod ekanligingizni
tasdiqlab turing va bir kun kelib - Xudoning yordami bilan -
.qutulmoqchi bo'lgan odatdan xalos bo'lganingizni bilib olasiz

Nimadan qo'rqsangiz ham, fikrlaringizni undan chiqarib
tashlang va uni Xudoga qoldiring. Xudoga bo'lgan
imoningizni mustahkamlang va U sizga yordam bera olishiga
.ishoning

Ko'p azob-uqubatlarni xavotir va xavotirdan kelib chiqadi.

Qo'rqqan narsangiz hali sodir bo'lmagan bo'lsa, nega azob
chekishingiz kerak? Xudoning himoya nuri sizni har
tomondan o'rab turganini tasavvur qiling, shunda siz Uning
.ajoyib himoyasini his qilasiz

Xavotirlarimizning aksariyati qo'rquvdan kelib
chiqqanligi sababli, agar biz qo'rquvni hayotimizdan yo'q
qilsak, o'zimizni erkin his qilamiz va shifo darhol keladi. Har
kecha, uxlashdan oldin, Xudo siz bilan ekanligini, sizni
himoya qilayotganini va kuzatib turganini o'zingizga
.tasdiqlang

Ushbu kosmik dramada barcha irqdagi odamlar hayot
hikoyasini vaqt sahnasida sahnalashtiradilar. Biz o'tkinchi
rollarimiz bilan haddan tashqari band bo'lmasdan yoki ularga
haddan tashqari berilib ketmasdan hayotning ma'nosini
.tushunishimiz kerak

Hayot haqidagi tasavvurimiz ko'pincha buzuvchi va
og'ishgan bo'ladi, chunki biz xudbinlik va cheklangan ufqlar
bilan qaraymiz. Agar biz qalb ko'zi bilan qarasak, narsalarga
.butunlay boshqacha nuqtai nazardan qaragan bo'lar edik

Biz donolik ko'zini ochganimizda, biz Xudoning hamma
narsani qamrab oluvchi nurini ko'ramiz va shu nurda biz

o'zimizning ruhiy tabiatimizni idrok etamiz, bu koinotning barcha zarralari va qismlarini qamrab oluvchi universal ong .tabiatining aksidir

Bizni o'rab turgan ma'naviy haqiqatlar, yumilgan ko'zlarimizning eshiklarini taqillatib, bizni zulmat o'rniga yorug'likni ko'rishga, johillik o'rniga donolik bilan harakat qilishga, qalbimizni nafrat o'rniga sevgi bilan to'ldirishga va tinchlik o'rnatish hamda dunyomizga mo'l-ko'lchilik va xavfsizlik olib kelishda hamkorlik qilishga undaydi. Agar biz shunday qilsak, johillik yo'qoladi, vaziyatdagi farqlar yo'qoladi, aholini ro'yxatga olishda birlikni ko'ramiz va ilohiy .iroda bilan yanada uyg'unlashamiz

Xudo bilan bo'lgan munosabatimiz ish beruvchi va xodim o'rtasidagi kabi sovuq yoki mehrsiz emas. Biz Uning oilasimiz, Uning bizga bo'lgan g'amxo'rliqi doimiy va U bizni doim tinglaydi. Biz Uning borligining ajralmas qismimiz va U .bilan bo'lgan munosabatlarimiz jonli va jonli

Yaratuvchimiz bizga cheksiz sevgi, tushunish, idrok, xayrixohlik va ma'naviy kuch ato etgan, ammo ko'pchiligimiz bu boylikni Xudo bizdan olijanob va mehribon oilaga munosib bo'lgan xavfsizlik, tinchlik va do'stona hamkorlikda yashashimizni istamagan narsalarga sarfladik, ammo ochko'zlik va xudbinlik qalblarimizga ildiz otib, oramizda .nizolar keltirib chiqardi

Xudo bizning xo'jayin bo'lishimizni xohlaydi, lekin biz qul bo'lishni tanladik

Inson o'zining samoviy uyidan uzoqlashdi va Xudoga yaqinlik va Xudo unga yaqinlik hissini yo'qotdi va u shaxsiy .sa'y-harakatlarisiz bu jannatga qayta erisha olmaydi

Xudo bizni O'z suratida yaratdi, lekin bu haqiqat ongimizdan chiqib ketdi. Biz taqdirimiz qiyinchilik va

taqdirimiz halokat degan illyuziyaga berilib ketdik. Biz illyuziya pardasini donolik xanjari bilan yirtib tashlashimiz .kerak, uning ortidagi yorqin haqiqatni ko'rish uchun

?Biz kimmiz va asl tabiatimiz nima

Insonlar psixologik yoki hissiy tuzilishida, hayotdagi rollarida, intilayotgan ishlari va faoliyatlarida yoki his qilayotgan istaklarida aniq farqlarga ega. Ammo bu farqlarning barchasi ostida har bir inson istisnosiz istaydigan va muhtoj bo'lgan ikkita narsa yotadi. Birinchisi - barcha turdagi og'riq va istaklardan ozodlik. Ikkinchisi - to'liq va abadiy baxt - tinchlik, sevgi, donolik va quvonch .yashaydigan to'liq qoniqish

Darhaqiqat, insonlar bu nomni ishlatishlaridan qat'i nazar, Xudoga erishishga intiladilar. Donolar Xudo baxtning mohiyati va baxt ruhi, deyishadi. Va agar inson to'g'ridan-to'g'ri kosmik manbadan foydalanmasa, to'liq qoniqishni his qila olmaydi. Bu insonning holatini tushunish uchun muhim .nuqta

Lekin odamlar izlayotgan narsalarini qaerdan ?qidirishadi

Ular buni faqat dunyoviy narsalarda: mol-mulkda, tashqi sharoitlarda va boshqa odamlar bilan munosabatlarda izlaydilar. Ammo yaratilishning o'ziga xos xususiyatini hisobga olgan holda, uni bu dunyoda hech narsada, hech .kimda yoki biron bir sharoitda topishning iloji yo'q

Yaratilish ikkilik tamoyiliga asoslangan. Faqat bitta rangdagi rasmga ega bo'lishning iloji yo'q, chunki uning aksisiz hech qanday yo'l yo'q. Xuddi shunday, mavjudlikning biron bir jihati ikkilikdan alohida mavjud bo'lishi mumkin emas. Biroq, odamlarni rag'batlantiradigan istaklarni o'rganib chiqsak, har birimiz faqat yaxshi, yoqimli, chiroyli va

ijobiy narsalarni xohlayotganimizni, yoqimsiz yoki istalmagan narsalar bilan kurashish istagisiz ekanligini aniqlaymiz.
.Ammo bu mumkin emas

Bu dualistik dunyoda og'riqsiz zavq, zulmatsiz yorug'lik, yomonliksiz yaxshilik, o'limsiz hayot yo'q. Tanganing ikki tomoni ajralmasdir. Bu shuni anglatadiki, biz o'zimizning .ichimizda orzu qilgan narsani bu dunyodan ololmaymiz

Odamlar izlaydilar — ha, ular bor kuchlari bilan izlaydilar — lekin ular izlayotgan narsasini topa olmaydilar, bu esa umidsizlik va umidsizlikni keltirib chiqaradi. Bu nafaqat umidsizlikka, balki katta norozilik va kuchli g'azabga, natijada zo'ravonlik harakatlariga olib keladi. Bularning barchasi ular izlayotgan narsasini to'g'ri joyda izlamaganliklari va natijada qalblari xohlagan narsani topa .olmaganliklari uchun sodir bo'ladi

Bizning davrimizdagi odamlar hayotning mazmuni va maqsadi haqida ko'p narsa bilishmaydi va shuning uchun .ular chalkashlik va hayratdan aziyat chekishadi

Tabiatan, insonlar maqsadga yo'naltirilgan mavjudotlardir. Agar ular hayotda maqsadga ega bo'lmasalar va ularning ongi, energiyasi, irodasi va his-tuyg'ulari ijobiy va konstruktiv tarzda yo'naltirilmasa, ular alkogol va giyohvand moddalarni suiiste'mol qilish, zo'ravonlikka murojaat qilish va boshqalar kabi halokatli yo'llarga murojaat qilishadi. Hayotning asosiy maqsadi Xudoni bilishdir va shaxslar o'z rollari va tashqi faoliyatlarini solih harakatlar, sog'lom nuqtai nazarlar, ijobiy munosabatlar va his-tuyg'ularini foydali yo'naltirish orqali .uyg'unlashtirishlari shart

Tabiatimizning bu ikki jihati - ichki yoki ma'naviy jihati va tashqi jihati - to'g'ri tushunilsa, qarama-qarshi emas. Aksincha, ular bir-birini qo'llab-quvvatlaydi va jismoniy,

psixologik, hissiy va ma'naviy qobiliyatlarimiz va salohiyatimizni rivojlantirish va kuchaytirishga yordam .beradi

Odamlar intellektual yoki psixologik rag'batlantirishsiz katta bo'shliqda yashaydilar. Ular maqsad yo'qligi va hayotlariga qiymat va ma'no beradigan hech narsa yo'qligi sababli zerikishni his qiladilar. O'rtacha odam psixologik va ruhiy jihatdan sog'lomdek ishlay va o'zini tuta olishi mumkin, ammo ular baxtlimi

Hayotning asosiy maqsadi - biz kimligimizni va asl tabiatimizni bilishdir. Agar biz hayotning chuqurroq jihatlariga ular munosib e'tibor bersak, muqarrar ravishda baxtni his qilamiz, chunki inson baxti insonning ma'naviy o'zi bilan bog'lanish bilan bog'liq bo'lib, usiz insonning mavjudligi .yoki mavjudligi yo'q

Muvaffaqiyatsizlik yoki kasallik qo'rquvi, muvaffaqiyatsizlik g'oyasi ongli ongdan ong ostiga singib, oxir-oqibat yuqori ongga yetguncha, bu haqda doimiy o'ylash orqali rivojlanadi. Keyin, ong osti va yuqori ongda mustahkam o'rnashgan qo'rquv ko'payib, o'sib bora boshlaydi, toki u ongli ongni unib chiqqanida dastlabki fikr kabi osonlikcha yo'q qilinmaydigan qo'rquv begona o'tlari bilan to'ldirguncha. Bu zararli begona o'tlar oxir-oqibat zaharli va halokatli mevalarni beradi. Yaxshiyamki, uning ildizlarini jasoratga kuchli e'tibor qaratish va Xudoga va U o'zlariga yordam berishni va ularni zarardan himoya qilishni istaganlarga yordam berishga qodir ekanligiga mutlaq .ishonchni singdirish orqali ichkaridan yo'q qilish mumkin

Bir paytlar dengiz yuzasida bo'ronlar va chaqmoqdan ehtiyot bo'lib, kichik bir pufakcha suzib yurgan edi, to'satdan u bir ovozni eshitdi: "Hayotning kichkina pufagi, senga nima "?bo'ldi

Hayot okeanining bir qismi ekanligingizni bilmaysizmi?

Kichkina pufakcha atrofga qaradi va bu haqiqatni angladi

Inson ongi kosmik ong dengizi yuzasida mayda pufakcha

kabi suzib yuradi, uni vaqtinchalik pufakcha deb o'ylaydi,

kasallik, qashshoqlik va o'lim qo'rquvidan titraydi. Voy

pufakcha, siz okeandan qo'rqasizmi? Atrofga qarang va

diqqat bilan kuzating. Nuqtai nazaringizni yaqin

atrofingizdan Xudoning cheksiz olamiga o'tkazing. Chuqurroq

o'rganing, tushunchangizni kengaytiring, shunda siz Uning

ulkan dengizi bilan bir ekanligingizni va Xudo siz bilan

ekanligini bilib, ishonch hosil qilishingiz mumkin. U sizni

.himoya qiladi, sizni qo'llab-quvvatlaydi, hozir va abadiy

Tuzoq va tuzoqlardan qochish

Qachonki qalbingizda kuchli istak paydo bo'lsa, uni

amalga oshirishga undaydigan kuchli istakni his qilsangiz,

aql-idrokka ega bo'ling va o'zingizdan so'rang: "Bu bajarilishi

mumkin bo'lgan yaxshi istakmi yoki bajarilmasligi kerak

bo'lgan yomon istakmi?" Nosog'lom moddiy istaklar bizga

yolg'on umidlar va xayoliy baxtni berish orqali yomon

odatlarimizni rag'batlantiradi. Bunday hollarda, haqiqatni

ochib berish uchun aql-idrok kuchidan foydalanish kerak.

Yomon odatlar oxir-oqibat baxtsizlikka olib keladi. Ularning

asl mohiyati fosh bo'lganda, ular odamni azob-uqubatlar va

.baxtsizlik tuzoqlariga ilintirishga ojiz bo'lib qoladilar

Fikrlar va hikoyalar

Hayotda ham, o'limda ham, qayg'u va musibatlarda

ham, Senga bo'lgan imonim kuchli va sobit, mustahkam va

.tebranmas bo'lib qoladi, ey Rabbim

Sog'inishim va iltijolarimning har bir nafasi qalbimda

eshik va derazalarni ochadi, ular orqali men Xudoning

.saodatiga o'taman

Quyosh eng gavjum joylarga porlaganidek, men ham
hayotimning barcha sohalarida va kundalik faoliyatimda
.ilohiy sevgi nurlarini ko'raman

Ey Rabbim, menga baraka ber, toki men ruhimni tong
.bilan uyg'otib, uni muborak ostonangizga olib kelay

Mushk kiyiklari haqidagi hikoya

Musk - bu Himolay tog'larining baland qismida yashovchi
mushk kiyiklarining kindigida topilgan kuchli xushbo'y hidli
.qimmatbaho modda

Kiyik ma'lum bir yoshga yetgandan so'ng, uning
kindigidan maftunkor mushk hidi yashirincha chiqib keta
boshlaydi va kiyik o'sha jozibali hiddan bezovtalanib, raqsga
.tushib, yoqimli hid manbasini izlay boshlaydi

U bir joydan ikkinchi joyga ko'chib yuradi, toshlar
orasidan va daraxtlar ostidan hidlaydi, o'sha hayajonli
hidning manbasini hamma joyda qidiradi

Nihoyat, u so'z topa olmay, sog'inch va ishtiyoq bilan
izlayotgan narsasini topa olmay, g'azablanib, yanada
.bezovta va xavotirga tushadi

Mushk manbaiga yetib borish uchun oxirgi urinishda, u
taqdiriga duch kelish va o'lim bilan yuzlashish uchun baland
qoyali jarliklardan chuqur vodiylarga sakraydi, shu payt
ovchilar uni tutib, undan mushk xaltachasini yoki bezini
.chiqarib olishlari mumkin

Shu munosabat bilan ma'rifatparvar shoirlardan biri
:quyidagi mazmunda bir narsani aytib berdi

!Ey mushk kiyigi, ahmoq

?Nega azob chekyapsan? Nega uyqusizsan

Bu mushk mavjud

!Qorningiz bilan, ahmoq
Buruningizga tegsangiz ham
Sizdan maxfiy hid keladi
Siz umid qilgan narsangizni yutgan bo'lar edingiz
Va siz sarflamasdan yashadingiz

Do'stlarim, ko'pchilik odamlar mushk kiyiklari kabi o'zini
tutadi deb o'ylamaysizmi? Ular doimo va abadiy o'zlaridan
.tashqari hamma joyda baxt izlaydilar

Ha, ular baxtni o'yin-kulgidan izlaydilar va o'zlarini istak
va ehtirolardan charchatib, boylikning sirpanchiq yo'llaridan
ko'tarilishadi, oxir-oqibat ular qalblarining eng tubida
saqlangan haqiqiy baxtni topa olmaganlarida katta umidlar
qoyalaridan umidsizlik va muvaffaqiyatsizlik qoyalariga
.sakrab o'tishadi

Agar fikrlarimizni ichkariga qaratsak va chuqur
mulohaza qilsak, qalbimiz xotirjamligida biz izlayotgan
.haqiqiy va abadiy baxt manbaini topamiz

Biz baxtni noto'g'ri joylarda qidirib halok bo'layotgan
mushk kiyiklariga o'xshamasligimiz kerak. Aksincha, hushyor
bo'lishimiz va baxtni o'zimizdan tashqarida emas, balki
.o'zimizdan topishga harakat qilishimiz kerak

Tugmaning hikoyasi

Bir kuni bir kishi mening oldimga kelib, surunkali yurak
:kasalligidan aziyat chekayotganini aytdi va qo'shimcha qildi

Men ko'p narsalarni sinab ko'rdim, lekin yurak"
"og'rig'idan qutula olmayapman

Xotirjam o'ylab bo'lgach, undan qaychi olib kelishini
:so'radim. U menga titroq bilan qaradi va dedi

"?Janob, yuragimni yorib yubormoqchimisiz"

Men kulib javob berdim: "Men shifokor emasman.
Jarrohlik amaliyotini qaychi yordamida amalga oshirgan
"!?odam haqida eshitganmisiz

Nihoyat, u ikkilanib qaychi olib keldi, shuning uchun
men uning paltosidagi tugmalardan birini kesib tashladim va
uning o'rniga boshqa tugma tikmaslikni va tugma yo'qolgan
joyga qo'lini qo'ymaslikni aytdim. Shuningdek, unga ikki
haftadan keyin yonimga qaytib kelishini aytdim va shu vaqt
.ichida u tuzalib ketishini kutgandim

Erkak kulib dedi: "Men sizga ishonganim uchun
so'raganingizni bajaraman, lekin menimcha, bu menga
"!buyurilgan eng g'alati dori

Ikki hafta o'tgach, u mening oldimga yugurib kelib,
:hayrat bilan dedi

Mutaxassislar menga yurak xastaligidan tuzalganimga"
ishontirishdi. Xo'sh, Xudo haqqi, nima qildingiz? Tugmadan
"?jin chiqardingizmi

Men tabassum bilan javob berdim: "Ha! Qo'lingiz doimo
."tugma bilan o'ynardi va tugma yurak bilan bir tekisda edi

Bu tugma yuragingizni og'ritayotgan jin edi. Shuning
uchun men tugmani kesib, uni almashtirmaslikni yoki
qo'lingizni yuragingizga qo'ymaslikni aytdim. Shu tariqa
yuragingiz bosimdan xalos bo'ldi va sizga zarar yetkazishni
!to'xtatdi

Hamma narsa tez rivojlanmoqda va odamlar ko'p
narsalar bilan band. Tabiiyki, vaqtni behuda sarflashdan,
mavsumni o'tkazib yuborishdan va bo'sh qo'l bilan
tugashdan ko'ra, dunyoning ne'matlarini yig'ib olish
yaxshiroqdir. Lekin inson hayotning eng boy hosilini yig'ib

olishi kerak: Xudoga yaqinlashish va Uni bilish. Haqiqiy baxtga erishishning yagona yo'li bu dunyoda biror narsaga erishish va shuningdek, ma'naviy muvaffaqiyatga erishishdir

Xudoni biladiganlar kundalik vazifalarini avval Xudo haqida mulohaza yuritishdan va onglari va tanalarini muborak ilohiy energiya bilan to'ldirishdan oldin .boshlashmaydi

Dunyoning ko'plab talablari ma'naviy maqsadlarini izlayotganlarni to'xtatishi va ularni tanlagan yo'llaridan chalg'itishi mumkin. Ammo qat'iyatli bo'lganlar hech narsaning ularni yo'ldan adashtirishiga yo'l qo'ymaydilar; ular qiyin yoki noqulay sharoitlarga qaramay, qat'iyat bilan .davom etadilar

Dunyo bizga nima bermasin, u dunyo xazinalari va boyliklaridan ko'ra barqarorroq, muhimroq va qadrliroq narsani orzu qiladigan qalblarimizning istaklarini qondira .olmaydi

Inson vafot etganda — umringiz uzoq bo'lsin — yer yuzida hech qanday kuch ular uchun hech narsa qila olmaydi. Bu dunyodan ketganimizdan keyin bizga kim yordam bera oladi? Xudoyim. Shuning uchun, biz har doim shuni yodda tutishimiz kerakki, bu dunyo shunchaki samoviy uyimizga boradigan yo'limizdagi vaqtinchalik to'xtash joyidir, .u yerda biz Rahmli Zot huzurida abadiy yashaymiz

Haddan tashqari boylik sog'liq, xotirjamlik va samaradorlikni kafolatlamaydi, ammo xotirjamlik va samaradorlikka erishish ham ma'naviy, ham moddiy .darajada muvozanatli muvaffaqiyatga olib keladi

Ko'pchilik odamlar aqliy samaradorlikni faqat moddiy muvaffaqiyatga erishish uchun rivojlantiradilar. Ammo inson o'zini o'zi boshqarib, psixologik kuchlarini boshqarib, ilohiy

rejaga muvofiq harakat qilganda, uning hayoti barakali bo'ladi va u bu yerda ruhning nektarini tatib ko'radi. U endi odatlar va istaklar asiri bo'lmaydi, balki uning ongi ilohiy mavjudotning qalbiga aylanadi va u yerda ta'riflab bo'lmaydigan yangilangan zavqlardan bahramand bo'lib .yashaydi

Tana eng buyuk dorixonadir

Tibbiyot tadqiqotchilari shuni aniqladilarki, biz cheksiz quvonchni his qilganimizda, tanamiz shifokorlar tomonidan buyurilgan dorilar kabi kuchli va samarali bo'lgan antidepressantlar va boshqa stressni kamaytiruvchi moddalarni ishlab chiqaradi. Tanamiz Yer yuzidagi eng buyuk dorixona bo'lib, Xudo bizda o'rnatgan ma'naviy muvozanat bilan uyg'unlikda bo'lganimizda, to'g'ri narsani .to'g'ri vaqtda ishlab chiqarishga qodir

Hamma stress ham zararli emas; stress tanamiz orqali oqib o'tadigan hayotiy energiyani uyg'otadi va faollik va harakatni rag'batlantiradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, .yetarli miqdorda stress foydalidir

Ammo muammo stress sog'lom darajadan oshib ketganda paydo bo'ladi

Har birimizning stressga bo'lgan shaxsiy chegaramiz bor va bu chegaradan oshib ketganda, biz kerak bo'lgandan ko'ra ko'proq stressga tushamiz va tanada, his-tuyg'ularda va ongda muammolar paydo bo'la boshlaguncha buni .sezmasligimiz mumkin

Xudo bilan hayot quvonch va baxtdir, Xudosiz esa tashvish, tartibsizlik, qiyinchilik va hatto falokat ham bor. Xo'sh, qanday qilib falokatlar va fojialar hukmronlik qiladigan hayotda tinchlik va osoyishtalikni topib, bu yerga bir oz baxt ?keltirishimiz mumkin

Birinchi talab - hayot bosimi ularning ta'siri ostida
.bo'lganimizda ulardan xabardor bo'lishdir

Xudo dono va bilimdondir va U tanamizga qulaylik,
noqulaylik, xotirjamlik va xavotir kabi signallarni bergan va
biz bu signallarga e'tibor berishimiz kerak. Tanamizda bizga
biror narsa aytishga harakat qiladigan ilohiy aql bor va biz
stress yoki dam olish paytida bu xabarlarini tinglashimiz
kerak. Stressni his qilganingizda, ongingizni tanangizning
stressni boshdan kechirayotgan qismiga qarating, keyin
chuqur nafas oling va shu bilan birga, u tebranguncha o'sha
qismni muloyimlik bilan tarang. Keyin bo'shashing va
taranglikni yo'qoting. Bu tanada energiya va hayotiy
muvozanatni saqlashga va uni stressning zararli ta'siridan
.himoya qilishga yordam beradi

Shuningdek, biz hissiy stressni nafas olish orqali
boshqarishimiz mumkin. Qo'rquv yoki boshqa zararli his-
tuyg'ularni his qilganingizda, bir necha marta sekin, chuqur
va ritmik nafas oling va chiqaring, bu har bir nafas
chiqarishda tanangizga bo'shashishga imkon beradi. Bu
yurak urishini sekinlashtirishga, normal qon aylanishini
tiklashga, asablaringiz orqali hayotiy energiya oqimini
osonlashtirishga va ongingizni tinchlantirishga va
.fikrlaringizni tozalashga yordam beradi

Hayot favqulodda vaziyat emas; bu go'zal ilohiy ifoda va
biz undan zavqlanishimiz kerak. Tabassum kuch ekanligini
yodda tutaylik; agar biz undan foydalanmasak, hayotning
.muhim jihatini yo'qotamiz

Insonlar his-tuyg'ular va tuyg'ularga ega ruhlardir va
ularning kiyim yoki tashqi palto kabi kiyadigan tanasi bor.
Ammo biz faqat tana va his-tuyg'ular darajasida yashasak,
.stress va keskinlikning salbiy ta'siriga tushib qolamiz

Biz o'zimizning asosiy tabiatimiz, ya'ni ruh bilan uyg'unlikda bo'lganimizda, ruhning quvonchi qalbgga oqib keladi va sevgiga aylanadi. Ruhning tinchligi va osoyishtaligi bilan bog'liq bo'lgan bu sevgini his qilish va uning uyg'un ta'siri ostida harakat qilish va o'zaro ta'sir qilish, ziddiyatlar va qarama-qarshiliklarga to'la dunyoda tabiiy yashashning eng mos usuli hisoblanadi. Bu quvonch bilan uyg'unlik hayot .muammolarining yechimidir

Izoh: “Organizm antidepressant va stress va taranglikni kamaytiradigan boshqa moddalarni ishlab chiqaradi, ular shifokorlar tomonidan buyurilganidan kam bo'lmagan kuchli va samarali” degan bayonotga kelsak, bu tibbiy maslahat va retseptlarsiz voz kechish tavsiyasi emas, shuning uchun .aniqlik kiritish zarur

Magnit tenglamalar

Kuchli mavjudligi va yomon moyilligi bo'lgan odam + mehribon, ammo irodasi zaif odam = yovuzlik magnetizmi
mehrddan ustun keladi

Yomon moyillikka ega zaif irodali odam + yaxshi moyillikka ega kuchli irodali odam = yaxshilik magnetizmi
yovuzni yengadi

Zaif ma'naviy magnitlanish + yovuz biomagnetizm =
kuchli yovuz magnitlanish

Kuchli axloqiy kuch + zaif axloqiy kuch = katta axloqiy
kuch

G'azabl原因 va zo'ravon odam + muloyim va mehribon odam = g'azabning jozibasi muloyimlikdan ustun keladi

Kuchli, muvozanatli va xotirjam temperament + ba'zan norozilikka moyil bo'lgan temperament = xotirjamlikning jozibasi ustunlik qiladi

Surunkali chuqur ildiz otgan muvaffaqiyatsizlik +
kamroq chuqur ildiz otgan muvaffaqiyatsizlik = kuchli
muvaffaqiyatsizlik magnitlanishi

Kuchli ijobiy muvaffaqiyat + kamroq ijobiy muvaffaqiyat
= kuchaytirilgan muvaffaqiyat

Kuchli muvaffaqiyatsizlik tebranishi + kuchli
muvaffaqiyat tebranishi = muhit va sharoitlarga qarab kuchli
muvaffaqiyatsizlik magnitlanishi yoki kuchli muvaffaqiyat
magnitlanishi

Kuchli, sog'lom aql + to'liq johillik = yoki ayyorlik va
mahorat, yoki johillik va ahmoqlik

Ajoyib ma'naviy kuch + ajoyib amaliy kuch = Ma'naviy
magnetizm - chinakam ajoyib amaliy kuch

Agar odamlar atrofdagi efirdagi ko'plab sayyoraviy
mavjudotlarni ko'ra olsalar, ehtimol ba'zilar o'zlarining vafot
etgan yaqinlarini topishga harakat qilishar edi. Xudo mening
ruhiy ko'zlarimni ochdi va men yer olamini tark etgan ko'plab
ruhlarni ko'rmoqdaman. Ma'naviy ko'zga (peshonaning
markaziga) chuqur e'tibor qaratish orqali inson ichki ko'rish
qobiliyati bilan efir tekisligiga ko'tarilgan barcha yaxshi
ruhlar yashaydigan nurli dunyoni ko'rish mumkin. Rahmdil
.Zotning huzuriga

Odamlarda yurak simsiz qabul qilgich, ruhiy ko'z esa
uzatuvchi vazifasini bajaradi. Agar siz vafot etgan
yaqinlaringizni ko'ra olmasangiz ham, his-tuyg'ularingizni
xotirjamlik bilan qalbgaga qaratsangiz, endi osmon tanalarida
yashayotgan, Xudoning tinchligi va xavfsizligidan
bahramand bo'lib, tananing cheklovlaridan ozod
bo'lishlaridan xursand bo'lgan azizlaringizning borligini his
qilishingiz mumkin, shunda siz ularning tinchligida taskin
.topasiz va qalbingiz ular haqida xotirjam bo'ladi

Xudoning ismini tilga olganimda, butun vujudim oliy quvonchga to'ladi. Lekin bu holat menga faqat katta kuch sarflagandan keyin keldi. Avvaliga men sog'inchga moyil emas edim, chunki o'shanda ongim chalg'igan edi. Lekin endi, fikrlarim va ongimni ruhiy markazga - qoshlar orasidagi bo'shliqqa qaratganim zahoti, barcha fikrlar yo'qoladi, nafas olish o'z-o'zidan to'xtaydi, yurak urishdan to'xtaydi, ongning notinchligi pasayadi va ruhga mavjudlik holatlari tushadi, shunda men ruhiy ekstazni boshdan kechiraman va ilohiy .saodatga to'laman

Oltin so'zlar

Baxt mening huquqim, merosim va yashirin ilohiy xazinamdir. Meni o'zimda shohlarning orzularidan ustun .bo'lgan xazinalarni topishga yo'naltir

* * *

Hayot - bu muntazam ritmga ega aqli harakat. U o'zini jonsiz narsalarda shakllantiradi yoki tirik va harakatlanuvchi shaklga kiradi. Hayot hamma narsani qamrab oladi va .hamma narsaga singib ketadi

* * *

Ey eng buyuk sevgilim, Sen hayotsan, Sen mening .maqsadim va intilishimsan

* * *

Menga samoviy bog'ingda gullab-yashnayotgan atirgul yoki yorqin sevgi marjoningda yaltiroq munchoq yasa, yoki .menga eng katta sharafni ber: yuragingdagi eng kichik joyni

* * *

Yaxshilik qilishdagi harakatlarimni boshqalar qadrlaydigan joyda men eng katta xizmatni ko'rsata olaman

* * *

Keling, shirin xotiralar va nafis fikrlarning ipak iplari bilan orzularning oltin gilamini to'qaylik

* * *

Sevgi ongni sayqallash va xarakterdagi qo'pollikni
.ketkazadigan zimpara qog'oziga o'xshaydi

* * *

Pandemiyalar, falokatlar va tabiatdagi vayronagarchilik,
halokat va keng tarqalgan zarar keltiradigan zo'ravon
o'zgarishlar "ilohiy farmon" emas. Bu ofatlar inson fikrlari va
harakatlaridan kelib chiqadi. Dunyoning yaxshilik va
yomonlikning nozik muvozanati insonning yomon niyatlari va
noto'g'ri harakatlari natijasida yuzaga keladigan zararli
to'lqinlar va tebranishlarning to'planishi bilan qayerda
bo'lmasin, betartiblik hukmronlik qiladi va keng tarqalgan
.vayronagarchilik yuzaga keladi

* * *

Men har bir xalqning eng yaxshisini olaman va barcha
millatlarning kamchiliklariga e'tibor qaratmasdan, ularning
.yaxshi fazilatlarini qadrlayman

* * *

Kundalik ovqatimizning ozuqaviy qiymatiga g'amxo'rlik
qilganimiz kabi, har kuni ongimizga beradigan psixologik
.ozuqalarga ham e'tibor berishimiz kerak

* * *

Yaxshi so'zlar ko'plab kasalliklar uchun ajoyib davo
bo'lib, kuchli, deyarli sehrli, magnit kuchga ega bo'lib,
so'zlovchiga mo'l-ko'l baraka va farovonlik keltiradi.
Yumshatuvchi, muloyim so'zlarni ishlatadiganlar ular orqali
uzluksiz oqayotgan nozik oqimni his qilishadi va ular chuqur
xotirjamlik hissi bilan to'ladilar. Buning sababi, bu oqim
o'zining yuqori manbai bilan bog'liq, doimiy oqim bo'lib, u
shu manba bilan uyg'unlikda qalblarga yetib boradi va ularga
.tinchlikni orzu qilganlarga baxtni etkazish imkonini beradi

* * *

Qanchadan-qancha mehrli so'zlar ko'plab qayg'ularni
yo'q qildi va qanchadan-qancha dono ovozlar qorong'u
!yo'llarni quvonch va xotirjamlik chiroqlari bilan yoritib berdi

* * *

Biz boshdan kechirgan har bir tajriba orqali o'sib
boramiz, agar ulardan qimmatli saboqlar olishimiz
mumkinligini anglasak. Chunki biz boshdan kechirgan har bir
.og'riq va azob-uqubatlarning ma'nosi va maqsadi bor

* * *

Tajribalarning qattiqqo'lligiga qaramay, ular temir
rudasini eritib, uni chiroyli, bardoshli va ko'p qirrali po'latga
.aylantiradigan olovga o'xshaydi

* * *

Hayotimdagi barcha ajoyib yutuqlar Xudo bilan
uyg'unlikdagi ong kuchi orqali erishildi. Ilohiy generator
ishlayotganida, men xohlagan hamma narsa istisnosiz
amalga oshadi, avval ko'rinmas, efirdagi dizayn sifatida
shakllanadi, keyin esa haqiqatda qarshilik ko'rsatmaydigan
.kuch bilan namoyon bo'ladi

* * *

Aql Xudoga intiq qalbning tubidan samimiy, g'ayratli
pichirlaganda, ruhning chaqirig'i koinot qalbiga ta'sir qiladi
va javob keladi, bu esa ulkan quvonch keltiradi. Bu
intellektual pichirlash irodani kerakli maqsadga erishish
.uchun zarur bo'lgan kuchga ega bo'lguncha rivojlantiradi

* * *

Insonning ongi va irodasi Xudo bilan uyg'un bo'lganda,
ular cheksiz kuchga ega bo'ladilar, shuning uchun biror narsa
haqida o'ylashning o'zi unga erishish uchun yetarli, chunki
ilohiy qonun oliy iroda bilan uyg'un bo'lganlar foydasiga
.ishlaydi

* * *

Inson Xudo unga bergan barcha intellektual
qobiliyatlarini o'tkinchi narsalarga sarflamasligi kerak, aks
holda ular materializm labirintida o'zlarini yo'qotib qo'yishadi
va o'zlari uchun keraksiz cheklovlar va cheklovlarni
yaratadilar. Buning o'rniga, ular o'zlarining intellektual
kuchlaridan hayot ehtiyojlarini qondirish uchun
foydalanishlari va to'g'ri va noto'g'rini, zararli va foydali

narsalarni farqlash uchun axloqiy qobiliyatlarini
.rivojlantirishga intilishlari kerak

* * *

Haqiqat fikrlar va nazariyalardan tashqarida va bu
yondashuvni qo'llaydiganlarning ko'pchiligi o'zlarining
.sub'ektiv xulosalariga bog'lanib qoladilar

* * *

Ey Rabbim, xotirjamlik darvozalarini och va ruhiy
fikrlarim ma'badi maskanini yovuz pichirlashlar hujumlaridan
saqla. Sening kelishing tongini kutar ekanman,
.sog'inchlarimning atirgullari qalbim bog'ida gullasin

* * *

Nazariy bilim ilohiy bilimga ega bo'la olmaydi va
qimmatli vaqtingizni haqiqatda qo'llay olmaydigan
nazariyalarga sarflamaslik tavsiya etiladi, aks holda inson
o'zini zich intellektual o'rmonlar orasida topadi va
.nazariyalar doirasidan chiqa olmaydi

* * *

Baxt - bu hayotning o'zgaruvchan sharoitlari ustidan
.ruhiy g'alabaning samarasidir

* * *

Xudo tanigan odam dunyoga noma'lum bo'lishi mumkin

* * *

Agar inson o'zini nazariy bilimlar bilan dasturlashtirsa
[haqiqiy sinovsiz], u maqollarni takrorlaydigan va yuksak
iboralarni aks ettiradigan ko'chma yozib olish moslamasiga
o'xshaydi va boshqalar uni bilimdon olim deb hisoblashadi,
ammo bunday bilim haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri idrok etish
bilan mustahkamlanmaydi va ma'naviy yutuqlar bilan
.tenglashmaydi

* * *

Dunyoda muammolar davom etaveradi, shuning uchun
yo'l-yo'riq va yo'l-yo'riq uchun qayerga murojaat qilish
mumkin? Odatlar, xurofotlar, tarafkashliklar va fanatizm
ta'sirida bo'lgan insonning fikrlari hech qanday foyda

bermaydi va atrof-muhit, oila, mamlakat yoki dunyoning
ta'siri haqiqiy yo'l-yo'riq ko'rsatishga qodir emas. Shuning
uchun inson Xudoga murojaat qilishi va qalb tubidan
chiqayotgan xotirjam, osoyishta ovozni, haqiqat bilan uyg'un
.ovozni tinglashi kerak

* * *

Ilohiy yog'in sizdan oqib o'tishi va hayotingizni ma'naviy
ne'matlar va yaxshilik bilan to'ldirishi uchun qalblaringizni
.ilohiy yog'inga oching

* * *

Qaysi ish bilan shug'ullanishingizdan va qanday
yutuqlarga erisha olishingizdan qat'i nazar, doimo yodda
tutingki, Xudo sizga ishlash va erishish uchun zarur bo'lgan
.barcha kuchni beradigan manbadir

* * *

Ey Rabbim, Seni qashshoqlikda ham, farovonlikda ham,
kasallikda ham, sog'lig'imda ham, johillikda ham, donolikda
ham eslagin va bir zumda sog'liq va shifo beradigan
.muborak nuringni ko'rishimga ijozat bergin

* * *

Fikrlarimning yolg'izligida, muborak ovozingizni
eshitishni orzu qilaman Xotiramning burmalarida yashiringan
qo'pol, dunyoviy ovozlarni mendan haydab chiqaring Men
sizning xotirjam, ohangdor ovozingizni qalbimning
xotirjamligida abadiy tinglashni istayman

* * *

Hayot zulmatga burkangan va ba'zan biz qoqilib, oldinga
siljishdan ikkilanamiz. Hayotning qorong'u yo'llaridan
yurganda, Xudoning nuri bizga yo'l ko'rsatuvchi chiroq
bo'lishiga yo'l qo'yishimiz kerak. U johillik va zulmat tunlarida
to'lin oy, uyg'onish soatlarida nur quyoshi, yo'l-yo'riq mayoqi
va yer yuzidagi, o'tkinchi hayot dengizlarida kezib
.yuruvchilar uchun yo'l ko'rsatuvchi yulduzdir

* * *

Inson uchun unutuluvchanlik uyqusidan ruhning uyg'onishiga
.qadar ongini uyg'otish vaqti keldi

* * *

Ey Rabbimiz, biz Sendan xabardorligimizni johillik va tor,
cheklangan fikrlar tubidan tinchlik, yorug'lik, sevgi va
.umuminsoniy mehr-shafqat ufqlariga ko'tarishni so'raymiz

* * *

Oxir-oqibat hamma narsa yaxshilanadi, chunki Xudoning
kuchlari va mo''jizalari inson hayotining qarama-qarshiliklari
ortida yashiringan va kimki vaziyatning muqarrarligiga
ishonch hosil qilmasa va o'z ongi va imoni bilan parda
ortidagi narsaga kirishga harakat qilsa, u uchun eshik
.ochiladi, bu eshikni har bir iymonli qo'l taqillatadi

* * *

Imon hech qachon beparvolik yoki vaziyatlarga oqilona
munosabatda bo'lmaslik degani emas. Aksincha, nima
bo'lishidan qat'i nazar, inson o'zini faqat Xudo qiyin va
stressli vaziyatlarda, agar u butun qalbi, joni va his-tuyg'ulari
bilan Unga murojaat qilsa, uni qo'llab-quvvatlashga qodir
.ekanligiga ishontirishi kerak

* * *

Agar sezgi organlarimiz bizga butun haqiqatni
yetkazganda edi, biz Yerni elektronlar daryosi sifatida ko'rar
edik va har bir chang zarrasini yorug'lik massasi sifatida
.ko'rar edik

* * *

Materiyadan ruhgacha bo'lgan tushunchalari bilan kirib
boradiganlar illyuziyaning mohiyatini tushunadilar va
.haqiqatning mohiyatini biladilar

* * *

Inson Afrika o'rmonlarida bo'ladimi, jang maydonida
bo'ladimi, kasallikdan yoki qashshoqlikdan aziyat chekadimi,
u o'zini Xudoning qo'li xavfdan kuchliroq va Undan pano

izlaganlarni himoya qilishga qodir ekanligiga ishontirishi
.kerak

O'zini himoya qilishning bundan samaraliroq usuli yo'q.
Albatta, voqealar bilan ishlashda mantiqdan foydalanish va
.shu bilan birga ilohiy yordamga to'liq ishonish kerak

* * *

Barcha mavjudotlarning qalbida yashaydigan sevgi —
barcha onalar, otalar, do'stlar va yaqinlarning sevgisi —
.ilohiy sevgidan kelib chiqadi

* * *

Katta va kichik vazifalar o'rtasida farq bo'lishi kerak,
shunchaki muhimlaridan ko'ra eng muhimini
ustuvorlashtirish kerak. Bundan tashqari, hech bir vazifa
boshqasiga zid kelmasligi kerak. Muqaddas Yozuvlarda
aytilishicha, bir vazifa boshqasi bilan ziddiyatga kirsam, bu
.uning haqiqiy burch emasligidan dalolat beradi

* * *

Quyoshning hayotiy nurlari tarqalib borar ekan, men
kambag'allar va tashlab ketilganlarning [jamiyat tashlab
ketganlarning] qalbiga umid nurlarini sochaman va o'zlarini
muvaffaqiyatsiz deb o'ylaydiganlarning qalbiga yangi
.qat'iyat bag'ishlayman

* * *

Ustoz Paramahansa shogirdlaridan biriga shunday
degan edi: "Hech kimni sevgi doirangizdan chetlashtirmang,
hammani qalbingizda saqlang, shunda ular sizni o'z
."qalblarida saqlaydilar

* * *

Rabbim, menga har doim foydali va xayrli ishlarni
bajarish uchun irodamdan foydalanishimga yordam ber
Barcha fikrlarim maqsadlaringizga javob berishi va
irodang bilan uyg'un bo'lishi uchun menga irodangga
moslashishga yordam ber

U menga barcha qiyinchiliklar va sinovlarni yengib
o'tishim uchun ichimdagi yashirin, muborak kuchni
uyg'otishga yordam berdi

* * *

Sherlarning kuchini kaptarlarning muloyimligi bilan
birlashtirgan jasur va kamtar ruhiy shaxsga uyg'oning

* * *

Meni achchiq, yolg'on tanqid ham, dabdabali maqtov va
xushomad ham bezovta qilmaydi. Mening yagona istagim -
Sening irodangni bajarish, ey Rabbim, va Sening
.marhamatingga sazovor bo'lish

* * *

Ilohiy huzurni his qilganingizda sizni to'ldiradigan ulkan
quvonchni tasavvur ham qila olmaysiz. Shunda qalbingiz
Xudoning cheksiz sevgisidan mast bo'ladi. Bu har qanday
insoniy sevgidan millionlab marta ustun bo'lgan sevgi -
barcha istaklaringizni ro'yobga chiqaradigan va qalbingizni
.quvonch va mamnuniyat bilan to'ldiradigan sevgi

* * *

Ichki diqqatni jamlash orqali siz o'zingizda va
atrofingizda ma'naviy baxtni bevosita his qilishingiz mumkin.
Agar siz ushbu ongni rivojlantirsangiz, shaxsiyatingiz uyg'un
ravishda o'sadi va odamlar va boshqa mavjudotlar uchun
.jozibali jozibaga ega bo'lasiz

* * *

Ey Buyuk Himoyachim, taqdirim tufayli hamma narsani
yo'qotsam ham, baribir, bu mening o'zim yaratgan narsa,
lekin Sendan, yagona panohimdan, senga bo'lgan sevgim
shamini beparvolik va unutish shamollaridan himoya
.qilishingni so'rayman

* * *

Keling, ijobiy fikrlash va optimistik qarashga bo'lgan
qat'iy qarorimiz bilan mustahkamlangan, qulay sharoitlar
buloqlaridan oqib chiqayotgan sof, tetiklantiruvchi tinchlik
.suvlaridan to'yguncha ichaylik

* * *

Vijdon - bu insonning asl tabiati va niyatlarini ochib beradigan intuitiv tuyg'u. Vijdoningiz toza bo'lsa va to'g'ri ish qilayotganingizni bilsangiz, qo'rqishga hech narsa yo'q.

Vijdoningiz toza bo'lsa, Xudodan kelgan yaxshi xulq-atvorning dalilidir. Vijdon sudida oqlanish baxtga erishish va .Xudoning marhamatlarini olish demakdir

* * *

Ko'pchilik qilmaydigan jasur va yoqimli ishlarni qilishga harakat qiling va boshqalar e'tiborsiz qoldiradiganlarga sevgi va tinchlik bering

* * *

:Ustoz Paramahansa shogirdlaridan biriga shunday dedi
Agar siz ongni rivojlantirishga vaqt sarflamasangiz,"
hech qanday moddiy farovonlik sizni qoniqtirmaydi. Bu o'stirish qiynoq emas, balki baxtga olib boradigan fikrlar va ".harakatlarni oziqlantirish uchun ongni mashq qilishdir

Baxtingiz - bu sizning muvaffaqiyatingiz, shuning uchun uni hech kim sizdan o'g'irlashiga yo'l qo'ymang. Sizni bezovta qilishga urinayotganlardan o'zingizni himoya qiling. Bolaligimda, ba'zi odamlar men haqimda yolg'on mish-mishlar tarqatganda, sabrim tugab qolardi. Keyinchalik, xotirjamligim odamlarning roziligi yoki hayratidan muhimroq .ekanligini angladim

* * *

Qani endi siz ba'zi dindorlar Xudo bilan boshdan kechiradigan ilohiy sevgi haqidagi hikoyani bilsangiz edi!
Hayotdagi boshqa hech bir tajriba bu quvonchga teng kela olmaydi. Men doimo Xudoning sevgisiga berilib ketgan va yuzidan muqaddas sevgi nuri sochilib turgan bir avliyoni bilardim. Xudoning nigohi doimo Uni sevuvchilarda va U .ularni bir lahza ham tark etmaydi

* * *

Aqliy va ma'naviy kuchlarini rivojlantirishga
.qiziqadiganlar kam

* * *

O'zingizni kechiktirish tubiga cho'ktirishga yo'l
qo'ymang. Zerikarli oddiy haqiqat uyqusidan turing va yutuq,
quvonch va tinchlik hukm suradigan nafis hayot ufqlariga
.yo'l oling

* * *

Sizning ichingizda investitsiya qilishni kutayotgan ulkan
salohiyat yotadi va siz uni faollashtirish va undan foyda olish
.imkoniyatiga ega bo'lgan yagona odamsiz

* * *

Yomon odatlar va nosog'lom ehtiroslar diktaturasidan
ozod bo'lish moddiy muvaffaqiyatdan ko'ra ko'proq baxt
.keltiradi

Adabiy muvaffaqiyat tashqi sharoitlar sizdan tortib
ololmaydigan psixologik baxt keltiradi

* * *

Siz butun vaqtingizni pul yig'ishga sarflashingiz mumkin,
ammo bu pul sizga izlayotgan uzoq muddatli tinchlik va
xavfsizlikni bermaydi. Aksincha, bu sizga ko'proq baxtsizlik
keltiradi, chunki baxt va xotirjamlik narsalarning o'zida
.emas, balki ongda yashaydi

* * *

Zaiflik ongingizga singib ketishiga yo'l qo'ymang va
salbiy fikrlarga va pessimistik qarashlarga ega odamlar bilan
muloqotda ehtiyot bo'ling, aks holda ularning zaif fikrlari
ongingizga singib ketmaydi, agar ongingiz boshqalarning
fikrlari uni zaiflashtira olmaydigan darajada kuchli bo'lmasa,
aksincha, u boshqalarning fikrlarini kuchaytirishga va o'ziga
.bo'lgan ishonchini oshirishga qodir bo'lmasa

* * *

Xudo birinchi o'rinda turadi va biz kunimizni U haqida
o'ylamasdan boshlamasligimiz yoki tugatmasligimiz kerak.
Biz Xudodan oladigan kuch va quvvatsiz hech bir vazifamizni

bajara olmasligimizni yodda tutishimiz kerak. Bu bizning
.Unga bo'lgan eng katta burchimizdir

* * *

Urf-odatlar va an'analarni baholash va hukm qilishning
bir yo'li bor Dastlab, har bir an'ananing asosi bor edi. Agar
biz asos hali ham haqiqat ekanligini aniqlasak, unda
an'ananing ma'nosi va foydasi bor. Biroq, an'analarga ko'r-
ko'rona ergashish oqilona emas. Biz nima to'g'ri ekanligini
bilib, unga amal qilishimiz, bizga nima baxt keltirishi
.mumkinligini ajratib olishimiz va keyin uni qo'llashimiz kerak

* * *

Baxt yoki muvaffaqiyatsizlikka uchragan juda ko'p
odamlarni ko'rsangiz, bu ularning taqdiri deb o'ylamang. Siz
o'zingizni xohlagan narsangizga aylantirishingiz mumkin.
Sizning ichki muvaffaqiyatingiz sizni chinakam
.muvaffaqiyatga olib keladi

* * *

Agar ichingizda hech narsa bo'lmasa, baxtli bo'lmaysiz.
Lekin agar atrofingizda hech narsa bo'lmasa va ichingizda
baxtli bo'lsangiz, shubhasiz muvaffaqiyatlisiz. Shunday qilib,
.odamlarni tashqi sharoitlariga qarab baholab bo'lmaydi

* * *

Keng olomon orasida ruhiy yuksalish darajasiga yetgan
va ichki xotirjamlik va oliy ma'naviy baxtdan bahramand
.bo'lgan odam bo'lishi mumkin

* * *

Menga kerak bo'lgan hamma narsa menga kelishini aniq
bilaman va shuning uchun kelajakda nima bo'lishi haqida
qayg'urmayman. Bu maqtanish yoki da'vo emas, chunki men
hayotimda bu muborak kuchning ishini va samaradorligini
.ko'p marta boshdan kechirganman

* * *

Hayot yuzasida suzib yursam ham, dengiz tubida cho'kib
ketsam ham, men Xudo bilan birga ekanligimni va U men
bilan ekanligini va hech narsa menga zarar yetkaza

olmasligini bilaman. Bu bilim menga ta'riflab bo'lmaydigan
.va chuqur baxt bag'ishladi

* * *

Yangi narsa sotib olish yoqimli tajriba ekanligiga shubha
yo'q. Ammo bir muncha vaqt o'tgach, bu quvonchli tuyg'u
asta-sekin yo'qoladi va siz hatto unga bo'lgan qiziqishni
butunlay yo'qotishingiz, uni unutib, boshqa narsani
xohlashingiz mumkin. Biroq, bu buyum uchun to'lov
unutilmaydi, ayniqsa uni to'lov asosida sotib olgan
!bo'lsangiz

* * *

Inson o'z hayotini nazorat qilishi va uni iloji boricha
soddalashtirishi kerak. Ular zaruriy va favqulodda vaziyatlar
uchun pul yig'ishlari, hashamatli narsalarga sarflashdan
ko'ra tejashga ustuvor ahamiyat berishlari va boshqalarga
qo'llaridan kelganicha yordam berishlari kerak. Boshqalarga
yordam berganingizda, yordam sizga u yoki bu tarzda keladi
va siz hech narsadan mahrum bo'lmaysiz va hech narsadan
.mahrum bo'lmaysiz

* * *

Ey Rabbim, barcha qalblarning quvonchida men Sening
ne'mating aks-sadosini eshitaman va barcha sodiqlarning
do'stligida Sening sevgingni his qilaman. Men quvonaman va
do'stlarimning muvaffaqiyati va farovonligidan yuragim
quvonadi, xuddi men o'z farovonligim va xotirjamligimdan
xursand bo'lganim kabi. Boshqalarga donolik ilhomlantirar
ekanman, o'z donoligim xazinalarini ko'paytiram va
.barchaning baxtida o'zimning donoligimni topaman

* * *

Baxtning eng katta dushmani - hashamatli buyumlar
sotib olish uchun qarz olish. Odamlar biron bir aniq narsaga
ega bo'lmaguncha baxtli bo'la olmasliklariga noto'g'ri
ishonishadi. Lekin o'sha narsaga ega bo'lgandan keyin ham,

u keltiradigan vaqtinchalik quvonchga qaramay, ular haqiqiy baxtni his qila olmaydilar. Faqatgina sindirib tashlashni va'da qilgan dunyoviy baxt sarobining orqasidan quvishning nima keragi bor? Odamlar doimiy e'tibor talab qiladigan ko'plab .narsalarga muhtoj bo'lmasdan, sodda yashashlari kerak

* * *

Jannati mening ichimda. Xudoning ne'matlaridan bahramand bo'lar ekanman, Unga shukur qilaman va ichki quvonchim oshadi. Bu ichki mamnuniyatsiz, hatto dunyoviy zavq va quvonchlar ham do'zaxga aylanadi. Men shuni angladimki, bu ichki quvonchsiz menga yuklangan mas'uliyat yuki meni tinchligimdan mahrum qilib, baxtimdan mahrum .qilgan bo'lar edi

* * *

Agar boylik kasallik va muammolar bilan birlashsa, oqibatlari juda ko'p bo'ladi. Gigiena va sog'liqni saqlash G'arbning kuchli tomonlaridan biridir. Rivojlangan mamlakatlarda zararli hasharotlar va halokatli mikroblar samarali nazorat qilinadi, boshqa mamlakatlarda esa ular ko'p. Ammo bu zararkunandalarni yo'q qilish yutuqning cho'qqisi emas, chunki rivojlangan mamlakatlarda boshqa turdagi muammolar, masalan, to'lash qiyin bo'lgan to'lovlar va to'lovlarni amalga oshirish tizimlari tufayli bo'g'uvchi moliyaviy inqirozlar mavjud - bu uyquni buzadigan va .xotirjamlikni buzadigan muammolar

* * *

Biz bu buyuk olam paydo bo'lgan ongning ajralmas
qismimiz
* * *

Siz hech qachon qo'y podasini ko'rganmisiz? Agar ulardan biri sakrasa, qolganlari ikkilanmasdan unga taqlid qilishadi. Ko'pchilik odamlar shunday. Kimdir g'oya o'ylab topishi yoki yangi tendentsiyani joriy qilishi mumkin, boshqalari esa darhol unga qo'shib, uni taqlid qilishadi. Bu naqsh avlodlar davomida saqlanib qolgan. Har bir xalqning

o'z urf-odatlari va an'analari bor va biz ularning barchasi
to'g'ri yoki asosli deb da'vo qila olmaymiz. Lekin kim biladi?
Balki bu urf-odat va an'analarning ba'zilari ma'nosiz va
.befoydadir

* * *

Fikrlarning notinch bo'roni pasayganda, biz tinchlik
.shohligiga kiramiz va ilohiy huzurga tegamiz

* * *

Xudoni yoki tinchlikka ilhomlantiruvchi go'zal manzarani
yoki quvonchli va yoqimli tajribani tasavvur qiling. Ijobiy,
.xotirjam aqliy faoliyat tetiklantiruvchi va tetiklantiruvchidir

* * *

Biz tartibsiz va notinch dunyoda yashayapmiz. Siz pul
baxt degani deb o'ylashingiz mumkin, lekin uni qo'lga
kiritganingizda ham, baribir baxtsiz ekanligingizni anglaysiz.
Siz boylik orttirishingiz va — Xudo saqlasin — sog'lig'ingizni
yo'qotishingiz mumkin. Yoki sog'lig'ingiz yaxshi bo'lib,
pulingizni yo'qotishingiz mumkin. Yoki siz ham boylik, ham
sog'liqqa ega bo'lishingiz mumkin, lekin boshqalar bilan
ko'plab muammolarga duch kelishingiz, mehr-oqibat
ko'rsatishingiz va buning evaziga g'azab va nafrat bilan
javob berishingiz mumkin. Xudosiz bu hayotda hech narsa
.sizni chinakamiga qoniqtira olmaydi

* * *

Yer ilohiy rejadan bexabar yashovchilar uchun qiynoq
kamerasiga aylanadi. Ammo hayot tajribalarini o'zingizning
ustozingiz sifatida ko'rsangiz va ulardan bu dunyoning asl
mohiyatini va kosmik dramadagi sizga yuklatilgan rolni
o'rgansangiz, bu tajribalar abadiy mamnuniyat va baxtga
.erishish yo'lida qimmatli yoritgichlarga aylanadi

* * *

U yerda, qorong'ulik, jimjitlik va yaratilmagan yo'qlik
ortida, mavjudlikning kelib chiqishi va barcha kuchlar va
mavjudotlarning, ko'rinadigan va ko'rinmas manbai bo'lgan
.abadiy mohiyat yotadi

* * *

Xudo bu yerni bizni shunchaki ovqatlanish, uxlash va o'lish uchun yaratmagan, balki biz Uning irodasini bilishimiz va mavjudligimizning maqsadini tushunishimiz uchun yaratgan. Bir nechta dono odamlar kosmik rejaning ma'nosini tushunishgan, ammo ko'pchilik odamlar ko'r va bu .maqsaddan bexabar

* * *

Pul hech qachon hayotimdagi maqsadim bo'lmagan; maqsadim insoniyatdagi birodar-uka va opa-singillarimga xizmat qilish edi. Shuning uchun Xudo menga o'zimni ta'minlash va vazifamni bajarish uchun ko'plab imkoniyatlar .eshiklarini ochdi

* * *

Xudo bu koinotni qat'iy va o'zgarmas qonunga muvofiq ishlash uchun yaratgan. Agar biz ushbu universal qonunlarning birortasini buzsak, o'zimizni jazolaymiz. Baland binoning tomidan sakragan odam suyaklarini sindirib tashlaydi. Shuning uchun biz tortishish qonunini e'tiborsiz .qoldirib, oqibatlarini boshdan kechira olmaymiz

* * *

Dunyo tsivilizatsiyalariga chuqur nazar tashlasak va qadimgi tsivilizatsiyalarning yashirin sirlarini o'rgansak, o'zaro bog'liq chiziqlar, xilma-xil boblar va aniq tafsilotlar bilan keng manzara paydo bo'ladi va biz insonning bir vaqtning o'zida ham individual, ham ijtimoiy tabiatga ega .ekanligini aniqlaymiz

* * *

Agar Xudo bizning faqat moddiy ongda yashashimizni istasa, biz moddiy narsalardan to'liq qoniqamiz va dunyoviy .hayotdan mamnun bo'lamiz

* * *

Orzulardan tashqari poklik, tinchlik va baxt nurlari bizning asosiy tubimizda miltillaydi va raqsga tushadi

* * *

Bu yer yuzidagi sayohatimiz davomida hayotimiz
osmonida paydo bo'ladigan har bir tajriba bilan biz ongimizni
kengaytirishni va bizni o'rab turgan yoki boshdan
kechirayotgan vaziyatlarni yaxshiroq tushunishni
o'rganishimiz kerak, shunda biz odamlar va hayot bilan
.yanada uyg'un va xavfsizroq munosabatda bo'la olamiz

* * *

Ko'p odamlar boshqalarga taqlid qilishadi. Inson o'ziga
xos va ijodiy bo'lishi va qilayotgan barcha ishlarini mohirona
.bajarishi kerak

Sharqda asosiy e'tibor ma'naviy baxtni rivojlantirishga
qaratilgan bo'lsa, hayotning moddiy jihatlari ko'pincha
e'tibordan chetda qolgan. G'arbda ba'zi moddiy qulayliklar
mavjud, ammo psixologik baxt juda kam. Kerak bo'lgan
narsa bu ikkalasi o'rtasida muvozanatdir, chunki hayotning
faqat bitta jihatiga e'tibor qaratish nomutanosiblikka va
.hayot talablariga oqilona yondasha olmaslikka olib keladi

* * *

Ilohiy baxtdan keyingi eng katta baxt - inson uchun
yilning har kuni birga yashashi kerak bo'lgan yaqin
.qarindoshlari bilan tinch-totuv yashashdir

* * *

Odamlar ko'p vaqtlarini shoshilib va impulsiv harakatlarga
sarflaydilar, ammo ko'p narsaga erisha olmaydilar. Hayot
nimani taklif qilayotganini tushunish va mulohaza yuritish
.uchun deyarli to'xtamaydilar

* * *

Biz tinchlik bog'larida ajoyib ma'naviy fazilatlarning son-
sanoqsiz gullari bilan gullab-yashnaydigan va porlaydigan
donolikning ichki inshootlarini qurish uchun ishlashimiz
.kerak

* * *

Ichki uyg'unlik kuchning boy manbaidir va qayta
tiklanadigan energiya ishlab chiqaradi

* * *

Hayotga nazar tashlasak, muvaffaqiyatga erishish oson
emasligini ko'ramiz. Hayot ko'pincha qattiq va shafqatsiz
bo'ladi va biz tirikchilik qilish uchun kurashishimiz kerak.

Tanangizni saqlash va uni sog'lom va kasallikdan xoli
saqlash uchun zarur bo'lgan kuch haqida o'ylang! Agar
bunga erishsangiz ham, bu muvaffaqiyat vaqtinchalik. Tana
— uzoq umr ko'ring — oxir-oqibat dam olishga qo'yiladi.
Kerakli muvaffaqiyatga erishish uchun ichki va tashqi ko'plab
kuchlarga qarshi kurashish zarurati tug'iladi. Bu kuchlar sizni
har qanday chinakam muhim yutuqlardan mahrum qilish
.uchun tinimsiz ishlaydi

* * *

Har qanday vaziyatda xotirjamlikni saqlashga harakat
qiling va tinchligingiz urug'i quvonch va mamnuniyat
.tabassumi bilan gullab-yashnasin

* * *

Hatto eng buyuk avliyolar ham o'zlarining
muvaffaqiyatlarini, ya'ni ma'naviy tajribalari va oliy
bilimlarini boshqalar bilan baham ko'rmaguncha, ularga
muqaddas bilimlarga erishishda yordam bermaguncha to'liq
.najotga erisha olmaydilar

* * *

Shu sababli, ushbu bosqichlarga erishgan va ushbu
holatlarga erishganlar, agar siz chinakam muvaffaqiyatga
erishmoqchi bo'lsangiz, nafaqat o'zingizning shaxsiy
.baxtingizni, balki boshqalarning baxtini ham ta'minlaysiz

* * *

Aqlga ega bo'lgan har bir kishi pul topishi mumkin. Lekin
agar ularning qalbida sevgi bo'lsa, ular bu pulni hech qachon
xudbinlik maqsadlarida ishlatmaydilar; aksincha, ular uni
boshqalar bilan baham ko'rishadi. Pul xudbin va baxil

odamlar qo'lida la'nat va baxtsizlik, mehribon qalb va
.saxovatli odamlar qo'lida esa ne'mat va sovg'adir

* * *

Kimdir uzoq vaqt jim turishni tanlashi mumkin, bu vaqt
ichida oila a'zolari bilan gaplashishdan bosh tortishi mumkin.
Bu odam natijada ichki xotirjamlikka erishishi mumkin bo'lsa-
da, uning xatti-harakati xudbinlik va oilasining baxtiga zarar
keltiradi. Agar ularning yaqinlari ham ularning yutuqlaridan
foyda ko'rmasa, ularni chinakam muvaffaqiyatli deb
.hisoblash mumkin emas

* * *

Xuddi shunday, moddiy muvaffaqiyatga erishish nafaqat
bizning farovonlikdan mustaqil ravishda bahramand bo'lish
huquqimiz, balki boshqalarga nisbatan ularning moddiy
sharoitlari va yashash sharoitlarini yaxshilashga yordam
.berish borasidagi axloqiy mas'uliyatimizdir

* * *

Men toza vijdonim devorlari ortida himoyalanganman,
qorong'u o'tmishni yoqib yubordim va faqat bugun bilan
.qiziqaman

* * *

Bugun men eng buyuk yaxshilik nuri bilan bir
ekanligimni va qayg'u dengizi to'lqinlariga qarshi
.kurashayotganlar uchun mayoq ekanligimni anglayapman

* * *

Odamlar hayotdagi ambitsiyalariga qarab muvaffaqiyat
haqida turli xil qarashlar va nazariyalarga ega. Ba'zi odamlar
muvaffaqiyatni o'g'irlik bilan tenglashtirib, "U muvaffaqiyatli
o'g'ri edi!" kabi gaplarni aytishlari odatiy hol. Bu barcha
shakl va navlardagi muvaffaqiyat orzu qilingan va intiladigan
narsa ekanligini ta'kidlaydi. Biroq, bizning muvaffaqiyatimiz
.boshqalarga zarar yetkazmasligi kerak

* * *

Muvaffaqiyatning yana bir mezonini bor: o'zimiz uchun
uyg'un va foydali natijalarga erisha olsak,

muvaffaqiyatimizga boshqalarni ham qo'shishimiz va uning
.samarasini ular bilan baham ko'rishimiz kerak

* * *

Muvaffaqiyat insonning o'z muhitidan qoniqishi va
qoniqishini anglatadi. Haqiqiy muvaffaqiyat adolat
tamoyillariga asoslangan harakatlarning natijasidir va u
boshqalarning baxti va farovonligini o'z baxtining ajralmas
qismi sifatida qamrab oladi. Agar biz ushbu tamoyilni
moddiy, intellektual, axloqiy va ma'naviy hayotimizga
qo'llasak, muvaffaqiyatning to'liq va keng qamrovli ta'rifi-
.ga bo'lamiz

* * *

Bu cheklangan dunyoda biz uzunlik, kenglik va zichlikni
idrok etamiz, ammo o'lchamlar mavjud bo'lmagan yana bir
daraja mavjud; hamma narsa aniq va shaffof - hamma narsa
ong va idrokdir. Ta'm hissi idrokdir, hid hissi ham xuddi
shunday. Bizning his-tuyg'ularimiz, fikrlarimiz va tanamiz
ong holatidir. Xuddi tushlarda ko'rish, eshitish, hidlash, ta'm
bilish va teginishimiz kabi, yuqori darajada ham biz bu
.hislarning barchasini sof ong orqali boshdan kechiramiz

* * *

Ey Rabbim, bizni O'zingning yaqinligingni his qilish orqali
baxtli qilgin, bizni istaklar kishanlaridan ozod qilgin va bizga
hayot tajribalari va uning o'zgaruvchan voqealari ta'sir
.qilmaydigan ichki quvonchni ato et

* * *

Ongimiz yuqori idrok bilan uyg'unlashganda, ichimizda
ma'naviy ong uyg'onadi va biz ilohiy donolik va sevgining
.ajoyib mo''jizalarini boshdan kechiramiz

* * *

Agar biz Xudoni to'liq sevsak va Unga butun fikrlarimiz
va qalbimiz bilan murojaat qilsak, biz Unga yaqin bo'lamiz va
U hayotdagi eng buyuk xavfsizlik boshpanasi ekanligini bilib
.olamiz

* * *

Bo'sh va bo'm-bo'shdek tuyulgan makonda bizni
koinotdagi barcha tirik va jonsiz mavjudotlar bilan
birlashtiradigan kosmik aloqa va abadiy hayot mavjud bo'lib,
ulkan hayot to'liqini mavjudotdagi hamma narsadan oqib
.o'tadi

* * *

Abadiylik bizning haqiqiy uyimiz va doimiy
maskanimizdir va bu tanalardagi mavjudligimiz vaqtinchalik
mavjudlikdir, xuddi cho'l bo'ylab sayohat qilayotgan karvon
.uchun qisqa dam olish kabi

* * *

Biz o'zimizni ruhning ijodiy kuchlari bilan
uyg'unlashtirganimizda, bizni yo'naltirishga va
muammolarimizni hal qilishga qodir bo'lgan universal va
cheksiz ong bilan bog'lanamiz. Ijodiy kuch bizga
borlig'imizning eng buyuk manbaidan uzluksiz ravishda oqib
keladi va bu bizga faoliyatimizning har qanday sohasida
.ijodiy muvaffaqiyatga erishish imkonini beradi

* * *

Sevgi ishonch, bag'rikenglik va o'zaro hurmat muhitida
o'sadi va gullab-yashnaydi

* * *

Ey Rabbim, bizni sof fikrlar va yaxshi odatlar nuri bilan
barakala, toki yomon odatlar va buzuq fikrlar zulmati bizga
yaqinlashsa, u darhol yo'q bo'lib ketsin va bizga Seni
shunday chuqur sevgi bilan sevishga yordam berki, na
moddiy illyuziyalar, na dunyoviy vasvasalar bizni tuzoqqa
.ilintira olmaydi yoki ongimiz va qalbimizni egallay olmaydi

* * *

Osonlik bilan qo'lga kiritiladigan narsalar kamdan-kam
hollarda qadrlil bo'ladi. Biz buni buyuk erkaklar va ayollarning
hayotini va ularning iste'dodlarini rivojlantirish, burchlarini
bajarish, axloqiy qadriyatlarini shakllantirish, chuqur
o'rganish va xudbinlikdan qochish orqali qanday qilib buyuk
bo'lganliklarini o'rganish orqali bilamiz. Ammo ular erishgan

natijalar va erishgan yutuqlari sarflagan kuchlaridan beqiyos
.darajada katta edi

* * *

Haqiqiy erkinlik donolik bilan boshqariladigan va
tushunish, to'g'rilik va qat'iy iroda bilan qo'llab-
.quvvatlanadigan tanlov erkinligidadir

* * *

Irodangizni, qat'iyatingizni va ongli idrokingizni
uyg'otganingizda, ko'rinmas kuchlar yuqori ongdan - ruhning
idroki orqali - sizga yordam berish va Xudoning yordami
bilan psixologik tasalli va baxtga olib boradigan yo'llarni
.yoritish uchun ozod qilinadi

* * *

Inson o'z kuchi bilan qalb kanallarini ochishi kerak Hech
kim tinchlik va baxtdan ko'ra azob-uqubat va baxtsizlikni
ixtiyoriy ravishda tanlamaydi Jaholat azob-uqubatlarning
ildizi va olib tashlanishi va yo'q qilinishi kerak bo'lgan
to'siqdir Jaholat insoniyat bog'ida o'sadigan va foydali va
.foydali o'simliklarni siqib chiqaradigan zararli begona o'tdir

* * *

Jaholatni sobit iroda va qat'iyat bilan yengish kerak. Aql
tuprog'ini diqqat bilan [ijobiy narsalarga] o'stirish va yaxshi
urug'larni imon suvi bilan sug'orish kerak. Sevgining hayotiy
va iliq nurlari porlaganda, yaxshilik urug'i o'sib chiqadi va
begona o'tlar va parazit o'simliklarni yengib chiqadi, chunki
.yorug'lik bor joyda zulmat bo'la olmaydi

* * *

Moddiy narsalarning zavqlari so'nadi va yo'qoladi, lekin
ilohiy quvonch hech qachon xiralashmaydi. Bu cheksiz va
.ta'riflab bo'lmaydigan ilohiy baxtdir

* * *

Biz baxtga erishish uchun hech qachon noto'g'ri
usullardan foydalanmasligimiz kerak, shuningdek,

o'zimizdagi xotirjamlik va ma'naviy boylikdan voz kechib,
xayoliy qulaylik va halokatli ta'sirga ega do'zax harakatlar va
xatti-harakatlar bilan oldinda osilib turishi mumkin bo'lgan
.yorqin hayotni izlamasligimiz kerak

* * *

Xotirjamlik ilohiy mavjudlikni suratga olish uchun eng
yaxshi kameradir. Sof va aniq yo'naltirilgan xotirjamlik
linzalari orqali muborak tasvir mukammal ravshanlik bilan
.namoyon bo'ladi

* * *

Darhaqiqat, barcha donolik sizning ichingizda va sizga
kerak bo'lgan yagona narsa - bu ongli ravishda xabardor
.bo'lishdir

* * *

Haqiqiy qoniqish o'zini takomillashtirishda yotadi,
shuning uchun boshqalar sizni siz ularni izlamasdan
qidiradilar. Sevgi va do'stlik umid va talabsiz tekinga berilishi
kerak. Kutish faqat baxtsizlik va baxtsizlikni keltirib
chiqaradi. O'zini takomillashtirishga intilayotganingizda ham,
inson o'zining fazilatlari va qadr-qimmatini qal'asida yolg'iz,
.xavfsiz va xotirjam turishi kerak

* * *

Yuragimdan quvonch va nekbinlik sharsharalari doimo
oqib chiqsin va ularning tetiklantiruvchi spreysi uchratgan
.barcha odamlarga ta'sir qilsin

* * *

Ma'naviy quvonch qalbda boshqalarga har tomonlama
yordam berish istagini uyg'otadi va baxtga olib boradigan
nafis axloqiy zavqlarni qadrlash qobiliyatini rivojlantiradi, shu
.bilan qo'pol zavqlarga moyillikni kamaytiradi

* * *

Rolingiz qanchalik kichik bo'lishidan qat'i nazar, u ruhlar
hayot sahnasida ijro etadigan kosmik spektaklning
muvaffaqiyatiga hissa qo'shish nuqtai nazaridan eng buyuk
.rollar kabi muhim bo'lib qolmoqda

* * *

To'liq ong - bu mutlaq, cheksiz ong bo'lib, u doimo o'zini yangilab turadi va uning ijodkorligi hech qachon tugamaydi va siz orqali u o'zining noyob jihatini ifoda etishga harakat qiladi

* * *

Agar siz ilohiy sevgini bir marta bo'lsa ham tatib ko'rsangiz, undan hech qachon voz kechmaysiz, chunki .butun koinotda bunga o'xshash narsa yo'q

* * *

Xudoni biladiganlar juda rivojlangan ruhiy bosqichlarga yetib kelishgan, shuning uchun ular gunohkorlarga shunchaki ruhiy maslahat berish bilan kifoyalanmaydilar, balki Xudoning marhamati va yordami bilan ularni gunohkor ishlarining oqibatlaridan ozod qiladigan ruhiy kuch bilan .zaryadlashlari mumkin

* * *

Barcha yaxshi va yomon amallar miya hujayralarida yashiringan bo'lib, fikrda yaxshi yoki yomon odatlar yoki moyilliklar sifatida namoyon bo'ladi

* * *

Miya hujayralari ushbu odatlarning kuchi bilan zaryadlanganligi sababli nosog'lom odatlardan aziyat chekadigan odam o'zini iroda kuchi, meditatsiya, samimiy ibodat va doimiy ijobiy tasdiqlar orqali ozod qilishi mumkin, toki barcha nomaqbul odatlari tinchlik va osoyishtalikning yaxshi odatlariga aylanmaguncha. Bu to'g'ri yo'naltirilgan hayot kuchi miya hujayralarining g'ayritabiiy tabiatini o'zgartirish uchun ishlaganda sodir bo'ladi, shunda bu hujayralar barcha yaxshi, fazilatli va go'zal narsalar bilan .to'ladi

* * *

Tushunish - bu ichki ko'z, qalbning ko'rish qobiliyati va qalbning teleskopi. Bu ongning xotirjamligi va vijdon pokligi .o'rtasidagi muvozanatdir

* * *

Har kuni biz turli xil manzaralarni ko'ramiz va har kuni o'rganish kerak bo'lgan yangi saboq olib keladi. Inson o'z hayotining asosiy maqsadiga, ya'ni o'z mavjudligining manbasini va hayotining poydevorini anglash orqali saboq .olishi kutilmoqda

* * *

Keling, o'tmishdagi qayg'ularni unutishga va ular haqida o'ylamaslikka qaror qilaylik. Qat'iy qat'iyat va faol iroda bilan hayotimizni yangilaylik, muvaffaqiyatlarimizni oshiraylik va .o'zimizda yaxshi odatlar va olijanob fazilatlarni tarbiyalaylik

* * *

Boshqalarning zaif tomonlarini fosh qilib, ularni sharmanda qiladigan va xafa qiladigan har qanday odam .donolik va sog'lom fikrlashdan yiroqdir

* * *

Barcha zamon va joylar uchun maqollar

Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganlar hayratlanarli go'zallikni ko'rishadi va boshqa hech qanday tarzda his qilib .bo'lmaydigan yuksak shirinlikni tatib ko'rishadi Jonim Senga iltijo qilganida, Sening sukunating bulutlari otilib chiqdi, ey Xudo, va Sening rahm-shafqating yomg'iri to'lqinlar bilan yog'di, toki u Sening inoyatingning to'lib toshqiniga aylandi. Sening muborak daryong mening borlig'imni qamrab oldi va mening jonim abadiyat suvlariga sho'ng'idi va mening kichik hayotimning pufagi Sening hamma narsani qamrab oluvchi borlig'ing okeanida erib .ketdi

Ustozim menga ilohiy huzurga loyiq ma'bad qurish uchun donolik o'ymakorligidan qanday foydalanishni o'rgatdi Agar siz ezgu maqsadga erishmoqchi bo'lsangiz, avval uning uchun aqliy model yaratishdan boshlang. Endi agar siz ongingizga kuchli g'oyani eksangiz, ongingizda istalgan yo'nalishni mustahkam o'rnatishingiz mumkin; shunda butun

vujudingiz shu g'oyaga moslashadi va harakatlaringiz unga
.mos keladi

Ilohiy qalbgaga tegsangiz, muammolaringiz yo'qoladi,
sevgi qalbingizni to'ldiradi va ajoyib ruhiy tajribalar ongingiz
.bog'larida sof favvoralar kabi raqsga tushadi
Ko'plab bulutlar sizni yashirishga va mendan yashirishga
harakat qilishadi, lekin sog'inch ko'z yoshlari shudringi orqali
sizning muborak ismingiz menga barcha pardalar va
.pardalar ortidan yorqin oltin harflar bilan porlab ko'rinadi

Vijdon pokligi haqiqatga shaffof munosabatda bo'lishni
anglatadi

Aslida keraksiz va ortiqcha bo'lgan asosiy ehtiyojlar va
ba'zilar "zarurat" deb hisoblagan narsalar mavjud. Hayotni
asosiy ehtiyojlarga e'tibor qaratish va keraksiz hashamatlarni
.yo'q qilish orqali soddalashtirish kerak

Ey do'stlik, sen naqadar yuksaksan va tuprog'ing
naqadar unumdor va muqaddas! Sevgi sening ozuqang,
.sadoqat esa ichimligingdir

Ikki kishi, farqlarga qaramay, uyg'unlikda va
hamjihatlikda yurganlarida, ularni bitta maqsad birlashtiradi:
sof sevgi va o'zaro sadoqatda qalb tinchligi va osoyishtaligini
topish va agar sevuvchi sevganining hisobidan zavq
izlamasa, altruizm bog'ida do'stlikning xushbo'y gullari
.gullab-yashnaydi va o'zlarining yoqimli hidlarini tarqatadi
Dunyo bizning ongimizni boshqacha tarzda tarbiyalaydi,
bizni shunchalik ko'p narsalarga ko'niktiradiki, ularsiz baxtga
erishib bo'lmaydi deb o'ylay boshlaymiz. Lekin hayot,
ayniqsa bolalar hayoti soddalashtirilishi kerak; aks holda
.hayot ularga achchiq umidsizliklar orqali o'rgatadi
Haqiqat shunchaki fikr yoki tasavvurdan ko'ra aniqroq
va realistikroq, ammo biz o'ylagan yoki tasavvur qilgan
.narsalar ba'zan amalga oshishi mumkin

Tasavvur ijodiy fikrlash jarayonida muhim element
hisoblanadi. Biroq, tasavvur yetuk bo'lishi va qat'iy
ishonchga aylanishi kerak va bu kuchli irodasiz mumkin
.emas

Agar siz biror narsani butun irodangiz bilan tasavvur
qilsangiz, tasavvuringiz shaxsiy e'tiqodga aylanadi va bu
...e'tiqodni saqlab qola olsangiz

Barcha qarama-qarshi fikrlarga qaramay, sizning
ishonchingiz haqiqatda amalga oshadi

Inson o'zining fazilatlari va o'ziga bo'lgan ishonchi bilan
.mustaqil bo'lishni o'rganishi kerak

Ma'naviy quvonch yangilangan quvonchdir va Xudo
haqida chuqur o'ylaydiganlarda tobora ko'proq namoyon
bo'ladi. Bu to'g'ri qarorlar qabul qilish va to'g'ri ishlarni
qilishda yordam beradigan quvonchdir va u topilganda,
nosog'lom istaklar va ishtiyoqlar yo'qoladi, chunki ular
.ma'naviy quvonchga nisbatan jozibadorligini yo'qotadi

Qudratli Yaratguvchimiz bizga hayot, kuch va donolik
ato etgan va bizning burchimiz Unga e'tiborimizni qaratish
va qalbimizni Unga sevgi, minnatdorchilik va Uning
.marhamati va mehr-oqibatini e'tirof etish bilan ko'tarishdir

Ey Xudo, menga g'azab olovini yoqmaslikka yordam ber,
aks holda o'zim va boshqalarning ichimdagi tinchlikning
yashil vohalarini g'azab olovi bilan kuydiraman. Sevgimning
.doimiy yomg'iri bilan g'azab olovini o'chirishga yordam ber
Mening muloyimligim va xotirjamligim ko'li tinch va
sokin bo'lib qolsin, faqat baxtsizlik keltiradigan norozilik
.bo'ronlari uni bezovta qilmasin

Burch hissi bilan harakat qilish yoki boshqa odamga
xizmat qilish va unga bo'lgan muhabbat yo'lida shaxsiy
istaklaridan voz kechish, qo'rquv tufayli buni qilishdan ko'ra
.ancha yaxshi

Inson ilohiy qonunlarni buzishni bas qilgan taqdirda
ham, u buni Xudoning jazosidan qo'rqib emas, balki Xudoga
.bo'lgan muhabbat tufayli qilishi kerak

Nimadan qo'rqsangiz ham, fikrlaringizni undan
uzoqlashtiring, uni Xudoga qoldiring va Unga bo'lgan
ishonchingizni mustahkamlang
Qo'rquv har doim inson bilan birga bo'ladi va undan
qutulish Xudo haqida o'ylash va Uning borligini his qilish
.orqali mumkin

Avvaliga fazilat yo'llaridan yurish qiyin bo'lishi mumkin,
ammo bu xotirjamlik va chinakam baxtga olib boradigan
.muborak yo'llardir

Xudoning ulug'vorligi hayotimizning har bir burchagida
porlasin, Uning sevgisi qalbimizda yashasin va Uning nuri
.ongimizni to'ldirsin

Ey mening ilohiy sevgilim, gullar ochiladi va fasllar
o'zgaradi va hamma siz haqingizda gapiradi To'lin oy sizning
tabassumingizning xususiyatlarini ochib beradi va quyosh
sizning samoviy chiroqingizni ko'taradi Men ko'z yoshlar
dengizida suzaman, sizga bo'lgan sog'inch bilan to'lib-
toshganman Daraxtlarning barglarida va insoniyat
tomirlarida sizning hayotingiz va hayotiyligingiz oqadi va
men sizning kosmik yuragingizning urishini o'zimning
ichimda his qilaman

Sizning huzuringizni his qilganimda, o'zimni boshqa
dunyoda uyg'oqdek his qilaman va vaqti-vaqti bilan bu yerni
va bu kichkina tanani - o'zimniki haqida orzu qilaman. Men
cheksiz baxtda uyg'oqman va yerdagi hayot haqidagi orzuim
siz bilan uyg'oq onlarimning baxtli xotiralari bilan
xushbo'ylanadi. Men tushlar bog'idan kabuslarning begona
o'tlarini yulib tashladim va ularning o'rniga ilhom atirgullarini
ekdim, u yerda sog'inchimning xushbo'y hidi sizni o'ziga
tortadi va siz meni abadiy baxt ufqlariga olib ketish uchun
.kelasiz

Ey Xudo, meni poklik va poklik bilan shaffof qil, toki
ichimda shifobaxsh nuringni paydo qilay
Cheksiz yuzingizni aks ettirishi uchun ongimning titroq
oynasini tinchlantiring

lymon darchalarini keng oching, toki men sizning

.tinchlilingiz hididan nafas olay

Ey O'zingda nur sochib turgan Zot, ey ta'riflashga erishib

bo'lmaydigan Ulug'vorlik, Senga intiq ko'zlarim bilan qara,

toki men Sendan boshqa hech narsani ko'rmaylik

Hayotning barcha hodisalari va ko'rinishlari ortida

Xudoning jimgina ovozi yashiringan, u bizga doimo gullar,

muqaddas kitoblar, vijdonimiz va hayotni yashashga

.arziydigan barcha go'zal narsalar orqali murojaat qiladi

Izlovchining ma'naviy cho'qqilarga erishish uchun qilgan

har bir sa'y-harakati Xudo tomonidan u uchun hisoblanadi va

.buning uchun yaxshi mukofotlanadi

Ey Rabbimiz, biz Sendan ongimizni haqiqating nuri bilan

yoritishingni, qalblarimizni sevging bilan urtirishingni va

qalbimizni quvonching va inoyatingning mo'lligi bilan

.to'ldirishingni so'raymiz

Aql kira olmaydigan shaffof ufqdan Xudo O'zining abadiy

nurini yog'diradi va kosmik ongdan ulug'vor ilhomlar va

muborak kuchlar keladi va ijodiy faoliyat ochiq va uyg'un

.onglarga oqib keladi

Qalbingiz, qalbingiz, har bir ilhom uchquni, moviy

osmon, porlayotgan yulduzlar, tog'lar, yer, qushlar va

gullarning barchasi kosmik ritm, ma'naviy quvonch va

umuminsoniy birlikning yagona ipi bilan bog'langanini

anglaganingizda, ularning barchasi qirg'oqsiz ilohiy okean

.ko'krigidagi to'lqinlar ekanligini anglaysiz

Agar biz Yaratuvchimizni unutsak, azob-uqubatlarga

loyiqmiz. Biz Xudo bizning sevimlimiz ekanligini va bizni

sevishini anglashimiz kerak va bu bilim bizni muammolarimiz

.va azob-uqubatlarimizdan xalos qiladi

Xudoning chinakam sevgilisi, hatto ko'p urinishlardan

keyin ham Uni topa olmasa ham, Uni izlashni hech qachon

to'xtatmaydi. Xuddi bo'ron tinchlangandan keyin to'lg'in

okeanning yuragiga qaytishi kerak bo'lganidek, astoydil

izlovchi ham shundaydir; u to'siqlar qulab tushishiga va

ertami-kechmi muqarrar ravishda kosmik okean bilan - u
kelib, qaytib keladigan cheksiz okean bilan birlashishiga
.yashirin ishonchga ega

Aql doimo ilohiy sevgilisi haqida o'ylaganida, yurak
.quvonch va baxt qo'shiqlarini kuylaydi
Ma'naviy emanatsiya - bu insonning hozirgi holatidan
.kelajakda kim bo'lishiga ko'tarilishi

Inson o'zining asl mohiyatini boshqalardan yashira
olmaydi, uning fikrlarining tebranishlari qandaydir tarzda
uning xatti-harakatlarida aks etadi va harakatlarida namoyon
.bo'ladi

Erkinlik haqida noto'g'ri tushunchaga ega bo'lganlar
ko'p; ular erkinlikni inson xohlagan narsani qilish deb
.bilishadi va men bu erkinlikni injiqlik erkinligi deb atayman
Erkinlikning asl mohiyatini noto'g'ri tushunish tufayli
ba'zi ota-onalar farzandlarini darhol istaklarini bajarish orqali
an'analarga qul qilib qo'yadilar. Keyin bola istaklari ro'yobga
chiqsa, ular baxtli bo'lishadi va hayotning maqsadi har bir
istakni ro'yobga chiqarish deb ishonib ulg'ayadi. Biroq,
keyinchalik ular yanglishganliklarini anglaydilar, chunki
tashqi dunyo uy hayotidan butunlay farq qiladi va har bir
istakni ro'yobga chiqarish oson emasligini bilib oladilar!
Boshqalar ularni chetga surib, o'z istaklarini amalga oshirish
uchun ularni e'tiborsiz qoldirishlari mumkin. Natijada, bola
o'z istaklarini qondirishga bo'lgan kuchli istak tufayli qotib
qoladi va hissiy jihatdan karaxt bo'lib qoladi. Shuning uchun
ota-onalar farzandlariga dunyoda uning tuzoqlari va
tuzoqlariga tushmasdan yashashlari uchun iroda va idrokni
.rivojlantirishga yordam berishlari kerak

Ona: "Unga mehr bilan o'rgating", deydi. Albatta,
bolalarga mehr bilan munosabatda bo'lish odatda yaxshi,
lekin juda ko'p shirinlik tishlarni buzadi va shunga o'xshab,
juda ko'p erkalash bolalarni buzadi. Ma'lum darajada qat'iyat
va qat'iyat zarur, ammo agar bola xatosi uchun qattiqqo'llik
bilan muomala qilinsa va jazolansa, oqibatlar dahshatli

bo'ladi. Bolalarga qanday munosabatda bo'lish va ularga qanday munosabatda bo'lishda muvozanat bo'lishi kerak ;

har bir ota o'z fe'l-atvorini sevgi va muloyimlik bilan yumshatishi kerak va har bir ona o'z sevgisini donolik va aql-idrok bilan ziravorlashi kerak

Inson Xudoga bo'lgan muhabbat va sog'inchning barqaror psixologik holatini saqlab turishi kerak. Men ko'p ishlarni sinab ko'rdim, lekin ishimning tabiati qanday .bo'lishidan qat'i nazar, fikrlarim doimo Xudo bilan qoladi

Biz bu yaratilishdan zavqlanishimiz kerak, lekin uning bizni qul qilishiga yo'l qo'ymasdan. Va tajriba menga Xudoni .topish quvonchi mislsiz ekanligini o'rgatdi

Muhim ishlarni boshlashdan oldin, odam jimgina o'tirishi, his-tuyg'ulari va fikrlarini tinchlantirishi, chuqur mulohaza yuritishi va ma'naviy yo'l-yo'riq va to'g'ri yo'nalish olish .uchun ilohiy yordam so'rashi kerak

Tong yuzidagi, gullar lablaridagi va olijanob erkaklar va ayollarning yuzlaridagi tabassum sizning tabassumingiz .ekanligini anglab yetay

Menga baxtsizliklar, omadsizliklar, kasalliklar yoki kutilmagan to'siqlarning ketma-ket tasvirlari ta'sir qilmaydi, chunki men kosmik ong bilan chambarchas bog'liq bo'lgan intizomli ong bilvosita muvaffaqiyatsizliklar va .bezovtaliklardan aziyat chekmasligini tushunaman

Erkinlik ehtiroslar, odatlar va injiqliklar buyrug'iga emas, balki donolikka muvofiq harakat qilish qobiliyatini anglatadi. Egoga bo'ysunish qullikka olib keladi, ruhning ilhomlariga .bo'ysunish esa cheklovlardan xalos bo'lishga olib keladi Xudo men bilan ekan, hashamatli saroyda yoki oddiy .uyda yashashimning farqi yo'q

Men halol topgan pulimni isrofgarchilikdan voz kechib, oddiy hayot kechirishga sarflayman

Xudoga ishonish va iroda kuchidan foydalanish orqali inson kasallik, muvaffaqiyatsizlik va johillikni yengib o'tishi mumkin, agar iroda tebranishlari jismoniy yoki ruhiy

kasalliklar tebranishlaridan kuchliroq bo'lsa. Kasallik qanchalik surunkali bo'lsa, iroda shunchalik kuchli va qat'iyatli bo'lishi va kerakli natijaga erishish uchun imon .shunchalik chuqur va mustahkam bo'lishi kerak

Ey Rabbim, menga faqat Senga ishonishga ilhom ber, insoniy himoya vositalariga emas. Qo'rquv va xavotir hayot sinovlariga dosh berish uchun cheksiz kuchimni falaj qilishiga yo'l qo'yma. Baxtsiz hodisalar, falokatlar va baxtsizliklarni ularning fikr va tasavvur orqali namoyon bo'lishidan qo'rqib tasavvur qilma. Ey Rabbim, uyg'oqmi yoki uxlab yotganmi, uyg'oqmi yoki tushlarda adashib qolganmi, tirikmi yoki o'layotganmi, Sening himoya huzuring meni hali ham o'rab .oladi va himoya qiladi

Donolar aytadilar: Xudoga bo'lgan sevgi va fazilat bilan rag'batlantirilgan yaxshi ishlarning samarasi uyg'unlik va poklikdir. Xudbin istaklar va ambitsiyalar bilan rag'batlantirilgan ishlarning samarasi og'riq va azobdir. .Yomon ishlarning samarasi johillik va ahmoqlikdir Yaxshi amallar baxt keltiradi, o'zini sevish bilan boshqariladigan dunyoviy harakatlar esa azob-uqubat va og'riqqa olib keladi. Biroq, davom etayotgan yomon amallar .insonning idrok va tushunish qobiliyatini yo'q qiladi

Agar tinchlik va hamjihatlikda yashashni istasangiz, niyatlaringiz yaxshi bo'lishi kerak va mehr-oqibat fikrlari va sevgi tuyg'ularini tarqatishingiz kerak. Agar siz fazilatli hayot kechirsangiz, o'zingizning namunangiz va yaxshi xulq- .atvoringiz orqali boshqalarga yordam berasiz

Xavotir va ruhiy chalkashlikni his qilganimda, o'zimni qo'lga olgunimcha jimjitlik va tafakkurga chekinaman va har bir kunimni Xudo haqida o'ylash va Undan yordam va yo'l- .yo'riq so'rash bilan boshlayman

Nafratning bo'g'uvchi begona o'tlari o'sib, hayotingiz bog'iga, olijanob ruhning fazilatlariga to'la bog'ga kirib borishiga yo'l qo'ymaslikka qaror qiling. Va bu xushbo'y, atirgulga o'xshash fazilatlarni qanchalik ko'p

rivojlantirsangiz, Xudo sizga ichingizdagi mavjudlikning eng
.buyuk sirini shunchalik ko'p ochib beradi

Hayotning maqsadi tinchlik, qoniqish, o'lmaslik,
xavfsizlik va haqiqatni bilishdir va bizda uyg'onadigan bu
.istaklarning markazida ichimizdagi ilohiy mohiyat yotadi
Ey Rabbim, ozodligimni Senda topsam va mening
haqiqiy uyim Sening to'liq mavjudliging ekanligini va men
Sening kosmik ongingning ajralmas qismi ekanligimni
.anglasam edi

Ey ulkan, ilohiy dengiz, to'siqlar va to'siqlar cho'llaridan
oqib o'tayotgan orzularim daryolari nihoyat sizning buyuk
.tubingizga aralashsin

Biz faqat ilohiy qal'ada himoya va xavfsizlikni topamiz
va Xudoga yaqinlikni his qilish va Uning huzuriga teginishdan
.ko'ra xavfsizroq boshpana yo'q

Insonlar o'zlarining moyilliklari, moyilliklari, xarakterlari
va istaklarini shakllantiruvchi odatlar tomonidan
boshqarilganligi sababli, agar bu odatlar yomon bo'lsa,
xarakter zararli bo'lib, harakatlar yomonlikka aylanadi.
Shuning uchun, yaxshi odatlarga ustuvor ahamiyat berish
tavsiya etiladi, chunki ular bizning harakatlarimiz va
fikrlarimizni ezgu maqsadlar sari yo'naltiradi va bizga sog'liq
.va baxt keltiradi

Qayerda qayg'uli va azob chekayotgan qalblar bo'lsa,
men ularga xizmat qilish va ularni yupatishdan taskin
topaman. Men boshqalarga quvonch baxsh etish uchun
qo'limdan kelganini qilaman va ularning his-tuyg'ulariga
.o'zimnikiday hamdard bo'laman

Aqliy qobiliyatlar odamlarda mavjud, ammo ular
ko'pchilik odamlarda rivojlanmaganligicha qolmoqda va bu
qobiliyatlarni rivojlantirmaslik jiddiy oqibatlariga olib keladi.

Tana singari, ong ham sog'liq va hayotiylik uchun to'g'ri
.ovqatlanish va jismoniy mashqlarga muhtoj

Olmos yorug'likni qabul qiladi va aks ettiradi, Xudoni
biladigan va Uning huzuri bilan porlaydigan sof, shaffof
.qalblar ham shunday

Ey Rabbim, Sen hayotdagi haqiqiy boylikсан va Seni
birinchi bo'lib topsam, Sendan kerakli hamma narsani
.topaman

Odamlar odatda sog'lig'ini saqlash uchun faqat oziq-
ovqat, havo va quyosh nuriga e'tibor qaratishadi, ammo
hayotning bu tashqi manbalarining ko'pligiga qaramay,
sog'liq yomonlashadigan vaqt kelishi mumkin. Aynan
o'shanda tananing energiya zaxiralarini ichkaridan qayta
.tiklash zarurati tug'iladi

Agar ongimning qayig'i johillikning shiddatli bo'ronlari
tomonidan boshqariladigan xavf va xatarlarni o'z ichiga
olgan ochko'z istaklar qoyalariga yaqinlashsa, ey Xudoyim,
mening mayoqim bo'l va meni doim solihliging va
.yaxshiliging qirg'oqlariga yo'naltir

Fikr olovga o'xshaydi, uning jamlangan kuchi
muvaffaqiyatga xalaqit beradigan to'siqlarni yoqish uchun
.ishlatilishi kerak

Xudoni doimiy ilohiy sevgi orqali topish mumkin. Agar
biz Xudoni Uning in'omlaridan ko'ra ko'proq sevsak, U bizga
keladi. U bizga iroda erkinligi va tanlov kuchini berdi, toki biz
dunyoning o'tkinchi va ahamiyatsiz in'omlari bilan Unga
yaqinlik in'omi va Uning muborak huzurining quvonchini
.ajrata olaylik

Bizga xotira berilgan edi, toki biz nihoyat eng buyuk
yaxshilikni eslay olgunimizcha yaxshi narsalarni eslab
qolishimiz mumkin bo'lsin: Xudo

Ey Xudo, Sening sevging shabadasi mendan oqib o'tadi!

Va hayotim barglari Sening kelishingdan quvonch bilan
raqsga tushadi. Ularning yoqimli shitirlashi havoda uchib
yuradi, charchaganlarni Mening ruhiy tinchligim soyasida
.dam olishga taklif qiladi

Hayotdagi qiyinchiliklar bizga zarar yetkazish uchun
mo'ljallanmagan; aksincha, muammolar va kasalliklar bizga
saboq beradi. Bizning og'riqli tajribalarimiz bizni yo'q qilish
uchun emas, balki bizni poklash va bizga yordam berish va
bizni samoviy uyimizga qaytarish uchun har tomonlama
ishlaydigan sof manbamiz - Xudoga qaytishimizni
.tezlashtirish uchun mo'ljallangan

Cheksizlik bizning haqiqiy uyimiz va bu yerga va bu
jismoniy tanalarda sayohatimiz qisqa muddatli viza safariga
.o'xshaydi

Rabbim, bilamanki, maqtoV meni yuksaltirmaydi, tanqid
ham meni pasaytirmaydi. Men vijdonim va Sening oldingda
qanday bo'lsam, shundayman. Men bu yo'lda davom
etaman, barchaga xizmat qilish uchun qo'limdan kelganicha
harakat qilaman va Sening marhamatingga erishishga
.intilaman — mening baxtim shunda

Siz noyob mavjudotsiz va mohiyatingiz ajoyib, shuning
uchun o'zingizning asl o'zingizni bilib oling
Kelishingiz tongida, sog'inchimning kurtaklari xushbo'y,
.jonli gullarga aylanadi

Ey Parvardigor, shudringli gullardan marjon to'qib, uni
muborak ostonangizga qo'yadigan kunning kelishini
.tezlashtir

Doimiy ravishda faqat o'zini rozi qilishga intilishning
o'rniga, u boshqalarga ham baxt keltirishga harakat qilishi
kerak. Boshqalarga ma'naviy, intellektual yoki moddiy
yordam ko'rsatishga harakat qilganda, u o'z ehtiyojlari
.qondirilganini va hayot kosasi quvonchga to'lganini ko'radi

Yer yuzida zulmat ustidan yorqin g'alabaga erishganlar
ulush sifatida shon-sharaf nuriga ega bo'ladilar va ichki
.xotirjamlik va baxtdan bahramand bo'ladilar

Ey Rabbim, ne'matlaring urug'larini duo bilan
shudgorlangan qalbim tuprog'iga doimo sepib turgin, toki
ular shoxlari o'zini anglashning eng mazali va eng shirin
.mevalarini beradigan soyali daraxtlarga aylansin

Biz ko'pincha o'zgarishga harakat qilmasdan azob chekamiz va shuning uchun biz uzoq muddatli xotirjamlik va qoniqishni topa olmaymiz. Agar biz sabr-toqat qilsak va harakat qilsak, barcha qiyinchiliklarni yengib o'tishimiz mumkin edi. Biz baxtsizlikdan baxtga, umidsizlikdan .jasoratga o'tishga harakat qilishimiz kerak

Ey Ilohiy Sevgi, mening sevgimni Sening sevging bilan birlashtir, hayotimni Sening quvonching bilan, ongimni Sening kosmik onging bilan uyg'unlashtir va chanqog'imni .Sening abadiy quvonching bulog'idan qondir Samimiy izlovchining qalbi doim pichirlaydi: "Ey Xudoyim va mening sevgilim, men bu xayoliy dunyoning notinchligiga g'arq bo'lishni istamayman va men faqat odamlar qalbida Sening sevgingni uyg'otishni istayman. Mening yuragim, jonim, tanam, ongim va menda bor narsa Seniki, ey Rabbim". Bu izlovchi Xudoga yetib boradi va Uni .taniydi

Rabbim, bizga birodarlik haqida yangi va haqiqiy tushuncha bergin. Keling, urushlardan voz kechib, xalqlarning yaralarini sevgi balzami va rahm-shafqatli .tushunishning abadiy tasallisi bilan davolaylik Bizni ochko'zlik ta'siridan, aldamchilik hukmronligidan va illyuziyalar nazoratidan xalos qilishimiz uchun baraka ber va kasallik, johillik va ocharchilik faqat qorong'u va g'amgin o'tmishning orzulari bo'lgan yangi dunyoni qurishga yordam .ber

Keling, barcha muammolarni o'rmon mantig'i bilan emas, balki Sizga va ilohiy adolatingizga bo'lgan tushuncha, .haqiqat va sobit ishonch bilan hal qilaylik Hayot bizni bir muddat shu yerda birlashtirdi, shundan keyin biz alohida yo'llarimizdan ketamiz. Lekin agar Xudoning sevgisi bizda yashasa, qayerga borishimiz muhim emas, chunki qanchalik uzoqqa ketsak ham, biz ilohiy sevgi .doirasida qolamiz va hech qachon chinakam ajralmaymiz

Ey Xudo, meni tor fikrlash va ekstremizm xiyobonlaridan
.baland ko'tariladigan ma'naviy taraqqiyot burguti qil
Meni quyosh nurini to'sib turgan kuchli yer silkinishlari
.va bulutlardan nariga, tobora yuksak ufqlarga chaqir
To'g'ri yashash uchun muvozanat qanotlarini ko'taray va
keng ufqlar va ulug'vor idroklar mavjud bo'lgan barcha
.bo'ronlar va dovullar ustidagi baland osmonlarga ko'tarilay
Tinchlik qalbimizni sevgi va mehr-oqibatga
ochganimizda keladi. Mehribon qalbga ega va yaxshi
ishlarda faol bo'lganlar tinchlikni his qilishadi, chunki u
ularda yashaydi. Tinchlik jannat ma'badi va baxtli hayotning
.poydevoridir

Biz har doim gullar ortidagi ilohiy go'zallik, quyosh
ortidagi kosmik yorug'lik va har bir ko'zda miltillovchi buyuk
.hayot haqida o'ylashimiz kerak

Agar inson chinakam mehribon bo'lsa, boshqalarga
hurmat ko'rsatsa va maqtovlarga ham shunday javob bersa,
unga doimo minnatdorchilik va hurmat bilan munosabatda
.bo'lishadi

Men sevgimni boshqalarga tarqataman, toki Xudoning
sevgisi menga kelishi va qalbimda joylashishi uchun eshik
.ochay

Rabbim, qayg'u tubida cho'kib ketganlar uchun mayoq
bo'lishimga ijozat ber. Menga bergan ruhiy quvonch uchun
minnatdorchilik bildirib, boshqalarga quvonch baxsh
.etishimga yordam ber

Men nafratni sevgim olovida eritib yuboraman,
boshqalarni kechiraman va barcha chanqoq qalblarga sevgi
bag'ishlayman

Haqiqiy sevgi - bu sevganining tasallisidan
zavqlanadigan sevgidir

Ey Rabbim, nuring bizga porlasin va sevging
qalblarimizni abadiy to'ldirsin

Tashabbuskorlik ruhiga ega bo'lish, insonga ilgari hech
kim qilmagan narsani ixtiro qilish imkonini beradigan ijodiy

tasavvur kuchiga ega bo'lishni anglatadi. Har bir inson Xudo
.tomonidan unga berilgan bu sovg'a bilan tug'iladi

Eng buyuk sevgi - bu ilohiy sevgi, u hayotni so'z bilan
ifodalab bo'lmaydigan darajada go'zal qiladi. Xudoni siz bilan
birga his qilganingizda, qayerda bo'lsangiz ham sizga
yaqinlashayotganini va qadamlaringizni yo'naltirayotganini
.his qilganingizda, ilohiy sevgi boshlandi

Haqiqat kuchi shamolga qarshi yo'naltiriladi
Rabbim, vaqtinchalik qiyinchiliklarga duch kelganimda,
o'tmishda menga bergan mo'l-ko'l ne'matlaringni eslagin,
chunki Sening yordaming meni hech qachon tark etmasligini
va g'amxo'rliging doim men bilan ekanligini bilaman. Senga
saxovatli qo'lingdan kelgan har bir ne'mat uchun chin dildan
.minnatdorchilik bildiraman

Sevgi tomchilari yaxshi qalblarda porlaydi va Xudoni
.faqat sevgi dengizida topish mumkin

Tushunish insonning yo'lini yoritadigan va unga
.muvaffaqiyat keltiradigan chiroqdir

Bahorda Xudo tabiatni eng go'zal atirgullar va gullar
.bilan nafis liboslar va yorqin ranglar bilan bezatadi

Tinchlik Ilohiy huzurga yaqinlashishni e'lon qiluvchi
birinchi xabarchidir. Shundan so'ng, tinchlik cheksiz
.quvonchdan yorqinroq nurlarga aylanadi

Meditatsiya dengiziga chuqurroq kirganimda,
borlig'imda muborak bir tebranish his qilaman va "Men
.yaqinman" degan pichirlagan ovozni eshitaman
Inson ichkariga, ruh o'zini ifoda etadigan joyga burilishi
kerak. Ruh tubidan ichki hayotning barcha tajribalari paydo
.bo'ladi

Ruh o'zini ilohiy ong bilan anglab yetganda, u katta
.quvonch va cheksiz makonga kengayishni his qiladi
Agar siz yo'lingizda to'siq bo'lishi mumkin bo'lgan
barcha to'siqlarni yengib o'tish uchun tabiiy
qobiliyatlaringizdan tashqari, mavjud bo'lgan barcha tashqi
vositalar va resurslardan foydalansangiz, Xudo sizga bergan

kuchlarni rivojlantirasiz: borlig'ingizning eng tubidan kelib
.chiqadigan cheksiz kuchlar

Sevgi Xudoga olib boradigan oltin yo'ldan yuradi
Tushunmovchilik zulmati kirib kelgan har bir joyga ezgu
.tilaklar va ezgu niyatlar quyoshini sochaman
Qiyinchiliklar sizga hujum qilganda, lekin siz barcha
to'siqlar va to'siqlarga qaramay, urinish va harakat qilishni
to'xtatmasangiz, Xudo sizga javob beradi va
.harakatlaringizni muvaffaqiyat bilan tojlaydi
Ey Rabbim, men qalbim bog'idan sog'inch gulini uzib
olaman va uni muqaddas ostonangizga sevgi qurbonligi
.sifatida qo'yaman

Fikrlarimiz va so'zlarimiz bizga kelajak hosilini olib
keladigan urug'lar bo'lgani uchun, men bugun ongimni
.yaxshi, ijobiy fikrlar bilan to'ldirishni boshlayman
Men ongim tekisligida yuqoriga va pastga, shimolga va
o'ngga, ichkariga va tashqariga va hamma joyga uchib,
kosmosning har bir burchagida Xudoning huzurida
.ekanligimni va hozir ham shunday ekanligimni angalayman
Har bir lahzani cheksiz Mutlaq bilan bo'lgan
munosabatingizni anglab yashang. Ongoingizning cheki yo'q
va barcha narsalar sizning borlig'ingiz osmonidagi yulduzlar
.kabi miltillaydi va porlaydi

Ajralish yoki bog'lanmaslik - bu izlovchining dono yo'li
bo'lib, katta narsalar uchun arzimas narsalardan ustun
turadi. U yangilangan ichki quvonchni izlab o'zini
vaqtinchalik shahvoniy zavqlarga bog'lamaydi. Ajralish o'z-
o'zidan maqsad emas, balki u ruhning fazilatlari va ma'naviy
.kuchlarining paydo bo'lishiga yo'l ochadi
Ma'naviy g'olib hayot yo'llarida dadil qadamlar bilan
oldinga siljiydi

Inson hozirgi hayotidan unumli foydalanishi, qalbining
derazalarini ochishi va qalbining uxlab yotgan qobiliyatlarini
.uyg'otishi va jonlantirishi kerak

O'zgarish va o'zgarish niqoblari ortida ilohiy mavjudlik
yashiringan. Va kimki o'z ongining oynasini barqarorlashtira
olsa va uning tebranishiga yo'l qo'ymasa, o'sha tiniq oynada
.kosmik sevgilining yuzini ko'radi

Sevgi o'limdan va vaqtning vayronagarchiliklaridan
kuchliroqdir

O'z-o'zini tahlil qilish muvaffaqiyat kalitidir va mulohaza
qilish - bu aks holda bizning ko'zimizdan yashiringan ichki
burchaklarni ko'radigan oyna. Biz kamchiliklarimizni
aniqlashimiz, ijobiy va salbiy tendentsiyalarni farqlashimiz va
taraqqiyot va muvaffaqiyatga to'sqinlik qiladigan narsalarni
.aniqlashimiz kerak

Ey do'stlik, sen naqadar ajoyibsan! Sen samimiy,
do'stona tashvish suvlaridan suv olayotgan va barglaring
samimiy va sodiq qalblar tubidan chiqadigan ichki va tashqi
.shirinlik shudringi bilan namlangansan

Bir safar men kichkina chumolining qum uyumiga
chiqmoqchi bo'lganini ko'rdim va o'zimga shunday deb
o'yladim: chumoli Himolay tog'lariga chiqayotganini
o'ylayotgan bo'lsa kerak! Qum uyumi chumoliga ulkan bo'lib
tuyulgan bo'lishi mumkin, lekin mening ko'zimga emas.
Xuddi shunday, bizning millionlab quyosh yillarimiz Xudoning
ongida bir daqiqadan ham kamroq vaqtni tashkil qilishi
.mumkin

Biz o'zimizni abadiylik va cheksizlik kabi buyuk narsalar
haqida o'ylashga o'rgatishimiz kerak

Men cheksizlik olamida kezib chiqdim va yorug'lik
diyoridagi porlab turgan tumanga guvoh bo'ldim va o'sha
jonli yorqinlikda vaqt sahifalarida yozilgan sirlarning
.ma'nosini o'qidim

Siz uxlayotganingizda, siz passiv ravishda fikrlar va his-
tuyg'ularni tinchlantirasiz. Ammo meditatsiya orqali fikrlar va
his-tuyg'ularni ongli ravishda tinchlantirganingizda, birinchi
navbatda tinchlik holatini boshdan kechirasiz va yuz
mushaklaringiz tabiiy ravishda ichki xotirjamlikni aks

ettiruvchi tabassumni hosil qiladi. Ammo qalbingizning pokligini - hissiy stimullar yoki his-tuyg'ular bilan bog'liq fikrlarga avtomatik reaksiyalar bilan bulg'anmagan poklikni anglash uchun siz bu tinchlik holatidan tashqariga qarashingiz kerak. Keyin siz boshdan kechiradigan holat .doimiy, doimo yangilanib turadigan baxtdir

Agar siz oy nuri ostiga bir piyola suv qo'yib, keyin aralashtirsangiz, oyning buzilgan tasvirini yaratasiz. Suv idishga cho'kkanda, aks ettirish aniq bo'ladi. Idishdagi suv tinch bo'lib, oyning yuzini mukammal aniqlik bilan aks ettiradigan lahzalarni tafakkur tinchligi va chuqur sukunat holatiga qiyoslash mumkin. Tafakkur tinchligida barcha his-tuyg'ular va fikrlar to'liqlari ongdan oqib chiqishni to'xtatadi. Va bu chuqurroq tinchlik holatida, tafakkur qiluvchi inson, o'sha xotirjamlikda, ruh ko'lida aks etgan .ilohiy mavjudlikning to'lin oyini ko'radi

O'rtacha odamga tanish bo'lgan to'rtta holat mavjud:

istak amalga oshgandagi baxt, rad etilganda baxtsizlik, na baxtli, na tushkunlikka tushganda zerikish va bu his-tuyg'ularni yoki zavq, og'riq va zerikishning psixologik .holatlarini yengganda xotirjamlik

Tinchlik - bu juda orzu qilingan holat bo'lib, u ham qayg'u, ham zavq, ham zerikishning yo'qligidan kelib chiqadi. Bu holatlar doimo ruh yuzasida o'zgarib turadi va to'liqlanadi. Og'riq va zavqning notinch to'liqlarida, jumladan, charchoq tubiga bir necha bor sho'ng'iganlardan so'ng, tinchlikning sokin dengizida suzishda quvonch bor.

Ammo tinchlikdan ham buyukroq narsa ruhiy ekstaz - ruhning baxti - eng yuqori baxtdir. Bu hech qachon so'nmaydigan, balki abadiy ruh bilan qoladigan abadiy quvonchdir. Bu oliy quvonchga faqat ilohiy mavjudlikni .anglash orqali erishish mumkin

Haqiqiy tabassum - bu Xudo haqida mulohaza yuritish

va Uning borligini his qilishdan kelib chiqadigan ma'naviy .baxt tabassumidir

Mening tabassumim ichimdagi chuqur quvonchdan kelib
chiqadi - hamma uchun ochiq bo'lgan quvonch. Bu gullab-
yashnayotgan atirgulning qalbidan taralayotgan xushbo'y
hidga o'xshaydi. Bu buyuk zavq boshqalarni baxtning
.muqaddas suvlariga cho'mishga undaydi

Muborak kechirim nurida, yillar davomida to'plangan
nafrat zulmati yo'qoladi

Xudo O'z ibodat qiluvchilarining har qanday ehtiyojini
tezda qondiradi, chunki ular o'zlarini sa'y-harakatlarni
barbod qiladigan va umidlarni puchga chiqaradigan xudbin
.niyatlardan ozod qilishgan

Xudo kimni himoya qilsa, uni hech narsa yo'q qila
olmaydi

Biz bu dunyoda yolg'iz emasmiz, chunki Xudo biz
bilandir va biz qo'llab-quvvatlash va quvonch oladigan
.mustahkam, yaqin va do'stona munosabatlar mavjud
Ey donolik osmonidagi porloq hidoyat yulduzi, sening
yorqin chaqnog'ing meni muborak ufqlaringni o'rganishga
taklif qiladi va mening sog'inch qushim katta tezlikda
yugurib, zich, g'amgin atmosferani teshib o'tadi, seni
sog'inish va eng muqaddas nuringda cho'milish bilan
.harakatlanadi

Insonning shaxsiyati ichki, intuitiv sezgi orqali bu qattiq
jismoniy tana emas, balki tanadagi abadiy ruhiy oqim
ekanligini his qila olganda rivojlana va gullab-yashnay
.boshlaydi

Shogirdning qalbi Xudoga bo'lgan muhabbat bilan to'lib-
toshganda, uning yuzi tinchlik va donolik tabassumi bilan
porlaydi va qalbini o'rab turgan johillik qatlamlari
.parchalanib, butunlay yo'q bo'lib ketadi

Biror gulga yoki daraxtga qaraganingizda, bu go'zal
hayot shakllari o'z-o'zidan paydo bo'lmaganligini bilasiz.
Ularni shakllantirgan va ularga xushbo'y hid va nafis go'zallik
.ato etgan Xudodir

Har doim kichik va katta vazifalaringizni chuqur diqqat bilan bajaring, Xudo sizning qadamlaringizni boshqarishini va ezgu maqsadlaringizga erishish uchun harakatlaringizni .kuchaytirishini yodda tuting

Inson o'zining ma'naviy mohiyati bilan bog'langanda, uzoq vaqt unutilgan, o'tmishdagi davrlar va ruhning o'lmas kuchlari uning ongiga qaytadi. Meditatsiya paytida inson .o'zining o'lmas jon ekanligini, o'lmas tana emasligini eslaydi. Hamma joyda yaxshi va yomon odamlarni uchratamiz, ular o'z yo'llarida baxt izlaydilar. Hech kim o'ziga zarar yetkazishni xohlamaydi. Xo'sh, nega ba'zi odamlar muqarrar ravishda ularga og'riq va qayg'u keltiradigan yo'l tutishadi? .Chunki bu harakatlar johillik va aldanishdan kelib chiqadi. Ey Rabbimiz, biz Sendan donoliging nuri bilan bizga nur sochishingni va bizdan johillik va aldanish zulmatini olib .tashlashingni so'raymiz

Ongli inson qo'rqqoqlikdan ko'ra ehtiyotkor bo'lishi va qo'rquv va xavotirni keltirib chiqarishi mumkin bo'lgan holatlarga duch kelmaslik uchun o'zida ehtiyotsizlik va .shoshqaloqliksiz jasorat tuyg'usini rivojlantirishi kerak. Donolik tashqaridan ma'lumot kiritishga emas, balki ichki qabul qilish kuchiga bog'liq bo'lib, bu esa olinishi mumkin bo'lgan haqiqiy bilim miqdorini va bu bilimga .erishish tezligini belgilaydi

Bu dunyo shunchaki biz Ilohiy Direktor rahbarligi ostida o'z rollarimizni bajaradigan sahnadir. Bizga yuklatilgan rollarning xususiyatidan qat'i nazar, biz yaxshi ishlashimiz kerak, doimo bizning asosiy tabiatimiz abadiy saodat .ekanligini yodda tutishimiz kerak

Donolarning eng donosi Xudoni bilishga intilgan kishidir va muvaffaqiyatga erishganlarning eng muvaffaqiyatlisi .Xudoni topgan kishidir

Ey Ilohiy Sevgilim, hayotimizda birinchi o'rinni egallagin, shifobaxsh sevging qalblarimizni to'ldirsin va muborak nuring .qalbimizdagi tashvishlar zulmatini yo'q qilsin

Erkinlik odat va istak ko'rsatmalariga emas, balki vijdonga muvofiq harakat qilishni anglatadi. Ego va uning injiqliklariga bo'ysunish cheklovlarni keltirib chiqaradi, donolikning ilhomlariga quloq solish esa bu cheklovlardan .ozodlikni beradi

Xotirjamlikka yaxshi fazilatlarni ongli va qasddan rivojlantirish orqali erishish mumkin, bu fazilatlar to'liq voyaga yetgandan so'ng, agar u o'z xohishi bilan ulardan voz .kechishni tanlamasa, undan tortib olinmaydi

Ko'p odamlar noto'g'ri usullardan foydalanib baxt izlashadi. Ba'zilar noto'g'ri xatti-harakatlar va nosog'lom harakatlarni qabul qilish orqali baxtlarini ikki baravar oshirish mumkinligiga ishonishadi, bu esa ulkan va uzoq muddatli baxtning yorqin va'dalarini taqdim etadi va ular bu yolg'on va'dalarga aldanadilar, chunki haqiqiy baxtning ta'mini yolg'on illyuziyalar va noto'g'ri harakatlar do'zaxida tatib .ko'rish mumkin emas

Har bir daqiqa abadiylikdir, chunki abadiylikni shu daqiqada boshdan kechirish mumkin. Kunlar, daqiqalar va soatlar biz abadiylikni ko'rishimiz mumkin bo'lgan derazalardir. Hayot qisqa, ammo ayni paytda cheksiz va cheksizdir. Ruh o'lmasdir va inson hayotining bu qisqa bobida biz mavjud bo'lgan har bir salohiyat va imkoniyatdan .maksimal darajada foydalanishimiz kerak

Ma'naviy so'zlar unib chiqishi, o'sishi, gullashi va meva berishi uchun unumdor tuproqqa muhtoj urug'larga .o'xshaydi

Ma'naviy o'sish o'zini o'zi tahlil qilishni, hayotdagi ustuvorliklarni qayta ko'rib chiqishni, zararli odatlarni aniqlash va yo'q qilishni, shuningdek, rivojlanayotgan ma'naviy tushuncha va o'sib borayotgan aqliy kuchga muvofiq sog'liqni saqlash qoidalari va qonunlariga rioya .qilishni talab qiladi

Shogird ilohiy quvonchni tatib ko'rganda, u Xudo uning uchun boshqa har qanday narsadan ko'ra haqiqiyoq bo'lib

qolganini angelaydi va ilohiy huzurga teginish hech qanday
hissiy zavq bilan tenglasha olmaydigan baxt ekanligini
.anglaydi

Xudo insonning ma'naviy ongini uyg'otish va uning
irodasini fazilat go'zalligi, bag'rikenglikning buyukligi,
donolikning ulug'vorligi va ma'naviy baxtning ulug'vorligi
.orqali to'g'ri yo'nalishga yo'naltirish uchun ishlaydi
Men boshqalarni begona deb hisoblamayman, chunki
hamma mening akam yoki opa-singilim deb o'ylayman. Men
hayotimni muvaffaqiyatli va mazmunli qilaman, toki
boshqalarga muvaffaqiyat qozonish va yutuqlarga erishishga
yordam bera olaman. Men boshqalarga hamdard bo'laman
va o'zimni ko'rsatib, ularga rahm-shafqat ko'rsataman. Men
Xudoni payg'ambarlar va avliyolar Uni sevganidek sevaman
va boshqalarga bo'lgan sevgim qudug'iga xudbinlikni
.tashlayman

Bu o'tkinchi, yer yuzidagi hayotdan tashqari, o'limga
bo'ysungan holda, abadiy, o'zgarmas hayot yotadi. Tana
parchalanib, yo'q bo'lib ketadigan kimyoviy elementlardan
iborat, ammo bu o'tkinchi mavjudlikdan tashqari, Xudoning
huzurida abadiy, samoviy hayot yotadi. Shuning uchun, biz
barcha e'tiborimizni bu o'zgarmas tanaga qaratmasligimiz
kerak va uni istaganlar uning sinovlariga chidashlari va uning
.xo'jayinlariga aylanishlari kerak

Bugun men muhtojlarga yordam berishga va ochlarga
qo'limdan kelganini berishga harakat qilaman
Men Xudoning himoyasida xavfsiz va xotirjamman va
tiniq vijdonim devorlari ortida, men sarosima va xavotir
dengizida qayg'u to'lqinlari bilan chayqalib ketgan qalblar
.kemalarini boshqaradigan yaxshilik nuri bilan birdamman
Bugun men Xudoni ichimda titrayotgan va yuragim
torlarini qo'zg'atadigan tinchlikning uchqunida his
.qilyapman

Men o'zimni baxtli qilishga intilganim kabi, boshqalarni
ham baxtli qilish uchun qo'limdan kelganini qilaman va

ma'naviy baxtim orqali ilohiy sevgi uyidagi barchaga xizmat qilaman va vijdonimni aldashga harakat qilsam, faqat .o'zimdan qo'rqaman

Ruh bog'laridan

Siz biron joyga borishni niyat qilgansiz va u yerga tezda yetib borishga shoshilasiz. Yetib borganingizda, o'zingizni his qilayotgan ishtiyoq, xavotir va hatto tartibsizlik tufayli bu joyni yoqtirmasligingizni sezasiz. Buning o'rniga, xotirjamroq, xotirjamroq va muvozanatliroq bo'lishga harakat qiling. Agar fikrlaringiz xavotir va bezovtalikka moyil bo'lsa, ular o'zlarini .xotirjam his qilmaguncha ularni kuch bilan bostiring Hayajonlanish asab tizimining muvozanatiga salbiy ta'sir qiladi, chunki u tananing ba'zi qismlariga katta miqdorda energiya yuboradi, boshqalarini esa tabiiy ulushidan mahrum qiladi. Energiya taqsimotidagi bu nomutanosiblik asabiylashishning sababidir. Sokin va bo'shashgan tana .asablarni tinchlantiradi va psixologik farovonlikni ta'minlaydi Xudo bilan uyg'unlikda, ichki ko'rish asta-sekin rivojlana boshlaydi. Xudo har bir samimiy ibodatga javob berishiga to'liq ishonish kerak. Kim Unga ma'rifat izlab murojaat qilsa, .uning ko'rish qobiliyati ochiladi va ongi va qalbi yorishadi Idrok ochilganda, u qalbdan chiqadigan tuyg'u, chuqur ravshanlik va aniqlik hissi sifatida namoyon bo'ladi. Bu tuyg'u orqali izlovchi to'g'ri yo'ldan borish uchun qat'iy ishonch va ishonchli yo'l-yo'riq oladi va asta-sekin bu .tuyg'uni taniy boshlaydi va unga ishonadi Bu fikrlashdan butunlay voz kechish degani emas; xotirjam, xolis fikrlash ham tushunchaga olib keladi. Behuda va o'zini o'zi qadrlash bilan boshqariladigan hissiy fikrlash .tushunmovchiliklar va noto'g'ri xulosalarga olib keladi Vayronkor shubha va yolg'on e'tiqodlarni chin dildan rad eting va qalbingiz va ruhingizni imon va Xudoga to'liq ishonish sohasiga qarating. Tafakkur sukunatida ongingiz haqiqat va to'g'ri tushunchaga e'tibor qarata oladi. Bu

tajribada imon gullab-yashnaydi va rivojlanadi va tushuncha
orqali siz hech bir ko'z ko'rmagan, hech bir quloq
eshitmagan va hech bir inson aqli tasavvur qilmagan narsani
.boshdan kechirasiz

Sog'inishim va iltijolarimning har bir nafasi qalbimda
eshik va derazalarni ochadi, ular orqali men Xudoning
.saodatiga o'taman

Quyosh eng gavjum yo'llarda porlaganidek, men
kundalik faoliyatimning barcha gavjum joylarida ilohiy sevgi
.nurlarini ko'raman

Ey Rabbim, menga baraka ber, toki men ruhimni tong
.bilan uyg'otib, uni muborak ostonangizga olib kelay
Ey Rabbim, menga bor narsamni boshqalar bilan baham
ko'rish uchun saxovatli ruh ato et va ongimning sokin ko'lida
Sening huzuring nuri bilan porlayotgan qalbimning oyining
.aksini ko'rishga yordam ber

Bugun men donolik va ilohiy quvonch durdonalarini
topmagunimcha, Xudo haqida tafakkur va mulohaza
.dengiziga chuqur sho'ng'iyman

Yo Rabbim, men seni hamma narsadan ko'proq
sevaman, chunki sensiz men biron bir insonni yoki boshqa
hech narsani seva olmayman

Tog'lar tubida va sokin osmonda, qalbim tubida va
sukunat g'orida men Xudoning borligini his qilaman va Uning
doimiy quvonchini his qilaman hamda abadiy
to'xtamaydigan va qurib qolmaydigan Uning sof buloqlaridan
.ichaman

Ey Rabbim, men Seni sevaman va sajda qilaman, Uning
sevgisi har bir mehribon va sevuvchi qallda oliy hukmronlik
qiladi

Kimdir o'qituvchi Paramahansadan unga jozibali va
jozibali shaxsni rivojlantirish yo'lini ko'rsatishini so'radi va u
shunday dedi: Boshqalar bilan muloqotda aqliy jihatdan hozir
bo'lishingiz kerak, chunki beparvolik insonning xarakteriga
boshqa har qanday narsadan ko'ra ko'proq zarar keltiradi.

Albatta, men buyuk odamlarning beparvoligi haqida
gapirmayapman, ularning fikrlari odatda chuqur masalalarga
.bag'ishlangan

Doim hushyor va ogoh bo'ling, shunda siz jozibali
magnitga aylanasiz

Hech kim e'tibordan chetda qolishni yoqtirmaydi.

Barchamiz his-tuyg'ularimiz e'tiborga olinishini va hisobga
olinishini istaymiz, shuningdek, uyg'unlik va tushunishga
erishish uchun boshqalarning his-tuyg'ularini hisobga
olishimiz va ularga e'tibor berishimiz kerak. Buning uchun siz
atrofingizdagilarga hushyor, sezgir va e'tiborli bo'lishingiz
.kerak

O'liklar boshqalarni haqorat qilishga qodir emas, lekin

.ularga e'tibor bermaydigan odam haqorat qila oladi

Boshqalar davrasida bo'lganingizda, ular bilan diqqat

bilan, g'ayrat bilan va qiziqish bilan muloqot qiling, lekin
.o'zingiz haqingizda gapirishdan qoching

Hamma o'zi haqida gapirishni xohlaydi, ammo bu zaif

yondashuv. Agar xohlasalar, boshqalarga o'zlari haqida
gapirishga ruxsat bering; ularning gaplarini tinglang. Ularga
muammolari, yutuqlari va taassurotlari haqida gapirishga
ruxsat bering, lekin sizning jozibangiz siz uchun gapirsin.
Chiroq nuri o'zi uchun aniq gapirsin; jim tebranishlaringiz siz
.uchun bir xil aniqlik bilan gapirsin

Xudo menga bir vahiyda jangda halok bo'lganlarning

dahshatli o'lim tushini ko'rishlarini, ammo yaxshilar tanadan
tirilishi bilanoq, xuddi bezovta qiluvchi dahshatli tushdan
uyg'ongandek va undan xalos bo'lganidan xursand
.bo'lishlarini ko'rsatdi

Bizning barcha hayot tajribalarimiz kosmik tushning bir

qismidir. Insoniyat urush kabusini yaratdi, ammo bu kabus
qurbonlari tanalarini tark etgandan so'ng, ular bu dahshatli
tushdan uyg'onganliklarini angladilar va o'lmaganliklarini
.angladilar. Bu chuqur metafizik haqiqat

Agar biror kishi tush ko'rayotganini bilsa, bezovta qiluvchi tush tajribalaridan aziyat chekmas edi. Lekin agar u tushida o'zini anglab yetsa va kimdir unga halokatli zarba bersa, tushdagi o'lim haqiqiy va dahshatli sinov bo'lib tuyuladi, toki ular uyg'onib, bu haqiqat emasligini .anglamaguncha

Bu o'limdan keyingi holatga ham tegishli. Tanamizni tark etishimiz bilanoq, ongimiz o'lmaganini, balki tanadan va uning moddiy cheklovlari va cheklovlaridan ozod bo'lganimizni va bu ozodlikda buyuk erkinlik yotishini .anglaymiz

Biz hech qachon o'limni so'ramasligimiz kerak, aksincha, Xudo bilan uyg'unlikda bo'lish va U haqida mulohaza yuritish orqali ongimizni tayyorlashimiz kerak, toki o'lim o'z vaqtida .kelganda, biz unga shunchaki tushdek qaray olamiz

Men xohlagan vaqtda hayot va o'limning orzuy tabiatini ko'ra olaman Shuning uchun, men bu tanaga unchalik ahamiyat bermayman

Asab tizimining asosida odamlarga ong rivojlanishining eng yuqori bosqichlariga erishishga imkon beradigan noyob .ruhiy fiziologiya mavjud

Kitlar va fillardan tashqari ko'pgina hayvonlarning miyasidan kattaroq bo'lgan inson miyasi murakkabroq va fikrlash qobiliyati yuqoriroq. Bu inson miyasini boshqa jonzotlarga qaraganda ancha rivojlangan ongga ega bo'lgan odamlar uchun mos vositaga aylantiradi. Miyaning murakkab va murakkab konvolyutsiyalari odamlarga chuqur va chuqur fikrlash imkonini beradi. Shuning uchun faqat insoniyatgina ilg'or idrok darajalariga erishishga va natijada o'z Yaratuvchisini bilishga qodir. Dono inson o'zining intellektual qobiliyatlarini moddiy, intellektual va ma'naviy darajalarda insoniyatga xizmat qilish va foyda keltirish uchun .ishlatadigan odamdir

Qish sovuq, oq, nilufarga o'xshash plashida keldi
Yozning quvonchlariga bo'lgan istaklarim so'nib ketdi

Menga mehribon qalbingizning iliqligini izlashim aytilgan
edi
Va bahor paydo bo'lganda, raqsga tushib, har xil gullar
bilan bezatilgan
Dalalar va tepaliklarning xushbo'y hidi bilan menga seni
sevishim aytildi, Xudoyim
Yoz keldi, mayin barglar orasida yashil ohanglarini
kuyladi, teraklarning shitirlashi va qarag'ay daraxtlarining
shitirlashi
U sizga o'qib berishimni talab qildi
Hatto yumshoq, mayin tuproq ham shoshilgan
oyoqlarimni silab turardi
Va u ulardan sizning mavjud bo'lgan muqaddas
joyingizga yaqinlashishlarini so'radi
Yumshoq xushbo'y hid menga uning yo'lidan borishimni
aytdi
Tebranayotgan atirgullar va rayhonlar qalbidagi
muqaddas ma'badingizga
Va qushlar menga senga ular kabi qo'shiq aytishimni
aytishdi
Va oqimlar va soylar ustidan to'lqinli shabada
Senga bo'lgan muhabbatim pufakchalarini uyg'otdim va
ular sening katta ko'kraging ustida o'ynay boshladilar
Va maysaning egri tolalari bilan men qanday qilib
egilishni o'rgandim
Senga ta'zim qilaman, ey Rabbim
Xushbo'y tutatqi menga sizning atiringizning ajoyib
hidini ham aytib berdi
Va qanday qilib cheksiz taxtingiz oldida yuragimni
?muqaddas hidingiz bilan to'ldirishim kerak
Va kichkina, jim, sabrli toshlar menga seni hatto mening
baxtimni o'g'irlashga urinayotganlarda ham ko'rishim uchun
aytdi

Unutilgan yillar mendan har bir daqiqa va soniyada
o'ralgan sevgi va mehr xabarini insoniyatga yuborishimni
so'radi

Va har bir fikr menga seni uning yuragida izlashimni
aytdi

Sevgim meni siz orqali mavjud bo'lgan hamma narsani
sevishga ilhomlantirdi

Va sevgim menga pichirladi: "Meni bor kuchim bilan sev,
."ey Xudoyim

Bir safar men o't va gullar to'shagida yotdim va
tushimda mavjud bo'lgan hamma narsa go'zal va quvonchli
.ekanligini ko'rdim

Boshim baland, yashil va qalin o'tlar ustida yotardi, ular
meni yoqimli hid taratuvchi shabada bilan yelpitardi

Keyin qo'limga va tanamga tegishga majbur bo'ldim va
uning Yaratuvchisining buyukligidan hayratda qoldim. Ha,
tanamning asl mohiyatiga amin bo'lganim uchun, bir kun
kelib uni yerda qoldirishimdan hayratda qoldim. Bu tana
o'lim paytida sovuq, rangpar va harakatsiz bo'lib qoladi,
hozir esa u hayot bilan to'la bo'lib, yuzlab his-tuyg'ular,
millionlab fikrlar va milliardlab xayollar va idroklarni o'zida
.mujassam etgandek tuyuladi

Bu tana hayot boblari ochiladigan, tabassum kurtaklari
gullaydigan, keyin esa muqarrar ravishda o'lim keladigan
bosqichdir. Bu yerda, go'sht, suyak va qon orasida, go'zal
teri niqobi ortida kasallik bo'rilar va nafs hayvonlari
yashiringan. Va bu yerda ham, tana ostida, yorug'lik
saltanatiga yashirin yo'l bor. Bu tana xo'jayini - ruh - uni
qaytarib bo'lmaydigan tarzda tark etganda so'lib, so'nadi. Va
nega? Chunki jismoniy makonning ma'rifatli xo'jayini doimiy
g'amxo'rlikni talab qiladigan asab arqonlari bilan bog'langan,
loyqa, maydalangan materiya kulbasida yashashdan
charchaganida, u Xudoning yer yuzining biron bir
burchagidagi boshqa bir uyda - quvonch hidi hamma joyda

va tinimsiz tarqaladigan to'liq mavjudlik olamida taskin
.topadi

O'lmas ruh abadiy tabassum bilan hayot va o'lim rolini
.o'ynaydi, keyin esa abadiy uyiga jo'nab ketadi

Kino tomoshabinlari spektakl tugaganidan keyin ham
kinoteatrda abadiy qolishlari shartmi? Albatta yo'q. Odamlar
uyga qaytishlari kerak. Xuddi shunday, ruhlar bu yerga
hayotning kinematografik tomoshasidan bahramand bo'lish
uchun kelishadi, keyin ketishadi va yana qaytib kelishadi.

Ular filmlar va spektakllarni tomosha qilishni yaxshi
ko'radilar va orzu qilgan spektakllaridan charchaganlarida va
Xudo ulardan o'rganishlarini istagan saboqlarni
o'zlashtirganlarida, ular abadiy saodat maskaniga bir marta
.va butunlay qaytadilar

Qadriyatlar adolatga asoslanmaganida, azob-uqubat va
azob-uqubatlarga olib keladigan bo'shliqlar paydo bo'ladi.

Agar qadriyatlar xudbinlik, halokatli mojaro va shiddatli
raqobatga asoslangan bo'lsa, natijalar bulg'angan bo'ladi,
chunki niyatlar nopokdir va bunday holatda pul baraka
.topmaydi

Inson vijdonini xudbinlikdan tozalashi va boshqalar
hisobiga o'zini boyitishga urinmasligi kerak. Haqiqiy qanoat
moddiy emas, balki ma'naviydir va hayotdagi haqiqiy yutuq
.donolik, bilim va Xudoning sevgisi xazinalariga ega bo'lishdir

Biz sodda yashashimiz va boshqalarga iloji boricha
yordam berishga va ularning ahvolini yaxshilashga
intilishimiz kerak. Ammo bu ezgu maqsad boshqalarni
.mensimasdan xudbinlik va ochko'zlik bilan mos kelmaydi

Dunyoviy odamlar muvozanatsiz va shuning uchun
muvaffaqiyatli deb hisoblanmaydi. Oddiy, muvozanatli hayot
ajoyib san'at va muvaffaqiyat belgisidir. Faqat pul topishni
maqsad qilganlar Xudoning marhamatiga sazovor
.bo'lmaydilar

To'g'ri, Xudo bizga ishlashimiz va tanamizni
ta'minlashimiz uchun ochlik tuyg'usini singdirgan, ammo

tanamizni ta'minlash hayotning yagona maqsadi emas.

Maqsad har qanday moddiy yoki vaqtinchalik mulohazalardan ancha ulug', qanchalik ajoyib, ulug'vor va .ko'zni qamashtiruvchi ko'rinmasin

Shogirdlardan biri ustoz Paramahansadan ilohiy mavjudlikni qanday boshdan kechirishni so'radi. U shunday javob berdi: "Har kecha, uxlashdan oldin, ongingiz fikrlar dunyosini teshib o'tib, boshqa o'lchovga kirganini his qilguningizcha meditatsiya qiling. Biroq, bu hammasi emas. Ongni ichkariga qaratgandan so'ng, orzular paydo bo'lishi kerak va istaklar Xudoga to'lqin kabi shoshilishi kerak. Shogird o'zini butunlay Xudoga topshirganida, u to'satdan Uning muborak huzuriga tegib, Uni taniganini his qiladi. U juda yorqin nurni ko'radi va farishtalar va mehribon ruhlarni ko'rishi mumkin. Yoki u mast qiluvchi samoviy hidni hidlashi mumkin va shunda Xudo unga javob berganini biladi va uning tushunchasi ochiladi va Xudo unga hayot sirlarini ochib beradi. Yoki meditatsiya paytida u katta xotirjamlikka o'ralgan bo'lishi mumkin. Agar u meditatsiya qilishni davom ettirsa va Xudo unga buyuk sevgisini ato etsa, u ta'riflab bo'lmaydigan ilohiy quvonchni his qiladi. Bu baxtli tajribaga ."ega bo'lgan kishi baxtlidir

Ilohiy sevgi osmon darvozasini ochadi, u orqali izlovchi

Xudoning huzuriga kiradi

Agar biror kishi marhamatli va dono Xudodan abadiy

hayot nonini so'rasa, U ularga moddiy johillik toshini bermaydi. Agar ibodat qiluvchi donolik ozuqasini izlasa, Xudo ularga yolg'on ilonini taklif qilmaydi. Agar ibodat qiluvchi Xudodan barcha chanqovni qondiradigan ilohiy saodat mohiyatini so'rasa, U ularga xavotir va ruhiy tushkunlik chayonini bermaydi. Agar aldangan insonlar o'z farzandlariga yaxshi sovg'alar berishni bilsalar, barcha yaxshilik va quvonch manbai bo'lgan Rabbiy Uni sevuvchilarga ma'naviy !bilim va ma'rifatni qanchalik ko'p beradi

Xudo ularni izlovchilarga eng oliy donolik va eng buyuk bilimni ato etadi va U O'zini hech qanday o'rnini bosuvchini qabul qilmaydigan astoydil izlovchiga ato etadi. Xudoni butun qalbi va joni bilan izlovchi donolarning eng donosi va Xudoga eng aziz insondir. Ibodat qiluvchining sog'inchi kuchayganda, u Xudodan noyob va sevimli javob oladi va Sevimlini sevuvchilar boshdan kechiradigan noyob sevgi .zavqini boshdan kechiradi

Bu kosmik tushda o'z rolini ma'naviy ong va tobora ortib borayotgan ilohiy istak bilan o'ynaydigan dono inson Xudoga yaqin va Unga azizdir. U sof sevgiga ega va Xudoni hech qanday xudbin niyatlarsiz va hech qanday shartlarsiz sevadi, masalan, "Ey Rabbim, menga sog'liq, pul va farovon hayot .ato etishing sharti bilan Senga sajda qilaman" deyish kabi Donolar bilan Xudo o'rtasida cheksiz va cheksiz chuqur, o'zaro sevgi bor. Agar kimdir Xudodan aniq bir narsa so'rasa, Xudo inson Undan ko'ra Uning in'omlariga ko'proq qiziqishini .to'liq biladi

Inson o'z ehtiyojlarini qondirish uchun ibodat qilishi noto'g'ri emas, lekin ular Xudoni bilish va Uning ulug'vor yuzining nurini ko'rish uchun ibodat qilganda, ular bundan shaxsiy manfaat ko'zlamasliklari kerak, shuningdek, ularning fikrlari faqat in'omlarning o'zlari bilan cheklanib qolmasliklari kerak, balki Beruvchining O'ziga qaratilgan bo'lishi kerak. Izlovchi buni chin dildan qila olganda, u avtomatik ravishda saxovat bulog'i va ne'mat okeanidan boshqa barcha .in'omlarni oladi

Shogirdlardan biri ustoz Paramahansadan muayyan vaziyatlarda o'zini qanday tutish va boshqalar bilan qanday munosabatda bo'lish bo'yicha maslahat so'radi va u shunday :dedi

Haqiqatga ergashing va undan chetga chiqmang, sizga yoki boshqalarga zarar yetkazishi mumkin bo'lgan har qanday narsani, hatto bu haqiqat bo'lsa ham, aytishdan saqlaning, agar siz haqiqat ruhidan chetga chiqmasangiz.

Shu bilan birga, siz teskari chegaraga bormasligingiz va og'riqli haqiqatlarni aytmaslik uchun yolg'on gapirishga .murojaat qilmasligingiz kerak

Keraksiz narsalar haqida o'ylamasdan, o'zingizga va boshqalarga halol bo'ling. Rost gapiring va hech kimga zarar yetkazadigan yoki xafa qiladigan gaplarni aytishdan saqlaning. Barcha sirlaringizni halollik va shaffoflik nomi bilan oshkor qilmang, chunki agar siz zaif tomonlaringizni fosh qilsangiz, ular xohlagan paytda sizni xafa qilishga yoki masxara qilishga harakat qilishadi. Nega ularga sizga qarshi ?ishlatishlari mumkin bo'lgan qurol berish kerak
O'zingizga va boshqalarga baxt va xotirjamlik keltiradigan tarzda gapiring va harakat qiling

Yaxshilik keltiradigan haqiqat va ulardan kelib chiqishi mumkin bo'lgan oqibatlarni hisobga olmagan holda faktlarni aytib berish o'rtasidagi farqni bilish uchun ma'naviy idrokni rivojlantirish zarur, chunki narsalar o'z oqibatlari bilan baholanadi. Bilganlaringizning hammasini aytish tavsiya etilmaydi, shuningdek, boshqalar o'zlari uchun bilishi kerak bo'lgan narsalar haqida yashirincha gapirish ham tavsiya .etilmaydi

To'liq idrokka ega bo'lmasangiz, haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri tushunmaguningizcha va barcha uchun adolatli natijalarga erishmaguningizcha, gapirishda o'zingizni .tiyganingiz ma'qul

Xudo haqida o'ylashda davom eting va Undan yordam va yo'l-yo'riq so'rang, shunda sizning tushunchangiz ochiladi, shunda siz narsalarni aniq ko'ra olasiz va keyin yaxshiroq .ajrata olasiz

Tana hujayralarini yoshlik energiyasi bilan to'ldirish

Kosmik energiya tanaga doimiy va uzluksiz oqadi, ammo ko'pchilik odamlar bu mo'l-ko'l hayotiylikdan bexabar. Buni his qilganlar hujayralarida energiya to'lqinini va ularga yangi .kuch beradigan tetiklantiruvchi oqimni boshdan kechirishadi

Butun tabiat Olam Parvardigoriga hurmat bilan bosh egadi va Uning kuchi insoniyat orqali oqib o'tadi. Muammo insoniyat va barcha kuch manbai o'rtasida mustahkam aloqani rivojlantira olmaslikda. Biz to'g'ridan-to'g'ri ilohiy kuch bilan yashaymiz va boshqa barcha kuchlar Xudoning .qo'llab-quvvatlovchi kuchisiz foydasizdir

Oziq-ovqat, kislorod va quyosh nuri — bu elementlar bizga ma'lum darajada sog'liq berishi mumkin, ammo biz Cheksiz Manbadan to'liq sog'liqqa qanday erishishni tushunishimiz kerak. Material manbalari oxir-oqibat zaryadi tugaydigan kichik batareyalarga o'xshaydi, Cheksiz Manba esa hech qachon kamaymaydigan, ruhga doimiy ravishda hayotiylik, baxt va kuch bag'ishlaydigan qudratli generatordir. Shuning uchun, iloji boricha Cheksiz Manbaga .ishonish juda muhimdir

Xohlovchi inson bu hayotiy manbadan to'g'ridan-to'g'ri uning manbasidan foyda olishning to'g'ri yo'lini o'rganishi va fikr haqiqat ekanligini anglashi kerak, chunki barcha tabiiy hodisalar ilohiy fikrning timsolidir, chunki Xudo bu yerni .yaratishdan oldin u haqida o'ylagan

Ko'pchilik fikrlash tananing mahsulidir, deb hisoblashadi, ammo tananing juda aniq shakllanishi va uning qismlari va organlari o'rtasidagi ajoyib muvofiqlik tananing oliyjanob .kosmik ongning yaratilishi ekanligini aniq ko'rsatadi Aql tanani boshqaradigan asosiy elementdir va inson uchun kasallik, zaiflik, qarish va umidsizlik kabi insoniy kamchiliklarning ruhiy takliflaridan qochish va o'zini cheksiz faoliyat uning ichidan oqib o'tishiga ishonch hosil qilish juda muhimdir va bu faoliyat aql-zakovatga ega bo'lib, tana hujayralarini sog'lomlik va yoshlik hayotiyligi bilan .to'ldirishga qodir

Fikr - bu har bir tirik hujayraning miyasi, his-tuyg'ulari va sezgilari; u tanani faol va hushyor yoki sust va sust holda ushlab turish qudratiga ega. Fikr xo'jayin, tananing

hujayralari esa uning bo'ysunuvchilari bo'lib, o'zlarining oliy .xo'jayini - fikrning buyruqlari va taqiqlariga bo'ysunadilar

Biz har kuni iste'mol qiladigan ovqat sifatiga katta e'tibor beramiz va shunga o'xshash tarzda har kuni ongimizga beradigan intellektual va psixologik ovqat sifatiga .ham e'tibor berishimiz kerak

Metafizik olimning ta'kidlashicha, tana elektromagnit to'lqin emas, balki ilohiy ong dengizida suzib yurgan ong .to'lqinidir

Biz har kuni jismoniy kuchimizni mustahkamlashimiz, aqliy kuchimizni oshirishimiz va meditatsiya, sog'lom fikrlash va tana, ong va ruhga birgalikda foyda keltiradigan ijobiy, .samarali ish orqali o'zimizni anglashimiz kerak

Xudo menga umrimning shu uzoq yillari davomida baxt ato etdi. Odamlar yuzimdagi mamnuniyat tabassumini ko'rishadimi yoki yo'qmi, ilohiy quvonch doim men bilan va meni hech qachon tark etmaydi. Baxtning buyuk daryosi ongim qumlari ostida uzluksiz oqadi va hayotim bog'larini .sug'oradigan muborak buloqlar kabi otilib chiqadi

Hayotning to'satdan o'zgarishi mening xotirjamligimni buzolmaydi, o'lim arvohi ham men his qilayotgan ma'naviy .baxtni tortib ololmaydi

Bu holatni doimiy va o'zgarmas qilish qiyin edi, lekin men hozir zavqlanayotgan va boshqalar bilan baham ko'rayotgan ruhning mevalari bunga sarflagan barcha sa'y- .harakatlaringa arziydi

Men ilohiy ruh tomonidan boshqarilgan deb o'ylayman va harakat qilaman. Pul hech qachon hayotimdagi maqsadim bo'lmagan, balki insoniyatdagi birodar-opa-singillarimga xizmat qilish bo'lgan. Shuning uchun Xudo o'zimni ta'minlash va vazifamni bajarish uchun menga ko'plab yaxshilik eshiklarini ochdi. Va menga yordam kerak bo'lganda, Xudo .uni darhol beradi

Mening yagona istagim sizga xizmat qilish va shuning uchun men bu yerdaman

Xudoning kuchi sizning hayotingizda ham ishlaydi.

Imoningiz mustahkamlanganda va haqiqiy boylik moddiy muvaffaqiyatdan emas, balki Qodir Tangridan kelishini anglaganingizda, bu haqiqatni o'zingiz boshdan kechirasiz.

Hayot oldindan aytib bo'lmaydigan, injiq va sirli, shubhalar, har xil muammolar va g'alayonlarga to'la bo'lib tuyulsa-da, biz Xudoning doimiy himoyasida qolamiz. Biz vaziyatni bo'rttirib ko'rsatmasligimiz yoki voqealar oldida xotirjamligimizni yo'qotmasligimiz kerak, chunki agar vahima bizni bosib olishiga yo'l qo'ysak, yovuzlikka kuch beramiz va uning ildizlarini chuqurlashtiramiz, ular qo'rquv va xavotir tuprog'ida o'sadi va gullab-yashnaydi.

Hayot sinovlarida abadiy baxt va xotirjamlikni topishni kutmasligimiz kerak; aksincha, ularni o'zimizda izlashimiz va kashf etishimiz kerak. Keyin, qanday tajribalarni boshdan kechirsak ham, biz ularga boshqa birovning tajribalarini filmda tomosha qilganimiz kabi munosabatda bo'lamiz, xoh yoqimli, xoh og'riqli bo'lsin.

Inson o'z ongiga yo'l qo'ysa, barcha tajribalarini og'riqli, baxtsiz sinovlarga aylantirishi mumkin. Ular sog'lig'i yaxshi bo'lishi mumkin, ammo uning qadrini anglay olmaydilar. Ammo agar ular kasal bo'lib qolishsa, o'zlarini kamtar tutib, farovonlik ne'matini qadrlashadi. Biz Xudoning marhamatini tan olishimiz va bizga bergan ne'matlari uchun Unga minnatdorchilik bildirishimiz kerak, buning uchun noqulay vaziyatlar bizni minnatdor qilishini va Uning marhamatini tan olishini kutmasdan.

Hayot mulohaza va harakatlarning uyg'unligi bo'lishi kerak. Inson psixologik muvozanatini yo'qotganda, u tashvishlar, qayg'u bulutlari va og'riq azoblariga moyil bo'lib qoladi. Agar ular sog'liq, farovonlik va donolik qonunlarini buzishga harakat qilsalar, muqarrar ravishda kasallik, qashshoqlik va johillikdan aziyat chekishadi. Biz niyatlarimizni pok, niyatlarimizni toza saqlashimiz va xotirjamlik keltiradigan tarzda harakat qilishimiz, hayot

sharoitlari tinchligimizni buzishi va baxtimizni barbod qilishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak shuningdek, aql-idrokimizni mustahkamlang va yillar va avlodlardan meros bo'lib o'tgan intellektual va axloqiy zaiflik yukini rad eting. Bu iflosliklar yangilangan qat'iyat va samarali harakatlar olovida yoqib yuborilishi kerak. Ushbu konstruktiv yondashuv bilan chinakam fidoyi shaxs ozodlik va erkinlik ufqlariga yetib borishi mumkin

Baxtning abadiy qonunlari

Aytishlaricha, Hindistonning solih hukmdorlaridan birining oltin davrida uning qirolligining tinchligi va to'liq uyg'unligini buzadigan biron bir voqea, bevaqt o'lim yoki .tabiiy ofatlar sodir bo'lmagan

Oila a'zolari yanada halollik bilan yashasalar, har bir uyda ko'proq uyg'unlik, sog'liq va mehr-muhabbat bo'ladi.

Ammo oila a'zolari bir-biriga xudbinlik bilan munosabatda bo'lishsa, uy avtomatik ravishda nizo va nafratga to'ladi. Bu xalqlarga ham tegishli. Odamlar halollik va halollik bilan yashasalar, ular Yer yuzida Xudoning Shohligiga guvoh .bo'ladilar

Vaqt qisqa Bugun biz shu yerdamiz, ertaga ketamiz

Xudoni izlash insoniyatning eng oliy imtiyozidir Biz bu hayotda Xudo bizga bergan erkinlikdan maksimal darajada foydalanishimiz va undan oqilona foydalanishimiz kerak, toki biz abadiy ma'naviy haqiqatlarni shaxsan boshdan .kechirishimiz mumkin

Gunoh - bu inson uchun azob va azob-uqubatlarga sabab bo'ladigan hamma narsa. Fazilat uni abadiy baxtli qiladigan narsadir. Agar insonning fikrlari va ichki xotirjamligida ma'naviy uyg'unlik bo'lmasa, yangi uy, yangi mashina yoki boshqa biron bir yangi narsa uning qalbiga baxt va xotirjamlik keltira olmaydi; aksincha, ularning ichki azobi, hatto o'sha yangi narsalarni va boshqa narsalarni .sotib olgandan keyin ham saqlanib qoladi

Haqiqiy baxt sharoitlarga qarshi turish va barcha tashqi sinovlarga dosh berish qobiliyatidadir. Bu siz boshqalarning sizga zarar yetkazish va tuzoqqa ilintirishga qaratilgan xurofotlari va yomon niyatli urinishlari tufayli yuzaga keladigan azobli og'riq va qattiq qiyinchiliklarga dosh bera olsangiz va ularning gunohlariga sevgi va kechirim bilan javob bersangiz, tashqi sharoitlarning og'riqli azoblariga qaramay, xotirjamligingizni saqlay olsangiz, baxtni tatib .ko'rasiz

Muqaddas Yozuvlarda ilohiy amrlarni mensimay, ahmoqona istaklari va injiqliklariga ergashganlar baxt topa olmaydilar va o'zlarining asosiy maqsadlariga erisha olmaydilar, deyilgan. Ular haqiqat izlovchilarni Muqaddas Yozuvlarni nima qilish kerakligi va nimadan qochish kerakligini aniqlashda o'zlarining yo'l boshchi nuri va hakami qilishga, masalalarni ajratib ko'rsatishga va donolikka .muvofiq harakat qilishga undaydilar

O'ziga ishonganlar halollik bilan harakat qiladiganlardir. Baxt faqat sof fikrlar va to'g'ri harakatlardan keladi. Agar siz hozir baxtli bo'lsangiz, kelajakda ham bu dunyoda, ham .keyingi dunyoda baxtli bo'lasiz

Mavjud imkoniyatlar quyoshi porlab turgan paytda biz donolik mevalarini yig'ib, omad hosilini to'plashimiz kerak.

Boshqacha qilib aytganda, juda kech bo'lmasdan oldin .imkoniyatlardan foydalanishimiz kerak

agar imkoniyatdan Fursatdan foydalaning, chunki)

(foydalanmasangiz, bu pushaymonlikka aylanadi

Xudo bizga amrlar deb nomlangan ma'naviy qonunlarni bergan. Ammo bu amrlar har kuni va hamma joyda e'tiborsiz qoldiriladi va buziladi. Agar odamlar ularning ma'naviy ma'nosini tushunmasalar, ular doimo ulardan shikoyat qiladilar va ulardan yuz o'giradilar. Bu amrlar barcha Ibrohim dinlari tomonidan qo'llab-quvvatlanadigan abadiy xulq-atvor qoidalaridir. Biroq, matnlar ko'pincha bu amrlarning psixologik jihatlarini va ularga rioya qilish bilan bog'liq

foydalarni tushuntirib bermaydi. Odamlar bu amrlarni ibodat joylarida qabul qilishadi, lekin ulardan tashqarida ularga rioya qilishmaydi va buni bu qoidalar amaliy emas, mantiqsiz va zamon bilan hamnafas ekanligini da'vo qilish bilan oqlashadi. Biroq, bu amrlarning buzilishi dunyodagi barcha .baxtsizliklarning asosiy sababidir

Lekin bu amrlarning foydasi nimada va ularning
?afzalliklari qayerda

Muqaddas kitoblar insonga Xudo haqida o'ylashni, ongini Unga bag'ishlashni, barcha ishlarni Unga topshirishni va Unga riyokorlik bilan aralashmagan va da'vogarlik bilan bulg'anmagan holda chin dildan ibodat qilishni maslahat .beradi

Xudoni bilish hayotning asosiy maqsadi bo'lishi kerak. Dunyoviy burchlarni Xudo insoniyatga bergan kuchsiz bajarib bo'lmaydi. Xudoni unutib, oddiy burchlarni bajarish xato va .gunohdir

Gunoh johillikni anglatadi: insonning eng katta yaxshiligiga zid bo'lgan tarzda harakat qilish Nima uchun odamlar qayg'u va pushaymonlikni his qilishadi? Chunki ular to'g'ri yo'l tutishmadi, chunki Xudo .ularning qalbida birinchi o'rinda turmadi

Inson hayotida hech narsa Xudodan muhimroq deb hisoblanmasligi kerak. Agar inson chinakam Xudoga g'amxo'rlik qilsa va Unga nisbatan ruhiy burchini bajarsa, uning ahvoli har jihatdan yaxshilanadi va atrofdagi barcha sharoitlarga qaramay, ular o'zlarini xavfsiz va xotirjam his .qiladilar

Inson Xudodan boshqa mol-mulk, pul, shon-shuhrat yoki boshqa biror narsaga sig'ina boshlagan zahoti, baxtsizlik ularning taqdiriga aylanadi. Barcha e'tiborini shu narsalarga qaratganlar aslida ularga sig'inadilar va shuning uchun ular Xudoga yaqinlashmaydilar, balki Undan uzoqlashadilar. Lekin Xudoni o'ylaydigan, U haqida mulohaza yuritadigan va

qalblarida U bilan muloqot qiladiganlar Unga yaqinlashadilar
.va U bilan jimgina muloqotda ichki quvonchni his qiladilar
Faqatgina Xudo insonning orzularini va abadiy baxtga
bo'lgan umidlarini ro'yobga chiqarishga qodir. Shuning
uchun, qalbdagi Xudoning o'rnini hech narsa egallashiga yo'l
.qo'yilmasligi kerak

Izlovchiga Xudoni eslab qolishga va Unga yaqinlashishga
yordam beradigan muqaddas ramzlar mavjud. Biroq, agar
inson bu ramzlarga sig'inishni boshlasa, ularning zarari
foydasidan ustun bo'ladi. Ibodat faqat Xudoga qaratilgan
bo'lishi kerak, chunki boshqa hech narsa ibodatga loyiq
.emas

Ritualistik ibodatning tabiati qanday bo'lishidan qat'i
nazar, ibodat qiluvchi uni ma'naviy ong va Unga intilish bilan
bajarsa, u Xudoga ma'qul bo'ladi. Biroq, ko'p odamlar
ibodatning mohiyatini tushunmaydilar va ularning fikrlari va
qalblari Xudodan marosimlarga chalg'iydi, shuning uchun
.ibodatlaridan ko'p foyda ko'rmaydilar

Haqiqiy topinuvchilar o'z onglarini biron bir tasvir yoki
shakl bilan cheklab qo'yishga yo'l qo'ymaydilar, balki ular
barcha tasvirlar va shakllar ortidagi ilohiy ruhga eng chuqur
.sevgi va to'liq e'tibor bilan e'tibor qaratadilar
Xudo mutlaq va cheksizdir, va hech qanday tasvir yoki
haykal Uni sig'dira olmaydi

Xudo Uni chin dildan sevadigan va U bilan uyg'unlikda
bo'lgan har bir kishida o'zini namoyon qiladi, deyish mumkin,
chunki U hamma joyda mavjud va shuning uchun hammada
mavjud. Biroq, hamma ham ilohiy mavjudlikni namoyon qila
olmaydi. Quyosh ko'mirga ham, olmosga ham bir xil
darajada porlaydi, lekin olmos quyosh nurini qabul qiladi va
aks ettiradi, ko'mir esa aks ettira olmaydi. Xuddi shunday,
barcha odamlar Xudoning nuriga cho'mgan, ammo bu nurni
qabul qila oladigan va uni o'z fikrlari va harakatlarida aks
ettira oladiganlar oz. Buning uchun ular meditatsiya orqali va

ilohiy ta'limotlar va amrlarga amal qilish orqali o'zlarini
.poklashlari kerak

Biz Xudoning ismini talaffuz qilganimizda, nima
deyayotganimizni chuqur va chin dildan anglashimiz kerak.

Agar siz ibodat paytida odamlarning fikrlariga nazar
tashlasangiz, ko'pchilik Xudodan boshqa hamma narsani
o'ylayotganini ko'rasiz, garchi ular Uning ismini tilga olsalar
.ham! Bunday ibodat samarasiz va befoydadir

Ibodat qilganimizda, fikrlarimizni chalg'itib, shunchaki

Uning muborak ismini takrorlash o'rniga, butun ongimizni
Xudoga qaratishga harakat qilishimiz kerak. Xolalarimdan
biri ibodatlarini kamdan-kam hollarda qo'lidan tushadigan
ibodat munchoqlariga o'qirdi. Lekin u bir kuni menga qirq yil
davomida bu ibodat odatini amalda qo'llaganiga qaramay,
Xudo uning ibodatlariga javob bermaganini tan oldi. Buning
ajablanarli joyi yo'q! Uning "ibodatlari" asabiy odatdan
.boshqa narsa emas edi

Ibodat qilganimizda, faqat Alloh haqida o'ylamasligimiz

kerak. Ibodatimizda samimiyatli va iltijolarimizda fidoyi
bo'lishga intilishimiz kerak. Duo munchoqlaridan foydalanish
va Xudoning ismini doimo tilga olish, agar bu amaliyot
qalbdan kelib chiqsa va samimiylik va diqqat markazida
bo'lgan ong bilan qo'llab-quvvatlansa, juda maqbuldir. Biroq,
bu amaliyot vaqt o'tishi bilan avtomatik bo'lib qolishi
.mumkin

Biz Xudoning ismini qalbimizda, sog'inch va ilohiy sevgi

tasbehi ostida pichirlashimiz kerak; bu Xudoning qalbiga
ta'sir qiladigan haqiqiy ibodatdir. Xudoning ismini
sovuqqonlik va adashgan ong bilan tilga olish kufr va
hurmatsizlikdir. Ibodat qilganda, qalb va ong Xudoning
sevgisi bilan to'lishi kerak. Yuqori yogik mashqlari orqali
aqliy diqqatni jamlash bizga shon-sharaf va ulug'vorlikning
oliy manbai bo'lgan Xudoga yaqinlashishga yordam beradi,
shuningdek, U bilan fikr yuritish va muloqot qilishimizga
.yordam beradi

Haftada bir kunni (iloji bo'lsa) Xudo haqida tafakkur qilish va xotirjamlik, xotirjamlik va ichki xotirjamlikni his qilish uchun ma'naviy chekinishga bag'ishlash juda muhimdir. Shu tarzda o'tkazilgan vaqt haftaning qolgan qismida duch keladigan tashvish va tashvishlar uchun .tinchlantiruvchi balzam bo'ladi

Har bir inson hissiy jarohatlari va og'riqlarini davolash uchun har hafta bir kunni yolg'izlikda yoki "ma'naviy chekinish"da o'tkazishi kerak. O'sha kun tinchlik, quvonch va mamnuniyatga aylanganda, siz uni haftama-hafta intiqlik .bilan kutasiz

Yolg'izlik - bu buyuklikning narxi. Ushbu ruhiy chekinish va ruhingiz va Xudo bilan bog'lanish orqali ongingiz, tanangiz va ruhingiz uchun erishiladigan ajoyib natijalar sizni hayratda qoldiradi. Agar siz chinakam baxtga intilsangiz, uyg'onganingizda erta tongda va kechasi uxlashdan oldin .ilohiy tinchlik okeaniga sho'ng'ishingiz kerak

Hindiston donishmandlari faqat bir kun yolg'izlikni emas, balki har kuni to'rtta aniq vaqtda tinch meditatsiya qilish zarurligini ta'kidlashadi. Tong otganda, uyg'onishdan va kimdir bilan uchrashishdan oldin, xotirjamlik va xotirjamlikdan bahramand bo'lish kerak. Peshinda tushlikdan oldin ongni tinchlantirish va kechki ovqatdan oldin yana bir bor xotirjamlikdan bahramand bo'lish kerak. Nihoyat, kechasi .yotishdan oldin yana tinchlik holatiga kirish kerak

Yolg'izlik paytida va ushbu to'rt kunlik davrda sukutni astoydil saqlaganlar Xudo bilan uyg'unlikni his qilishlari shart. Bu davrlarning barchasiga rioya qila olmaydiganlar hech bo'lmaganda ertalab va kechqurun vaqtlarini bag'ishlashlari kerak. Shunday qilib, ularning hayoti yaxshi tomonga o'zgaradi va ular baxtni his qilishadi; tajriba eng yaxshi dalildir

Agar siz bank hisobingizni qoplash uchun yetarli mablag' kiritmasdan cheklar yozishda va imzolashda davom etsangiz, pulingiz tugab qoladi. Xuddi shu narsa hayotingizga ham

tegishli. Hayotiy hisobingizga muntazam ravishda tinchlik
kiritmasangiz, energiyangiz tugaydi, xotirjamligingiz
yo'qoladi va baxtingiz yo'qoladi. Xulosa qilib aytganda, siz
oxir-oqibat hissiy, ruhiy, jismoniy va ma'naviy bankrotlikka
duchor bo'lasiz. Ammo Xudo haqida chuqur kundalik
.mulohaza yuritish qalbingizdagi kamchiliklarni qoplaydi
Dindor izlovchi har kuni meditatsiya qiladi, qalbidagi
barcha sevgi va sog'inch bilan Xudo bilan muloqot qiladi,
Undan O'zini ochib berishini yolvoradi. Agar siz Xudoning
sevgilisi bo'lsangiz va Uning huzurini his qilishni istasangiz,
ongingiz va tanangizni Uning tinchligiga cho'mdirishingiz
kerak, shunda hayot sizga tabassum qiladi va ishlaringiz ko'p
jihatdan yaxshilanadi. Xotirjam odam kamdan-kam hollarda
xato qiladi va minglab odamlar muvaffaqiyatsizlikka
.uchragan joyda muvaffaqiyatga erishadi
Xudo haqida o'ylamaydigan yoki Unga ahamiyat
bermaydiganlar tushkunlikka tushib, baxtsiz bo'lishadi. Ular
.asabiylashadi va yurish mashinalariga aylanadilar
Agar siz ruhiy kuch sarflab, qalbingizda Xudoga birinchi
o'rinni bersangiz, donolik va tinchlik quyoshi xotirjamlik
osmonida ko'tariladi va sizning borlig'ingizni shifobaxsh
.nurlari bilan qoplaydi
Tafakkur kuni, shuningdek, ruhiy va jismoniy dam olish
va ichki xotirjamlikni rivojlantirish kuni bo'lishi kerak. Donolik
va xotirjamlik keltiradigan har qanday faoliyat o'sha kuni
.muborak faoliyatdir
Ota-onani hurmat qilish haqida muqaddas kitoblarda
ularga yaxshi muomala qilish tavsiya etilgan: "Ota-onangizni
.hurmat qiling" va "Ota-onangizga mehribon bo'ling
Inson ota-onalari Xudoning vakillari sifatida hurmat
qilinishi kerak, chunki U ularga insoniyatni yaratish in'omini
bergan. Ona Xudoning sof sevgisining timsolidir, chunki
mehribon ona boshqa hech kim kechirmaydigan joyni
kechiradi. Ota Xudoning donoligi va farzandlari uchun
.himoyasining namoyonidir

Inson ota-onasini Xudodan tashqari emas, balki bu sevgining ifodasi sifatida sevishi kerak. Himoyachi va dono. Oliy ilohiy ruh bolaga yordam berish uchun ota va onaga aylanadi, shuning uchun uni ota-onalar hurmat qilishlari .kerak

Muqaddas Kitob bizga o'ldirish uchun o'ldirmaslikni ham maslahat beradi, chunki u holda odam qotilga aylanadi. Inson kuchli his-tuyg'ular paytida boshqa birovning hayotiga zomin bo'lmasligi kerak. Biroq, agar yaqinlaringizga tahdid solinsa, Xudo ularga ishonib topshirganlarni himoya qilish uchun kurashish kerak, chunki oila va vatanni himoya qilish .muqaddas burchdir

Zinoga qarshi taqiqqa kelsak, jinsiy birlikning ideal maqsadi Xudoning suratida yaratilgan bolalarni tug'ish va bir-birida Xudoni ko'rgan er-xotinlar his qiladigan sof sevgining ifodasi bo'lishi kerak. Faqat jismoniy darajada yashaydiganlar, haqiqiy sevgiga yoki jinsiy istakning yaratilish maqsadiga ahamiyat bermasdan, ushbu amrga muvofiq zino qiladilar. Bu holda, ular jinsiy istaklarini qondiradigan va keyin o'z yo'llarida davom etadigan .hayvonlardan farq qilmaydi

Xudo erkaklar va ayollarda oilaviy hayotda chinakam o'zaro sevgini tug'ish va ifoda etish uchun bu ijodiy istakni yaratdi va uni boshqa yo'l bilan noto'g'ri ishlatmaslik kerak, .aksincha, muqaddas faoliyat va bilimga aylantirish kerak
Agar siz o'zingizning jinsiy kuchingizni nazorat qila olsangiz va taqsimlay olsangiz, yozish, chizish yoki yashirin iste'dodlarni boshqa ko'plab usullar bilan ochib berish uchun .ajoyib aqliy qobiliyatlarni rivojlantira olasiz

Va nihoyat ijodiy faoliyatni nazorat qila va ma'naviy jihatdan o'zgartira olganingizda, siz buyuk tinchlik, buyuk sevgi va ortib borayotgan ma'naviy quvonchni boshdan .kechirasiz

Jinsiy faoliyatini ma'naviy jihatdan o'zgartirgan avliyolar va ruhiy yetakchilar dunyoda va haqiqatni ezoterik izlashda

hayratlanarli va hayratlanarli ishlarni bajarishga qodir
.bo'lgan ulkan shaxslardir

Shunday qilib, jinsiy istakdan eng yuqori darajada
foydalanish uning kuchini oshirish, ya'ni donolik, yuksak
g'oyalar va ma'naviy ideallarni namoyon etish uchun uning
energiyasini yuqori maqsadga yo'naltirishdir. Jinsiy fikrlardan
zavqlanmaslik yoki taqiqlangan narsani xohlamaslik kerak.
Bunday o'zini tuta bilishga erishilganda, jinsiy aloqa va uning
.oliy maqsadi haqida sog'lom nuqtai nazarga ega bo'ladi

Jinsiy masalalarga qul bo'lish sog'liqni, o'zini tuta
bilishni, intellektual xotirjamlikni va qisqasi, insonga kerak
.bo'lgan barcha baxt elementlarini yo'qotishni anglatadi
Muqaddas kitoblar bizni o'g'irlik qilmaslikka undaydi.

Agar ming kishidan iborat guruh bir-biridan o'g'irlik qilsa, har
birining 999 ta dushmani bo'ladi. Shuning uchun,
boshqalarning huquqlarini buzmaslik, ularning yerini,
tinchligini, sevgisini, qadr-qimmatini yoki ularning biron bir
moddiy yoki ma'naviy boyligini tortib olmaslik kerak. Agar
o'zingizniki bo'lmagan narsani olish istagini his qilmasangiz,
sizga kerak bo'lgan narsa yoki xohish sizga keladi. O'g'irlik
birinchi navbatda ongda paydo bo'ladi. Inson boshqalarga
hasad qila boshlaganda. Yomon niyatlarning urug'lari ongdan
sug'urib olinishi kerak. Ma'naviy altruizm - bu shunday yo'l.
Shunda inson tabiiy ravishda mo'l-ko'lchilikni jalb qiladi va
ularga bilgan va bilmagan manbalaridan ne'matlar oqib
keladi. Bu xatosiz ilohiy qonun. O'g'rilar va xudbin odamlarga
kelsak, ular hayotlarini moddiy boylik ortidan quvib
o'tkazadilar, ko'zlari doimo boshqalarda bor narsaga
qaraydilar, hatto o'z xazinalari oltin bilan to'lib toshgan
.bo'lsa ham

Moddiy xudbinlikdan voz kechilmaguncha, dunyo baxtni
bila olmaydi

Baxt faqat ma'naviy hamkorlik orqali keladi. Bu inson
boshqalarning ehtiyojlarini o'zinikidek his qilganda va
.boshqalar uchun o'zi uchun ishlaganidek ishlaydi

Yana bir muhim amr - yolg'on guvohlik berishdan saqlanish. Haqiqatni buzib ko'rsatish orqali kimgadir zarar yetkazish ijtimoiy uyg'unlikni buzishning yana bir usuli hisoblanadi. Agar kimdir yaxshi munosabatda bo'lishini istasa, boshqalarga ham shunga yarasha munosabatda bo'lishi kerak

Haqiqat har doim aytilishi kerak, lekin haqiqatni aytish bilan shunchaki faktlarni aytib berish o'rtasida farq bo'lishi kerak. Kimdirni cho'loq yoki ko'r deb atash og'riqli va foydasiz; boshqalarning his-tuyg'ularini inobatga olish va ularni uyaltirishdan qochish kerak. Xuddi shunday, ezgu maqsadsiz kimgadir xiyonat qilishi mumkin bo'lgan haqiqatni oshkor qilish ham noto'g'ri. Boshqa tomondan, haqiqatni aytmasslik uchun yolg'on gapirmasslik kerak; aksincha, boshqalarni uyaltirish yoki ularga zarar yetkazmasslik uchun ba'zi vaziyatlarda jim turish mumkin

Inson qalb xotirjamligini kemiradigan halokatli kasallik bo'lgan hasaddan ehtiyot bo'lishi kerak. Inson boshqalarga tegishli narsalarga qanchalik ko'p qiziqsa, uning baxtsizligi va baxtsizligi shunchalik kuchayadi. Hasadgo'y odam tinchlikning ta'mini bilmasdan, muammoli hayot kechiradi. Ular o'zlarini hurmat qilishlari, o'zlariga ishonishlari va ichki ma'naviy boylik izlashlari ancha yaxshi

Insonning qadr-qimmati va ichki qadr-qimmati ular xohlagan yoki egallashni istagan har qanday narsadan ancha yuqori. Xudo har bir insonda boshqa hech bir insonda namoyon bo'lmaydigan tarzda namoyon bo'ladi. Ularning yuzi boshqa hech bir insonnikiga o'xshamaydi va ularning ruhi boshqa hech bir insonnikiga o'xshamaydi, chunki ular ichida barcha yaratilishning eng buyuk xazinasini yotadi va bu eng buyuk xazina Xudodir

Biz o'tmish bilan bog'liq emasmiz

Inson to'g'ri iymonga ega bo'lib, shunga muvofiq harakat qilsa, u iymonsiz va hayot jangida o'z burchlarini bajarmaydiganlardan ko'ra baxtliroqdir

Sog'lom imon va solih amal (ezgu niyatlar va yaxshi niyatlar bilan qo'llab-quvvatlanadi) baxt bor joyda doimo mavjud bo'ladi va baxt yo'q joyda yo'qoladi. Bundan xulosa qilishimiz mumkinki, ular baxtning ikkita muhim sharti bo'lib, ularsiz ularga erishib bo'lmaydi. Baxtni istaganlar faqat uning poydevori va ustunlari bo'lgan ushbu ikkita asosiy .elementga ega bo'lishlari kerak

Insonlar koinotning cheksiz tarkibiy qismlarini — xohishiga ko'ra — nazorat qila olmaydi, shuningdek, ularni o'zgartira yoki yo'q qila olmaydi. Bu komponentlar inson hayotining matosi bilan chambarchas bog'liq va odamlar ulardan alohida faoliyat yurita olmaydi. Biroq, ular bu komponentlarga moslashish uchun onglarini boshqarishlari .mumkin

Unga zarar yetkazmang

Ota-bobolarimiz bizdan baxtliroq edilar, chunki ular hozirgi bizdan ko'ra ko'proq dunyoviy narsalar va zavqlarga ega edilar yoki hayot muammolariga kamroq duch kelganlari uchun emas, balki ularga tasalli, xotirjamlik, qoniqish va .qisqasi, baxt keltiradigan psixologik muvozanatga ega edilar
Ular baxt uchun tashqi sharoitlarga bog'liq emas edilar, shuningdek, ularni baxtdan mahrum qiladigan tashqi sharoitlarga ham berilishmadi. Ularning qulaylik, xotirjamlik, baxt va qoniqish hissi tabiiy, normal, sog'lom va uzoq muddatli edi. Agar biz baxtga ega bo'lishni istasak, biz ham bu his-tuyg'ularni rivojlantirishimiz kerak. Va oramizda kim ?bunday qilmaydi

Taqdir - bu o'tmishdagi iroda erkinligi yoki tanlov erkinligi natijasidir. O'tmishdagi iroda erkinligi amaliyotlarimiz orqali biz o'zimizga taqdir va taqdirni olib keldik va olib kelmoqdamiz. Biroq, biz o'tmish bilan bog'liq emasmiz va harakatlarimiz oqibatlari bilan abadiy cheklanib qolmaymiz. Agar xohlasak va yo'limizni to'g'rilashga va hosilimiz sifatini yaxshilashga intilsak, ekanlarimizni yo'q qilishimiz va yozganlarimizni o'chirishimiz mumkin. Agar biz

og'riqli oqibatlarga olib keladigan harakatlarning urug'larini
yo'q qilsak va ularning o'rniga ruh tabiatiga ko'proq mos
keladigan urug'larni eksak, biz, albatta, ruh tuprog'iga
ekilgan yaxshi urug'lardan baxt mevalarini yig'ib olamiz.

Agar biz ko'proq baxtga erishmoqchi bo'lsak yoki azob-
uqubat va og'riqni kamaytirmoqchi bo'lsak, ertaga emas,
.balki hozir, hozir erkin irodadan foydalanishimiz kerak
Shuning uchun, baxtning shartlari insonning o'zida
yotadi va u shunchaki xato qilmaydigan tenglama bilan jiddiy
shug'ullanishi kerak va agar u eng yaxshi baho berib, unga
amal qilsa, natijalar uning foydasiga bo'ladi. Lekin kuchli
irodaga ega bo'lgan odam Xudo bilan uyg'unlikda bo'ladi

Konsentrlangan ong energiyasi

Quyosh nurini jamlaganingizda, kattalashtiruvchi linzani
kichkina nuqtaga qaratib, u issiqlik hosil qiladi va bu issiqlik
yog'ochni yoqib yuborishi mumkin. Mato, qog'oz va
boshqalar. Xuddi shunday, ongingizni diqqat bilan
jamlaganingizda, uning jamlangan energiyasi barcha
muvaffaqiyatsizliklarning sababi bo'lgan shubhalarning
yomonliklari va ildizlarini yoqish va donolik nurini yorqinlik va
.nur bilan porlashi uchun

Fikr barcha yaxshiliklarning manbai va barcha muborak
kuchlarning kelib chiqishi bo'lgan Xudo bilan uyg'un
bo'lganda, u ilohiy mavjudlikni anglaydi va muvaffaqiyatning
barcha elementlariga ega bo'ladi. Bu elementlar har qanday
sohada muvaffaqiyat uchun yangi sabablar yaratishga qodir
.bo'lgan Xudoning ulkan kuchi bilan chambarchas bog'liq
Xudo xayrli ishlar va xayriya ishlariga muvaffaqiyat
keltirsin

Muammolar va qiyinchiliklar insonning ma'lum bir
vaqtda va joyda sodir etilgan o'tmishdagi harakatlaridan
bexabarligidan kelib chiqadi. Ularning hozirgi azob-uqubatlari
ularning ong tuprog'ida ildiz otgan, o'simlikka aylanib, o'sha
fikrlar va harakatlarning o'ziga xos xususiyatlarini aks

ettiruvchi mevalarni bergan fikrlari va ishlaridan kelib
.chiqadi

Kosmosda millionlab mil uzoqlikdagi quyoshga
qarasangiz, bu ulkan yulduz bizning Yerimizdan ancha
kichikroq ko'rinadi. Shunga qaramay, Yerning diametri
taxminan 7900 milni, Quyoshning diametri esa yuz baravar
katta. Agar siz sayyoramiz Yerni to'g'ridan-to'g'ri quyoshning
oldiga qo'ysangiz, u unga nisbatan kichik bir nuqta bo'lib
ko'rinadi. Quyoshning ulkan maydoni kengayib borayotganini
tasavvur qiling, uning ulkan massasi butun moviy osmonni
qamrab olguncha. Biz ko'rib turgan osmon koinotni qamrab
olgan cheksiz makonning kichik bir bo'lagi, shunchaki bir
zarrasi. Quyosh cheksizlikka kengayishda davom etsa ham, u
baribir cheksizni qamrab ololmaydi. Kichiklik va
cheksizlikning bu kosmik illyuziyasi ongning koinotning
kengligini, uning kelib chiqishini va chegaralarini anglash
.qobiliyatini cheklaydi

O'lchov va o'lchovlarga bo'ysunmaydigan, chegarasi va
kelib chiqishi bo'lmagan Zot - bu hamma joyda mavjud
bo'lgan va kosmosning eng chekka nuqtalarida mavjud
bo'lgan Xudodir. U sizning ichingizda va mening ichimda
bo'lgani kabi, uzoq, olis yulduzlarda ham mavjud va U
egallagan har bir makondan, qanchalik kichik yoki katta
bo'lishidan qat'i nazar, ongli ravishda xabardor. "Insonning
.asosiy maqsadi" kitobidan

Duolar

Ey Xudoyim

Qo'limni zulmatdan yorug'likka olib boring

O kosmik sukunat

Men sizning ovozingizni soylarning shovqinida va

bulbullarning chirqirashida eshitaman

Shamolning faryodida, to'lqinlarning gumburlashida va

tebranishlarning momaqaldiroq sadosida

Ey aziz Rabbim

Men senga so'zlar bilan emas, balki seni sog'inib
yonayotgan yurakning sog'inchi bilan sajda qilaman
Keng maydoningizni ko'rishga ijozat bering
Hamma narsaning orqasida sizning doimiy
mavjudligingiz
Balki men abadiy o'zgarmas mavjudligingizning bir qismi
ekanligimni anglab yetarman
Oh, toshib ketgan okean
Qani endi orzularimning o'ralgan daryolari to'siqlar va
to'siqlar cho'llaridan oqib o'tsa edi
Nihoyat, sizning eng katta tartibsizliklaringiz birlashdi
Ovozingizni tinglashga yordam bering, ey Rabbim
Koinot tebranishi paydo bo'lgan kosmik tovush
Muborak ovoz orqali Sening huzuringni sezishimga ijozat
ber (Om - Omin)
Barcha muborak ovozlar uchun muqaddas kuy
Borliq simfoniyasini tinglar ekanman, xabardorligimni
kengaytiraman
Meni kosmik okean kabi his qilaylik
Va tananing to'lqinli harakatlari uning ko'kragida raqsga
tushmoqda
Eng muqaddas ovoz ichimda aks-sado bersin
Tanamdan koinotgacha xabardorligimni kengaytirish
Men abadiy, hamma narsani qamrab oluvchi baxtni his
qilsam mayli
To'lib toshgan yorug'lik dengizidan portlash
Oh cheksiz kuch
Ey abadiy donolik
Ruhiy tebranishingiz bilan jonimni zaryadlang
Ey muborak kosmik so'zning ovozi
Xatolarimni tuzating
Menga kerak
Qo'limni zulmatdan yorug'likka olib boring
Ey Rabbim, Seni o'ylaganimda, ichimda yonayotgan
sog'inch oqimi paydo bo'ladi, his-tuyg'ularimni larzaga soladi

va yuragimdan tanamdagi har bir hujayraga oqib o'tadi, uni
.ilohiy sevgi bilan to'ldiradi

Mening eng katta orzuim - sizning borlig'ingizning tubiga
yetib borish va sizning huzuringizda zavqlanish

Va to'satdan qalb eshigi ochiladi va men sizning yorqin

!nuringizni ko'rib, quvonchga to'lib ketaman

O'tmish insoniyatning ko'p qismi uchun noma'lum,

tanlangan bir nechta ma'rifatli shaxslar bundan mustasno.

Shunga qaramay, o'tmishni bilmasligimiz ham bizning
foydamizgadir. Agar biz bu hayotda va oldingi hayotlarda

qilgan barcha ishlarimizni bilsak, harakatlarimizning
ko'pligidan hayratda qolib, butunlay hayratda qolardik.

Darhaqiqat, irodamiz hatto shokdan falaj bo'lib, bizni
izlanishlarimizni davom ettirishga qodir emas qilib qo'yishi
va umidsizlikka tushib qolishimiz mumkin. Hatto bu dunyoviy

hayotda ham unutish Xudoning ne'matidir, o'tmish
xotiralarining, ayniqsa achchiq va og'riqli xotiralarning
fikrlarimiz va his-tuyg'ularimizni bosib olishiga yo'l

.qo'ymaydi

Lekin shukurki, ichimizdagi ilohiy uchqun doimo umid va

hayotning cheksiz sayohatini davom ettirish istagi bilan
porlaydi. Biz bu ikki ne'mat uchun Xudoga shukur qilishimiz

kerak: o'tmishni unutish va kelajakka umid qilish

Taqdir iroda erkinligi yo'lida to'siqlar qo'yadi degan

xulosaga kelmasligimiz kerak. Biroq, ko'pchilik odamlar
taqdir va taqdirga bog'laydigan salbiy ta'sirlarga qarshi

turish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz va ichki
e'tiqodimizga muvofiq tanlov erkinligimizdan foydalanishimiz

kerak, agar bu e'tiqodlar sog'lom imonga asoslangan va
ilohiy qonunlarga asoslangan bo'lsa, ularsiz inson haqiqiy

.baxtni tatib ko'rolmaydi

Biror ishga kirishganimizda, noqulay vaziyatlardan
qo'rqmasligimiz kerak, aksincha, irodamizni amalga oshirish
va tanlash erkinligimizni amalga oshirish yo'lida hech narsa

to'sqinlik qila olmasligiga mutlaq ishonch bilan, maksimal
.darajada optimistik bo'lishimiz kerak
Agar maqsadimizga erisha olmasak, unga erishishimizga
to'sqinlik qilgan o'zimiz yaratgan to'siqlar borligini bilvosita
tan olishimiz mumkin. Maqsadimizga erishish uchun sabr-
toqatli bo'lishimiz va sa'y-harakatlarimizni ikki baravar
oshirishimiz kerak. Shuningdek, o'zimizga to'siqlar va
qiyinchiliklar qanchalik kuchli va dahshatli bo'lmasin, ularni
olib tashlash va yengish uchun yetarli kuchga ega
ekanligimizni tasdiqlashimiz kerak. Barcha urinishlarimizga
qaramay, muvaffaqiyatsizlikka uchrasak ham, umidsizlik va
umidsizlikka hojat yo'q, agar inson irodasi o'zimiz yaratgan
taqdirdan kuchliroq ekanligini tushunsak. Shuning uchun,
qancha marta muvaffaqiyatsizlikka uchrasak ham, urinishni
to'xtatmasligimiz kerak, chunki har doim ochiq eshiklar bor.

Bizga muvaffaqiyat berilmaguncha shunchaki harakat
qilishda va urinishni takrorlashda davom etishimiz kerak.
Xudo bizga yordam beradi, agar biz Unga tayansak va kuch
sarflasak. Yo'ldan yurgan odam manziliga yetadi va Xudoga
.ishongan odam hafsalasini pir qilmaydi
Inson biror narsani orzu qilganda va bu istak kuchli va
shoshilinch bo'lsa, bu istak qayerga bormasin va qayerga
murojaat qilmasin, qanday tashvish va tashvishlarga duch
kelmasin, hech qachon ongini tark etmaydi. Doimiy va
doimiy faoliyati orqali bu istak ulkan qat'iyat va g'ayratga
ega bo'ladi. Bu intellektual pichirlash mexanik iltijolardan
kuchliroq va samaraliroq bo'lib, lablarni qimirlatishdan nariga
o'tmaydi. Xudoni sevuvchilar shunday qilishadi; ular Xudoga
bo'lgan sevgilarini to'xtovsiz pichirlashadi va ularning
pichirlashlari barcha kundalik faoliyati davomida samimiy va
eshitilmaydigan bo'ladi. Bu samimiy pichirlash ularni
chalgitmaydi va boshqa vazifalariga zid kelmaydi. Xudoga
bo'lgan istaklari o'sib borishi bilan, Unga bo'lgan sevgilari
kuchayadi va chuqurlashadi, toki ular Uning huzuriga tegib,
Uning nurini qalb ko'zi bilan ko'rmaguncha, cheksiz

quvonchni tatib ko'rmaguncha va ta'riflab bo'lmaydigan
.tinchlikni his qilmaguncha

Xudo bizga hayotda kerak bo'lgan saboqlarni yuboradi,
toki biz ulardan foyda olishimiz va tushuncha va tajriba
orttirishimiz mumkin. Kimki bu saboqlardan qochsa, ularni
o'rganishga majbur bo'ladi, qancha vaqt ketishidan qat'i
.nazar

Agar har bir sinovdan saboq olsak, u bizga do'st, agar
imkoniyatni qo'ldan boy berib, shikoyat, xafagarchilik va
noto'g'ri mulohaza orqali noto'g'ri foydalansak, u zolim
.despotdir

Bizda sog'lom tushuncha va hayotga to'g'ri munosabat
bo'lsa, u go'zallashadi. Va asoratlardan xoli

psixologik holatlar

Inson abadiy quvonch to'liqinida ko'tarila olmaydi, yoki
qayg'uning notinch suvlari ostida cho'kib keta olmaydi, yoki
zerikish tubiga cho'kib keta olmaydi. Qarama-qarshi
ikkilanishlar bilan tavsiflangan bu dunyoda oddiy odam
ko'tarilish va pasayishlarga duchor bo'ladi. U quvonch
to'liqinida ko'tariladi va befarqlik tubiga sho'ng'iydi va qayg'u
to'liqlari bilan u yoqdan-bu yoqqa uloqtiriladi. Va u boshqa
biron bir ong holati haqida kamdan-kam biladi. Vaziyatga
shu tarzda fikrlarni chalg'itishga yo'l qo'yish . Bu o'z irodasini
.injiq va o'zgaruvchan taqdirga topshirishni anglatadi
Muvaffaqiyatli va mazmunli hayot kechirish uchun
insonga ruhiy muvozanat kerak
Bunga faqat ongni jamlash va psixologik qobiliyatlarni
.boshqarish orqali erishish mumkin

Hatto eng chuqur qayg'ular ham vaqt o'tishi bilan
davolanadi, shuning uchun qayg'u haqida o'ylashning
ma'nosi yo'q. Hayotimizning har bir kunida Marhum yaqini
uchun uzoq vaqt qayg'u chekish unga ham, bizga ham
yordam bermaydi va aslida hech narsani o'zgartirmaydi.
Kamchilik kompleksini yoki o'zini jazolashni rivojlantirish.
O'tmishdagi xatolar yoki muvaffaqiyatsizliklar haqida o'ylash

befoyda. Bu faqat hayotni baxtsiz qiladi va aqliy
.qobiliyatlarni bo'g'ib qo'yadi

Biz zerikarli tartib chuquriga tushib qolishimizga yo'l
qo'ymasligimiz kerak, chunki bu psixologik holat bo'lib, u
ongni tashvishga soladi va befarqlik o'chog'ida yashirin
.qobiliyatlarni yo'q qiladi

Muvaffaqiyatsizlikni ildizidan yo'q qilish kerak, hayot
dalalarini tirishqoqlik va qat'iyat bilan haydash va Xudoning
yordami bilan mo'l hosil yig'ib olish uchun yaxshilik urug'lari
.bilan ekish kerak

Kumush yubileyda temir

Bir safar meni eng baxtli juftliklardan biridek tuyulgan
juftlikning kumush yubileyiga taklif qilishgan edi, lekin
ularning uyiga kirishim bilan nimadir noto'g'ri ekanligini
sezdim. Men ikki o'quvchimdan kechqurun bir-biriga qanday
munosabatda bo'lishlarini kuzatishni so'radim va ular
keyinroq menga aytishdi. Er va xotin boshqalarning oldida
bir-biriga tabassum qilishadi va bir-birlariga "Ha, azizim" va
"Albatta, sevgilim" kabi eng yoqimli so'zlar va boshqa shu
kabi do'stona iboralar bilan murojaat qilishadi. Lekin ular
yolg'iz ekanliklarini o'ylashlari bilanoq, janjallashib, bir-
.birlariga haqoratli so'zlar aytishadi

Men ular bilan gaplashdim va dedim: Siz meni
ziyofatingizga taklif qildingiz, lekin muhit tarang va
menimcha, bu uyda juda ko'p kelishmovchiliklar bor va
menga bu kumush yubileyda juda ko'p temir bordek
.tuyuladi

Avvaliga ular xafa bo'lishdi, lekin keyinchalik ular
mening haqligimni tan olishdi va uzr so'rashdi. U davom etib:
."Doim janjallashish va tortishishdan nima foyda?" dedi
Aftidan, siz mukammal juftlik sifatidagi obro'ingizni
saqlab qolish uchun birga yashayapsiz, lekin o'z baxtingiz va
xotirjamligingiz uchun bir-biringiz bilan shunday bo'lishingiz
.va tinchlik va hamjihatlikda yashashingiz kerak

Magnit oziq-ovqat

Odamlar oziq-ovqat yoki ovqatlanish haqida gapirganda, odatda tanani qo'llab-quvvatlash uchun iste'mol qilinadigan jismoniy oziq-ovqatni nazarda tutadilar. Biroq, jismoniy oziq-ovqatdan kam bo'lmagan va ko'pincha undan ham muhimroq bo'lgan boshqa turdagi oziq-ovqat turlari ham mavjud, masalan, intellektual yoki ma'naviy oziqlanish. Aqliy .faoliyat yoki ong, donolik va ma'naviy idrokning jamlanishi Jismoniy oziq-ovqat tana hujayralarini qo'llab-quvvatlaydi, intellektual oziq-ovqat esa ongni sog'lom g'oyalar bilan to'ldiradi, donolik oziq-ovqati esa qalbni .jonlantiradi va uning qobiliyatlarini rivojlantiradi Intellektual ozuqa odatda inson o'ylaydigan va boshqalar bilan aloqa va o'zaro ta'sir orqali oladigan .g'oyalardan iborat

Xotirjam va olijanob fe'l-atvorli odamlar fikrlarimizni jozibali va sog'lom qilishga yordam beradi Inson o'zining intellektual ozuqasini tinch yoki buzg'unchi muhitdan oladimi, aniqlash qiyin emas. Xavotir, qayg'u va tartibsizliklarning barchasi noto'g'ri odamlar, xoh do'stlar, xoh qarindoshlar bilan muloqot qilishdan kelib chiqadi. Bu xavotirli fikrlar va yomon kayfiyatni keltirib chiqaradi

Tana energiya va hayotiylikni jismoniy oziq-ovqatlardan oladi, magnitli oziq-ovqatlar esa tanani ham, ongni ham qattiq va suyuq oziq-ovqatlarga qaraganda osonroq hazm bo'ladigan energiya zaryadlari bilan ta'minlaydi, ularni tirik .energiyaga osongina aylantirib bo'lmaydi Jaholatni donolikka, zaiflik va ojizlikni sog'liq va hayotga aylantira olsangiz, hayot yo'llarida ishonch va jasorat bilan – hatto yolg'iz bo'lsangiz ham – yura olsangiz, tirik va hushyor vijdonga, Xudoning adolatiga va to'g'rilikning noto'g'rilik ustidan, haqiqatning esa illyuziya ustidan g'alaba qozonishiga sobit ishonchga ega bo'lsangiz, ichki quvonchni .his etsangiz

Va har kuni fikrlaringizni yuqori va yanada takomillashtirilgan darajalarga chiqarishga harakat qilsangiz, mehribon va minnatdor qalbgga hamda boshqalarga nisbatan yaxshi niyatlarga ega bo'lsangiz, intellektual ozuqangiz jozibali bo'ladi va shunda siz xavfsizlik va osoyishtalik sohillariga sayohatni davom ettirish uchun zarur bo'lgan narsalar, odamlar va sharoitlardan go'zal va foydali bo'lgan .barcha narsalarni o'zingizga jalb qilasiz
Agar siz kerakli narsalarga erishish uchun harakat qilsangiz va Xudo bergan narsalarga qanoat qilsangiz, dunyoviy narsalarga berilib, uning o'tkinchi zavqlariga hirs qo'yganlarga qaraganda, siz ruhan boyroq va ko'proq .qoniqasiz

Inson barcha do'stlardan tashqari yagona haqiqiy do'st bo'lgan Xudoni izlaganda, barcha insoniy munosabatlarda: oilaviy, aka-ukalik, oilaviy va ma'naviy munosabatlarda .chinakam do'stlikni o'rnatish mumkin bo'ladi

Do'stlik nikoh munosabatlarida muhim element hisoblanadi va intellektual va hissiy yaqinlikka, axloqiy jozibadorlik tuyg'usiga, chinakam sevgi va do'stlikka ustuvor .ahamiyat berilishi kerak

Haqiqiy sevgi va shahvoniy jozibani ajrata olmaydiganlar qayta-qayta hafsalasi pir bo'ladilar

Nikoh yuksak ideallar va o'zaro hurmatga asoslanganda, u ikki sevuvchi qalb o'rtasidagi baxtli va muvaffaqiyatli ittifoqqa aylanadi. Ular bir-birlarining hayot yukini yengillashtirish va mehr-shafqat va o'zaro, do'stona tushunish orqali yashash tashvishlarini yo'qotish uchun .hamkorlik qiladilar

Hech kim meni boshqara olmaydi yoki irodamni tortib ololmaydi, agar men boshqalarning fikrlari va harakatlari .ta'sir qilishiga yo'l qo'ymasam

Xudoyim, men oldimda cheksiz imkoniyat borligini anglayman, qobiliyatlarimni o'rganish va ma'naviy salohiyatimni kashf etish uchun men moddiy bog'liqliklarni

yuqori intilishlar bilan almashtiraman. Va men sodiq ruh har
doim men bilan ekanligini anglayman

Bugun men fikrlarimni nekbinlik bilan to'ldiraman,
yoqimsiz tajribalardan uzoqlashaman va tanani, ongni va
ruhni tarbiyalaydigan narsalarni muvozanatli va izchil tarzda
.mashq qilaman

Hayot va o'lim raqsi doimo mavjud, lekin men o'zimni
ma'naviy kimligimni himoya qilish orqali abadiy ozod
qilaman. Va sinovlar va azob-uqubatlar bo'ronlari menga
duch kelganda, men jonim kemasida hayot dengizi orqali
.xavfsiz, ilohiy qirg'oqlarga suzib ketaman

Men ishlayotganimda va yaratganimda, Xudo men orqali
ishlayotganini eslayman; U koinotning Parvardigori Va men U
haqida chuqur mulohaza yuritish orqali U bilan bog'lana
.olaman

Azizim Xudoyim, men hayotimdagi qaysi fikr eng kuchli
ekanligiga qarab, fikrlarim menga muvaffaqiyatsizlik yoki
muvaffaqiyat keltirishini tushunaman. Shuning uchun, Sen
menga yordam qo'lingni cho'zayotganingni va bu meni
muvaffaqiyat sabablariga tayyorlayotganingni eslashga
.harakat qilaman

Menga balo va baxtsizliklar tushganda, men
kayfiyatimni ko'taraman va ularni yengish qarorimni
mustahkamlayman. Men hamma bilan muomala qilishda va
muloqotda samimiylik va halollikni qo'llayman, sevgi va ezgu
tilaklar haqida fikrlarimni bildiraman. Shunda Xudo meni O'z
.kuchi va donoligi bilan qo'llab-quvvatlaydi

Ey Xudo, men avval kichik ishlarni bajarish uchun
irodam va aql-zakovatimni ishga solaman, keyin esa katta
.yutuqlarga erishaman

Barcha moddiy ambitsiyalar amalga oshsa ham, ular
baribir faqat to'liq bo'lmagan baxt keltiradi va Xudoni topish
yagona haqiqiy baxtdir. Men cheksiz quvonch havzalarini
kashf etaman. Va u hech qachon qalb bog'larida va uning
.doim yashil o'tloqlarida oqadi va oqadi

Oltin so'zlar

Baxt mening huquqim, merosim va yashirin ilohiy
xazinamdir. Ey Rabbim, menga yo'l ko'rsat, toki men o'zimda
shohlarning orzularidan ham oshib ketadigan xazinalarni
.topay

* * *

Qalblarning ilohiy aholisi shogirdlarida - rahm-shafqati
va mehr-shafqati bilan - johillik zulmatini yo'q qiladigan
.donolikning yorqin chiroqlarini yoritadi

* * *

Hayot - bu muntazam ritmga ega aqlli harakat. U o'zini
jonsiz narsalarda shakllantiradi yoki tirik va harakatlanuvchi
shaklga kiradi. Hayot hamma narsani qamrab oladi va
.hamma narsaga singib ketadi

* * *

Ey eng buyuk sevgilim, Sen hayotning o'zisan. Sen
mening maqsadim va intilishimsan. Meni samoviy bog'ingda
gullab-yashnayotgan atirgulga yoki yorqin sevging marjonida
yaltiroq munchoqqa aylantir. Yoki menga eng buyuk sharafni
.ato et: qalbingdagi eng kichik joy

* * *

Yaxshilik qilishdagi harakatlarimni boshqalar
qadrlaydigan joyda men eng katta xizmatni ko'rsata olaman

* * *

Keling, shirin xotiralar va nafis fikrlarning ipak iplari
bilan orzularning oltin gilamini to'qaylik

* * *

Bo'sh ong [ijobiy, konstruktiv fikrlardan xoli] — bu
.muammolar, xavotirlar, umidsizlik va umidsizlik fabrikasidir

Agar umuminsoniy sevgi qalbingizga joylashsa, u sizga
boshqa hech narsa bera olmaydigan abadiy va yangilangan
baxtni keltiradi

Yer yuzidagi mavjudlik bog'ida gullab-yashnayotgan
hayot gullari nihoyatda go'zal va ko'rishga yoqimli. Ammo
bundan ham ulug'vorroq va ulug'vorroq narsa - bu
qayerdadir mavjud bo'lgan go'zallik va donolik manbai, biz
undan kelganmiz va biz unga qaytib, yana bir bor
.aralashamiz

Shogird ertalab uyg'onganida, o'ziga shunday deydi:

“Men tana emasman, men ko'rinmas ruhman... Men
quvonchman... Men nurman... Men donolikman... Men
sevgiman. Garchi men bu tanada yashasam ham, ruhim
.”o'lmas va chirishga tegmagan

Shudring tomchilari gullarning gullab-yashnashi va
o'sishiga yordam berganidek, mehr-oqibat do'stlikni
oziqlantiradi va uning o'sishiga yordam beradi

* * *

Okean yuzasida paydo bo'ladigan to'lqinlar va uning
tubiga g'oyib bo'ladigan to'lqinlar mavjud; ikkala holatda
ham ular okean ichida va u bilan birdir. Xuddi shunday,
kosmik okean yuzasida "hayot" davomida suzib yurgan yoki
"o'lim" paytida uning ichida g'oyib bo'lgan odamlar ham bir
.xil darajada abadiyat okeanidadirlar

* * *

Oyning aksi notinch suvda aniq ko'rinmaydi, lekin suv
yuzasi tinchlangandan so'ng, oyning aksi mutlaqo
tiniqlashadi. Xuddi shu narsa ong uchun ham amal qiladi: u
tinchlanganda, siz qalbingizning yuzini to'liq ravshanlik va
.aniqlik bilan ko'rishingiz mumkin

Ey Rabbim, menga muvaffaqiyatga erishgan baxtli
kunlarimda yo'l ko'rsatish uchun donoliging quyoshining
nurlarini va qayg'u qorong'u tunlarida yurganimda to'lin
.oyning rahm-shafqat nurini yubor

Meditatsiya - bu sizning umuminsoniy ong bilan
bog'lanish vositangizdir va siz bu cheksiz ong bilan
uyg'unlashganda, siz yaratilishning barcha sirlarini bilib
.olasiz

Xudoga yaqinlashish va Uni bilish istagi o'z-o'zidan
paydo bo'lmaydi, balki uni rivojlantirish kerak va bu istaksiz
.hayotning hech qanday qiymati yo'q

Yer yuzidagi hayot vaqtinchalik to'xtash joyidir va
insoniyatning asosiy vazifasi bu sayohatning maqsadi va
mohiyatini tushunishdir. Bu maqsad Xudoni bilishdir va bu
.boshqa hech narsa bo'lishi mumkin emas

Sizning tinchligingiz sizning bebaho xaziningizdir,
shuning uchun hech kimga bu xazinani sizdan tortib olishga
yo'l qo'ymang

* * *

O'zingizning fazilatlaringiz va qadr-qimmatingiz
qal'asida yolg'iz, xavfsiz va himoyalangan turishni o'rganing

* * *

Hamma narsa Xudo borligi uchun mavjud. Va U borligi
uchun siz ham mavjudsiz. Uning borligi tufayli siz hayotning
qulayliklari va quvonchlaridan bahramand bo'lasiz. Shuning
uchun, Xudoga bo'lgan minnatdorchiligingiz chuqur bo'lishi
.kerak

Yaxshi kitoblar jim, xushmuomala va hurmatli do'stlar
bo'lishi mumkin. Qiyin damlarda bu kitoblarni tashlab
ketmang, chunki ular sizni hech qachon tark etmaydi, sizni
tashlab ketishi mumkin bo'lgan jismoniy do'stlardan farqli
.o'laroq

Sog'lig'i yaxshi, farovon hayot kechiradigan va aqliy salohiyati yuqori bo'lgan, ammo baxtdan mahrum bo'lgan har bir kishi hali hayotda muvaffaqiyatga erisha olmagan. Agar siz chinakamiga: "Men baxtliman va hech kim mening baxtimni tortib ololmaydi", deb ayta olsangiz, o'zingizda .Xudoning suratini topasiz

Agar tinchlik va osoyishtalikda yashashni istasangiz, xotirjamlik va osoyishtalikni ta'kidlang va faqat mehrli fikrlar va yaxshi niyatlarni yuboring. Solihlik va taqvoga asoslangan hayot kechiring, shunda hayotlari siz bilan bog'liq bo'lgan .barcha odamlar siz bilan birga bo'lishdan foyda ko'rishadi

Agar sizning do'stlaringiz bo'lmasa yoki do'stlaringiz vaqtingizni behuda sarflayotgan bo'lsa yoki ular bilan chiqishmasangiz, unda donolikka ega kitoblar [va materiallar] sizning do'stlaringiz bo'lsin, chunki siz ularning sahifalari eshiklaridan ajoyib va hayajonli g'oyalar dunyosiga .kirishingiz mumkin

Xudoni topish qalb istagan hamma narsaga erishishni anglatadi, ma'naviy bo'lish esa sog'liq, baxt va muvaffaqiyat .eshiklarini ochishni anglatadi

Bizning ichimizda barcha hayotni yaratadigan va qo'llab-quvvatlaydigan ilohiy kuch uchquni bor va u yonishni .kutmoqda

O'qish juda foydali aqliy faoliyatdir; u ongni mashq qiladi va uni moslashuvchan qiladi. Har kuni bir yoki ikki soat o'qish har qanday odamga bir necha yil ichida turli xil bilimlar bazasini beradi, agar ular foydali kitoblarni tanlasalar. Arzon romanlar yoki maqsadsiz yoki ma'nosiz arzimas kitoblarni o'qib vaqtni behuda sarflamang yoki aqliy .qobiliyatingizga zarar yetkazmang

Ijtimoiy moyillikka ega bo'lganlar qimmatli kitoblarda
olijanob, iste'dodli erkaklar va ayollar tomonidan yozilgan
kitoblardagi saboqlar orqali insoniyatga yordam berish uchun
.yangi energiya topadilar

* * *

O'qish juda foydali aqliy faoliyatdir; u ongni mashq qiladi
va uni moslashuvchan qiladi. Har kuni bir yoki ikki soat
o'qish har qanday odamga bir necha yil ichida turli xil
bilimlar bazasini beradi, agar ular foydali kitoblarni
tanlasalar. Arzon romanlar yoki maqsadsiz yoki ma'nosiz
arzimas kitoblarni o'qib vaqtni behuda sarflamang yoki aqliy
.qobiliyatingizga zarar yetkazmang

* * *

Xudbinlik va mag'rurlikdan xalos bo'lish kerak, chunki
.ular ma'naviy bilimga eng katta to'siqlardir

* * *

Xudoni his qilmasdan, bu dunyo mojarolar, zo'ravonlik
va achchiq umidsizliklarga to'la ko'rinadi. Baxt Xudoga
.yaqinlikni his qilishdadir

* * *

Xudoni bilganlarning qalblarida doimiy quvonch va baxt
bor. Ular muborak xavfsizlik va xotirjamlikni his qilganlari
uchun g'azab bo'ronlari ularni larzaga keltira olmaydi va
.qo'rquv ularning qalblariga kira olmaydi

* * *

Yaxshi kitoblar sizning eng yaqin do'stlaringizdir; ular
orqali siz buyuk aql egalarining siz bilan yumshoq
gaplashayotganini, sizni yupatayotganini va eng yaxshi
maslahatlarni berayotganini eshitishingiz mumkin. Yaxshi
kitoblarni o'qishga chinakam ishtiyoqni rivojlantirmaslik
.avlodlar merosini yo'qotishni anglatadi

* * *

Ilohiy yordamsiz odamlar muvaffaqiyatsizlikka uchrashi
aniq, chunki hayot jangida muvaffaqiyat qozonish uchun

zarur bo'lgan kuch va donolik cheksiz manbadan keladi. Agar
inson Xudoni e'tiborsiz qoldirsa, u muvaffaqiyat uchun zarur
bo'lgan yordam va qo'llab-quvvatlashni ta'minlaydigan hayot
.chizig'ini uzib qo'yadi

Ma'naviy imkoniyatlar eshigini taqillatgan izlovchilar,
Xudo o'zlariga yordam berganlarga yordam bergani uchun
.eshik ular uchun ochilganini ko'rishadi
Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganingizda, butun tabiat siz
.bilan uyg'unlikda bo'ladi

* * *

Sevgi ongni sayqallash va xarakterdagi qo'pollikni
.ketkazadigan zimpara qog'oziga o'xshaydi

* * *

To'satdan Xudoni hamma joyda topsangiz va U sizga
kelganda, sizga ilhom berganda va sizga yo'l ko'rsatganda,
.ilohiy sevgi hikoyasi boshlangan bo'ladi

* * *

Sevgi qalblarda porlasin va boshqalarga shifobaxsh
nurlar yuborsin

* * *

Yoshligingizda va kuchliligingizda Xudoni bilishga
intiling, chunki qarilik va kasallikda endi Uni qidira
olmasligingiz mumkin. Odamlar hayotning asl ma'nosini
tushuna boshlagan yoshda, tana zaiflashadi va ular
hayotlarining qolgan qismini haqiqatni izlash o'rniga
o'zlarining nozik jismoniy qobiliyatlariga e'tibor berish bilan
.o'tkazadilar

* * *

Men har bir xalqning eng yaxshisini olaman va barcha
millatlarning kamchiliklariga e'tibor qaratmasdan, ularning
.yaxshi fazilatlarini qadrlayman

* * *

Kundalik ovqatimizning ozuqaviy qiymatiga g'amxo'rlik
qilganimiz kabi, har kuni ongimizga beradigan psixologik
.ozuqalarga ham e'tibor berishimiz kerak

* * *

Yaxshi so'zlar ko'plab kasalliklar uchun ajoyib davo
bo'lib, kuchli, deyarli sehrli, magnit kuchga ega bo'lib,
so'zlovchiga mo'l-ko'l baraka va farovonlik keltiradi.
Yumshatuvchi, muloyim so'zlarni ishlatadiganlar ular orqali
uzluksiz oqayotgan nozik oqimni his qilishadi va ular chuqur
xotirjamlik hissi bilan to'ladilar. Buning sababi, bu oqim
o'zining yuqori manbai bilan bog'liq, doimiy oqim bo'lib, u
shu manba bilan uyg'unlikda qalblarga yetib boradi va ularga
.tinchlikni orzu qilganlarga baxtni etkazish imkonini beradi

* * *

Qanchadan-qancha mehrli so'zlar ko'plab qayg'ularni
yo'q qildi va qanchadan-qancha dono ovozlari qorong'u
!yo'llarni quvonch va xotirjamlik chiroqlari bilan yoritib berdi

* * *

Biz boshdan kechirgan har bir tajriba orqali o'sib
boramiz, agar ulardan qimmatli saboqlar olishimiz
mumkinligini anglasak. Biz boshdan kechirgan har bir og'riq
va azob-uqubatlarning ma'nosi va maqsadi bor. Bu
tajribalarning qattiqligiga qaramay, ular temir rudasini eritib,
uni chiroyli, mustahkam va ko'p qirrali po'latga
.aylantiradigan olovga o'xshaydi

* * *

Hayotimdagi barcha ajoyib yutuqlar Xudo bilan
uyg'unlikdagi ong kuchi orqali erishildi. Ilohiy generator
ishlayotganida, men xohlagan hamma narsa istisnosiz
amalga oshadi, avval ko'rinmas, efirdagi dizayn sifatida
shakllanadi, keyin esa haqiqatda qarshilik ko'rsatmaydigan
.kuch bilan namoyon bo'ladi

* * *

Aql Xudoga intiq qalbning tubidan samimiy, g'ayratli
pichirlaganda, ruhning chaqirig'i koinot qalbiga ta'sir qiladi
va javob keladi, bu esa ulkan quvonch keltiradi. Bu
intellektual pichirlash irodani kerakli maqsadga erishish
.uchun zarur bo'lgan kuchga ega bo'lguncha rivojlantiradi

* * *

Insonning ongi va irodasi Xudo bilan uyg'un bo'lganda,
ular cheksiz kuchga ega bo'ladilar, shuning uchun biror narsa
haqida o'ylashning o'zi unga erishish uchun yetarli, chunki
ilohiy qonun oliy iroda bilan uyg'un bo'lganlar foydasiga
.ishlaydi

* * *

Bizning tashvishlarimiz qanday bo'lishidan qat'i nazar,
Xudo hayotimizda birinchi o'rinda turishi kerak. Ma'naviy
o'sishning eng muhim elementlaridan biri bu Xudoga doimiy
ravishda samimiy pichirlashdir, bu yerda siz shaxsan sizni
juda hayratda qoldiradigan ajoyib ijobiy o'zgarishlarni
.boshdan kechirasiz

* * *

Inson Xudo unga bergan barcha aqliy qobiliyatlarini
o'tkinchi narsalarni qidirishga bag'ishlamasligi kerak, aks
holda u o'zini materializm labirintlarida yo'qotib qo'yadi va
o'zi uchun kerak bo'lmagan cheklovlar va cheklovlarni
yaratadi. Buning o'rniga u o'zining aqliy kuchlaridan hayot
ehtiyotlarini qondirish uchun foydalanishi va to'g'ri bilan
noto'g'rini, zararli bilan foydalini farqlash uchun ruhiy
.qobiliyatlarini rivojlantirishga intilishi kerak

* * *

Haqiqat fikrlar va nazariyalardan tashqarida va bu
yondashuvni qo'llaydiganlarning ko'pchiligi o'zlarining
.sub'ektiv xulosalariga bog'lanib qoladilar

* * *

Ey Rabbim, xotirjamlik darvozalarini och va ruhiy
fikrlarim ma'badi maskanini yovuz pichirlashlar hujumlaridan
saqla. Sening kelishing tongini kutar ekanman,
.sog'inchlarimning atirgullari qalbim bog'ida gullasin

* * *

Nazariy bilim ilohiy bilimlarni egallashga qodir emas va *
qimmatli vaqtingizni haqiqatda qo'llay olmaydigan
nazariyalarga sarflamaslik tavsiya etiladi, aks holda odam

o'zini zich intellektual o'rmonlar orasida topadi va
.nazariyalar doirasidan chiqar olmaydi

* * *

Baxt - bu hayotning o'zgaruvchan sharoitlari ustidan
.ruhiy g'alabaning samarasidir

* * *

Xudo tanigan odam dunyoga noma'lum bo'lishi mumkin

* * *

Agar inson o'zini nazariy bilimlar bilan dasturlashtirsa
[haqiqiy sinovsiz], u maqollarni takrorlaydigan va yuksak
iboralarni aks ettiradigan ko'chma yozib olish moslamasiga
o'xshaydi va boshqalar uni bilimdon olim deb hisoblashadi,
ammo bunday bilim haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri idrok etish
bilan mustahkamlanmaydi va ma'naviy yutuqlar bilan
.tenglashmaydi

* * *

Dunyoda muammolar davom etaveradi, shuning uchun
yo'l-yo'riq va yo'l-yo'riq uchun qayerga murojaat qilish
mumkin? Odatlar, xurofotlar, tarafkashliklar va fanatizm
ta'sirida bo'lgan insonning fikrlari hech qanday foyda
bermaydi va atrof-muhit, oila, mamlakat yoki dunyoning
ta'siri haqiqiy yo'l-yo'riq ko'rsatishga qodir emas. Shuning
uchun inson Xudoga murojaat qilishi va qalb tubidan
chiqayotgan xotirjam, osoyishta ovozni, haqiqat bilan uyg'un
.ovozni tinglashi kerak

* * *

Ilohiy yog'in sizdan oqib o'tishi va hayotingizni ma'naviy
ne'matlar va yaxshilik bilan to'ldirishi uchun qalblaringizni
.ilohiy yog'inga oching

* * *

Qaysi ish bilan shug'ullanishingizdan va qanday
yutuqlarga erisha olishingizdan qat'i nazar, doimo yodda
tutingki, Xudo sizga ishlash va erishish uchun zarur bo'lgan
.barcha kuchni beradigan manbadir

* * *

Ey Rabbim, Seni qashshoqlikda ham, farovonlikda *
ham, kasallikda ham, sog'lig'imda ham, johillikda ham,
donolikda ham eslagin va shu lahzada sog'liq va shifo
.beradigan muborak nuringni ko'rishimga ijozat bergin

* * *

Fikrlarimning yolg'izligida, muborak ovozingizni
eshitishni orzu qilaman Xotiramning burmalarida yashiringan
qo'pol, dunyoviy ovozlarni mendan haydab chiqaring Men
sizning xotirjam, ohangdor ovozingizni qalbimning
osoyishtaligida abadiy tinglashni istayman

* * *

Hayot zulmatga burkangan va biz uning qorong'u
yo'llaridan yurganda Xudoning nuri bizga yo'l ko'rsatuvchi
chiroq bo'lishiga yo'l qo'yishimiz kerak. U johillik va zulmat
tunlarida to'lin oy, uyg'onish soatlarida ma'rifat quyoshi, yo'l-
yo'riq mayoqi va yer yuzidagi, o'tkinchi hayot dengizlarida
.kezib yurganlar uchun Shimoliy Yulduzdir

* * *

Insoniyat unutuluvchanlik uyqusidan ruhiy uyg'onish vaqti
keldi. Ey Rabbimiz, ongimizni g'aflat va tor, cheklangan
tafakkur tubidan tinchlik, yorug'lik, sevgi va umuminsoniy
.rahm-shafqat ufqlariga ko'tarishingizni so'raymiz

* * *

Oxir-oqibat hamma narsa yaxshilanadi, chunki Xudoning
kuchlari va mo'jizalari inson hayotining qarama-qarshiliklari
ortida yashiringan va kimki vaziyatning muqarrarligiga
ishonmasa va o'z ongi va imoni bilan parda ortidagi narsaga
.kirishga harakat qilsa, u uchun eshik ochiladi

* * *

Imon hech qachon beparvolik yoki vaziyatlarga oqilona
munosabatda bo'lmaslik degani emas. Aksincha, nima
bo'lishidan qat'i nazar, inson o'zini faqat Xudoga butun qalbi,
joni va his-tuyg'ulari bilan murojaat qilsa, qiyin va sinovli
vaziyatlarda uni qo'llab-quvvatlashga qodir ekanligiga
.ishontirishi kerak

* * *

Agar sezgilarimiz bizga butun haqiqatni yetkaza olsa, biz
Yerni elektronlar daryosi, har bir chang zarrasini esa
yorug'lik massasi sifatida ko'rar edik. Moddiy olamda
ma'naviy olamga kirib boradiganlar illyuziyaning mohiyatini
.tushunadilar va haqiqatning mohiyatini biladilar

* * *

Afrika o'rmonida bo'ladimi, jang maydonida bo'ladimi,
kasallik yoki qashshoqlikdan aziyat chekadimi, Xudoning qo'li
har qanday xavfdan kuchliroq va Undan panoh izlaganlarni
himoya qilishga qodir ekanligiga o'zini ishontirishi kerak.
Himoya qilishning bundan samarali vositasi yo'q. Albatta,
voqealar bilan kurashishda aqldan foydalanish kerak, shu
.bilan birga ilohiy yordamga to'liq ishonish kerak

* * *

Barcha mavjudotlarning qalbida yashaydigan sevgi —
barcha onalar, otalar, do'stlar va yaqinlarning sevgisi —
.ilohiy sevgidan kelib chiqadi

* * *

Katta va kichik vazifalar o'rtasida farq bo'lishi kerak,
shunchaki muhimlaridan ko'ra eng muhimini
ustuvorlashtirish kerak. Bundan tashqari, hech bir vazifa
boshqasiga zid kelmasligi kerak. Muqaddas Yozuvlarda
aytilishicha, bir vazifa boshqasi bilan ziddiyatga kirsam, bu
.uning haqiqiy burch emasligidan dalolat beradi

* * *

Quyoshning hayotiy nurlari tarqalib borar ekan, men
kambag'allar va tashlab ketilganlarning [jamiyat tashlab
ketganlarning] qalbiga umid nurlarini sochaman va o'zlarini
muvaffaqiyatsiz deb o'ylaydiganlarning qalbiga yangi
.qat'iyat bag'ishlayman

* * *

:Ustoz Paramahansa shogirdlaridan biriga shunday dedi

Hech kimni sevgi doirangizdan chetlashtirmang,"
hammani yuragingizda saqlang, shunda ular sizni o'z
".doiralarida saqlaydilar

* * *

Rabbim, menga har doim foydali va xayrli ishlarni
bajarish uchun irodamdan foydalanishimga yordam ber
Barcha fikrlarim maqsadlaringizga javob berishi va
irodang bilan uyg'un bo'lishi uchun menga irodangga
moslashishga yordam ber
U menga barcha qiyinchiliklar va sinovlarni yengib
o'tishim uchun ichimdagi yashirin, muborak kuchni
uyg'otishga yordam berdi

* * *

Sherlarning kuchini kaptarlarning muloyimligi bilan
birlashtirgan jasur va kamtar ruhiy shaxsga uyg'oning

* * *

Men achchiq, yolg'on tanqidga ham, dabdabali maqtov
va xushomadga ham ahamiyat bermayman. Mening yagona
istagim - Sening irodangni bajarish, ey Rabbim, va Sening
.marhamatingga sazovor bo'lish

* * *

Ilohiy huzurni his qilganingizda sizni to'ldiradigan ulkan
quvonchni tasavvur ham qila olmaysiz. Shunda qalbingiz
Xudoning cheksiz sevgisidan mast bo'ladi. Bu har qanday
insoniy sevgidan millionlab marta buyukroq sevgi - barcha
istaklaringizni ro'yobga chiqaradigan va qalbingizni quvonch
.va mamnuniyat bilan to'ldiradigan sevgi

* * *

Ichki diqqatni jamlash orqali siz o'zingizda va
atrofingizda ma'naviy baxtni bevosita his qilishingiz mumkin.
Agar siz ushbu ongni rivojlantirsangiz, shaxsiyatingiz uyg'un
ravishda o'sadi va odamlar va boshqa mavjudotlar uchun
.jozibali jozibaga ega bo'lasiz

* * *

Ey Buyuk Himoyachim, taqdirim tufayli hamma narsani
yo'qotsam ham, baribir, bu mening o'zim yaratgan narsa,
lekin Sendan, yagona panohimdan, senga bo'lgan sevgim
shamini beparvolik va unutish shamollaridan himoya
.qilishingni so'rayman

* * *

Keling, ijobiy fikrlash va optimistik qarashga bo'lgan
qat'iy qarorimiz bilan mustahkamlangan, qulay sharoitlar
buloqlaridan oqib chiqayotgan sof, tetiklantiruvchi tinchlik
.suvlaridan to'yguncha ichaylik

* * *

Vijdon - bu insonning asl tabiati va niyatlarini ochib
beradigan intuitiv tuyg'u. Vijdoningiz toza bo'lsa va to'g'ri ish
qilayotganingizni bilsangiz, qo'rqishga hech narsa yo'q.
Vijdoningiz toza bo'lsa, Xudodan kelgan yaxshi xulq-
atvorning dalilidir. Vijdon sudida oqlanish baxtga erishish va
.Xudoning marhamatlarini olish demakdir

* * *

Ko'pchilik qilmaydigan jasur va yoqimli ishlarni qilishga
harakat qiling va boshqalar e'tiborsiz qoldiradiganlarga sevgi
va tinchlik bering

* * *

:Ustoz Paramahansa shogirdlaridan biriga shunday dedi
Agar siz ongni rivojlantirishga vaqt sarflamasangiz,"
hech qanday moddiy farovonlik sizni qoniqtirmaydi. Bu
o'stirish qiynoq emas, balki baxtga olib boradigan fikrlar va
".harakatlarni oziqlantirish uchun ongni mashq qilishdir

Baxtingiz - bu sizning muvaffaqiyatingiz, shuning uchun
uni hech kim sizdan o'g'irlashiga yo'l qo'ymang. Sizni
bezovta qilishga urinayotganlardan o'zingizni himoya qiling.
Bolaligimda, ba'zi odamlar men haqimda yolg'on mish-
mishlar tarqatganda, sabrim tugab qolardi. Keyinchalik,
xotirjamligim odamlarning roziligi yoki hayratidan muhimroq
.ekanligini angladim

* * *

Qani endi siz ba'zi dindorlar Xudo bilan boshdan
kechiradigan ilohiy sevgi haqidagi hikoyani bilsangiz edi!
Hayotdagi boshqa hech qanday tajriba bu quvonchga teng
kela olmaydi. Men doimo Xudoning sevgisiga berilib ketgan
va yuzidan muqaddas sevgi nuri sochilib turgan bir avliyoni
bilardim. Xudoning nigohi doimo Uni sevuvchilarda va U
.ularni bir lahza ham tark etmaydi

* * *

Aqliy va ma'naviy kuchlarini rivojlantirishga
.qiziqadiganlar kam

* * *

O'zingizni kechiktirish tubiga cho'ktirishga yo'l
qo'ymang. Zerikarli oddiy haqiqat uyqusidan turing va yutuq,
quvonch va tinchlik hukm suradigan nafis hayot ufqlariga
.yo'l oling

* * *

Sizning ichingizda investitsiya qilishni kutayotgan ulkan
salohiyat yotadi va siz uni faollashtirish va undan foyda olish
.imkoniyatiga ega bo'lgan yagona odamsiz

* * *

Yomon odatlar va nosog'lom istaklardan xalos bo'lish
moddiy muvaffaqiyatdan ko'ra ko'proq baxt keltiradi.
Intellectual muvaffaqiyatda tashqi sharoitlar tortib
ololmaydigan psixologik farovonlik yotadi. Siz barcha
vaqtingizni boylik to'plashga sarflashingiz mumkin, ammo bu
boylik sizga izlayotgan doimiy tinchlik va xavfsizlikni
bermaydi. Aksincha, u sizga ko'proq baxtsizlik keltiradi,
chunki haqiqiy baxt va tinchlik moddiy narsalarda emas,
.balki ongda yashaydi

O'zingizning asl mohiyatingizda mustahkam o'rnashib
olganingizda, har bir vazifani bajarasiz va barcha yaxshi
.narsalardan ilohiy quvonch bilan bahramand bo'lasiz

* * *

Zaiflikning ongingizga singib ketishiga yo'l qo'ymang va salbiy fikrlarga va pessimistik qarashlarga ega odamlar bilan muloqotda ehtiyot bo'ling, aks holda ularning zaif fikrlari ongingizga singib ketmaydi, agar ongingiz boshqalarning fikrlari uni zaiflashtira olmaydigan darajada kuchli bo'lmasa, aksincha, u boshqalarning fikrlarini kuchaytirishga va o'ziga .bo'lgan ishonchini oshirishga qodir bo'lmasa

* * *

Xudo birinchi o'rinda turadi va biz kunimizni U haqida o'ylamasdan boshlamasligimiz yoki tugatmasligimiz kerak. Biz Xudodan oladigan kuch va quvvatsiz hech narsaga erisha olmasligimizni yodda tutishimiz kerak. Shuning uchun .bizning eng katta burchimiz Unga nisbatandir

* * *

Urf-odatlar va an'analarni baholash va hukm qilishning yo'li bor Dastlab, har bir an'ananing asosi bor edi. Agar biz asos hali ham mavjudligini aniqlasak, unda an'ananing ma'nosi va foydasi bor. Biroq, an'analarga ko'r-ko'rona ergashish oqilona emas. Biz haqiqatni bilib, unga amal qilishimiz, bizga nima baxt keltirishi mumkinligini ajratib .olishimiz va keyin uni qo'llashimiz kerak

* * *

Baxt yoki muvaffaqiyatsizlikka uchragan juda ko'p odamlarni ko'rsangiz, bu ularning taqdiri deb o'ylamang. Siz o'zingizni xohlagan narsangizga aylantirishingiz mumkin. Sizning ichki muvaffaqiyatingiz sizni chinakam .muvaffaqiyatga olib keladi

* * *

Agar ichingizda hech narsa bo'lmasa, baxtli bo'lmaysiz.

Lekin agar atrofingizda hech narsa bo'lmasa va ichingizda baxtli bo'lsangiz, shubhasiz muvaffaqiyatlisiz. Shunday qilib, .odamlarni tashqi sharoitlariga qarab baholab bo'lmaydi

* * *

Keng olomon orasida ruhiy yuksalish darajasiga yetgan
va ichki xotirjamlik va oliy ma'naviy baxtdan bahramand
.bo'lgan odam bo'lishi mumkin

* * *

Menga kerak bo'lgan hamma narsa menga kelishini aniq
bilaman va shuning uchun kelajakda nima bo'lishi haqida
qayg'urmayman. Bu maqtanish yoki da'vo emas, chunki men
hayotimda bu muborak kuchning ishini va samaradorligini
.ko'p marta boshdan kechirganman

* * *

Hayot yuzasida suzib yursam ham, dengiz tubida cho'kib
ketsam ham, men Xudo bilan birga ekanligimni va U men
bilan ekanligini va hech narsa menga zarar yetkaza
olmasligini bilaman. Bu bilim menga ta'riflab bo'lmaydigan
.va chuqur baxt bag'ishladi

* * *

Yangi narsa sotib olish yoqimli tajriba ekanligiga shubha
yo'q. Ammo bir muncha vaqt o'tgach, bu quvonchli tuyg'u
asta-sekin yo'qoladi va siz hatto unga bo'lgan qiziqishni
butunlay yo'qotishingiz, uni unutib, boshqa narsani
xohlashingiz mumkin. Biroq, bu buyum uchun to'lov
unutilmaydi, ayniqsa uni to'lov asosida sotib olgan
!bo'lsangiz

* * *

Inson o'z hayotini nazorat qilishi va uni iloji boricha
soddalashtirishi kerak. Ular zaruriy va favqulodda vaziyatlar
uchun pul yig'ishlari, hashamatli narsalarga sarflashdan
ko'ra tejashga ustuvor ahamiyat berishlari va boshqalarga
qo'llaridan kelganicha yordam berishlari kerak. Boshqalarga
yordam berganingizda, yordam sizga u yoki bu tarzda keladi
va siz hech narsadan mahrum bo'lmaysiz va hech narsadan
.mahrum bo'lmaysiz

* * *

Ey Rabbim, barcha qalblarning quvonchida men Sening
ne'mating aks-sadosini eshitaman va barcha sodiqlarning

do'stligida Sening sevingni his qilaman. Men quvonaman va do'stlarimning muvaffaqiyati va farovonligidan yuragim quvonadi, xuddi men o'z farovonligim va xotirjamligimdan xursand bo'lganim kabi. Boshqalarga donolik ilhomlantirar ekanman, o'z donoligim xazinalarini ko'paytiram va .barchaning baxtida o'zimning donoligimni topaman

* * *

Baxtning eng katta dushmani - hashamatli buyumlar sotib olish uchun qarz olish. Odamlar biron bir aniq narsaga ega bo'lmaguncha baxtli bo'la olmasliklariga noto'g'ri ishonishadi. Lekin o'sha narsaga ega bo'lgandan keyin ham, u keltiradigan vaqtinchalik quvonchga qaramay, ular haqiqiy baxtni his qila olmaydilar. Faqatgina sindirib tashlashni va'da qilgan dunyoviy baxt sarobining orqasidan quvishning nima keragi bor? Odamlar doimiy e'tibor talab qiladigan ko'plab .narsalarga muhtoj bo'lmasdan, sodda yashashlari kerak

* * *

Jannati ichimda. Xudoning ne'matlaridan bahramand bo'lar ekanman, Unga shukur qilaman va ichki quvonchim oshadi. Bu ichki mamnuniyatsiz, hatto dunyoviy zavq va lazzatlar ham do'zaxga aylanadi. Men shuni angladimki, bu ichki quvonchsiz menga yuklangan mas'uliyat yuki meni tinchligimdan mahrum qilib, baxtimdan mahrum qilgan .bo'lar edi

* * *

Agar boylik kasallik va muammolar bilan birlashsa, oqibatlari juda ko'p bo'ladi. Gigiena va sog'liqni saqlash G'arbning kuchli tomonlaridan biridir. Rivojlangan mamlakatlarda zararli hasharotlar va halokatli mikroblar samarali nazorat qilinadi, boshqa mamlakatlarda esa ular ko'p. Ammo bu zararkunandalarni yo'q qilish yutuqning cho'qqisi emas, chunki rivojlangan mamlakatlarda boshqa turdagi muammolar, masalan, to'lash qiyin bo'lgan to'lovlar va to'lovlarni amalga oshirish tizimlari tufayli bo'g'uvchi

moliyaviy inqirozlar mavjud - bu uyquni buzadigan va
.xotirjamlikni buzadigan muammolar

* * *

Biz bu buyuk olam paydo bo'lgan ongning ajralmas

qismimiz

* * *

Siz hech qachon qo'y podasini ko'rganmisiz? Agar
ulardan biri sakrasa, qolganlari ikkilanmasdan unga taqlid
qilishadi. Ko'pchilik odamlar shunday. Kimdir g'oya o'ylab
topishi yoki yangi tendentsiyani joriy qilishi mumkin,
boshqalari esa darhol unga qo'shilib, uni taqlid qilishadi. Bu
naqsh avlodlar davomida saqlanib qolgan. Har bir xalqning
o'z urf-odatlar va an'analari bor va biz ularning barchasi
to'g'ri yoki asosli deb da'vo qila olmaymiz. Lekin kim biladi?
Balki bu urf-odat va an'analarning ba'zilari ma'nosiz va
.befoydadir

* * *

Fikrlarning notinch bo'roni pasayganda, biz tinchlik
.shohligiga kiramiz va ilohiy huzurga tegamiz

* * *

Xudoni yoki tinchlikka ilhomlantiruvchi go'zal manzarani
yoki quvonchli va yoqimli tajribani tasavvur qiling. Ijobiy,
.xotirjam aqliy faoliyat tetiklantiruvchi va tetiklantiruvchidir

* * *

Biz tartibsiz va notinch dunyoda yashayapmiz. Siz pul
baxt degani deb o'ylashingiz mumkin, lekin uni qo'lga
kiritganingizda ham, baribir baxtsiz ekanligingizni anglaysiz.
Siz boylik orttirib, sog'lig'ingizni yo'qotishingiz mumkin (Xudo
saqlasin). Yoki sog'lig'ingiz yaxshi bo'lib, pulingizni
yo'qotishingiz mumkin. Yoki siz ham boylik, ham sog'liqqa
ega bo'lishingiz mumkin, lekin boshqalar bilan ko'plab
muammolarga duch kelishingiz, mehr-oqibat ko'rsatishingiz,
ammo buning evaziga nafrat va xafagarchilikka duch
kelishingiz mumkin. Xudosiz bu hayotda hech narsa sizni
.chinakamiga qoniqtira olmaydi

* * *

Yer ilohiy rejadan bexabar yashovchilar uchun qiynoq
kamasiga aylanadi. Ammo hayot tajribalarini o'zingizning
ustozingiz sifatida ko'rsangiz va ulardan bu dunyoning asl
mohiyatini va kosmik dramadagi sizga yuklatilgan rolni
o'rgansangiz, bu tajribalar abadiy mamnuniyat va baxtga
.erishish yo'lida qimmatli yoritgichlarga aylanadi

* * *

U yerda, qorong'ulik, jimjitlik va yaratilmagan yo'qlik
ortida, mavjudlikning kelib chiqishi va barcha kuchlar va
mavjudotlarning, ko'rinadigan va ko'rinmas manbai bo'lgan
.abadiy mohiyat yotadi

* * *

Xudo bu yerni bizni shunchaki ovqatlanish, uxlash va
o'lish uchun yaratmagan, balki biz Uning irodasini bilishimiz
va mavjudligimizning maqsadini tushunishimiz uchun
yaratgan. Bir nechta dono odamlar kosmik rejaning
ma'nosini tushunishgan, ammo ko'pchilik odamlar ko'r va bu
.maqsaddan bexabar

* * *

Pul hech qachon hayotimdagi maqsadim bo'lmagan;
maqsadim insoniyatdagi birodar-uka va opa-singillarimga
xizmat qilish edi. Shuning uchun Xudo menga o'zimni
ta'minlash va vazifamni bajarish uchun ko'plab imkoniyatlar
.eshiklarini ochdi

* * *

Xudo bu koinotni qat'iy va o'zgarmas qonunga muvofiq
ishlash uchun yaratgan. Agar biz ushbu universal
qonunlarning birortasini buzsak, o'zimizni jazolaymiz. Baland
binoning tomidan sakragan odam suyaklarini sindirib
tashlaydi. Shuning uchun biz tortishish qonunini e'tiborsiz
.qoldirib, oqibatlarini boshdan kechira olmaymiz

* * *

Dunyo tsivilizatsiyalariga chuqur nazar tashlasak va
qadimgi tsivilizatsiyalarning yashirin sirlarini o'rgansak,

o'zaro bog'liq chiziqlar, xilma-xil boblar va aniq tafsilotlar
bilan keng manzara paydo bo'ladi va biz insonning bir
vaqtning o'zida ham individual, ham ijtimoiy tabiatga ega
.ekanligini aniqlaymiz

* * *

Agar Xudo bizning faqat moddiy ongda yashashimizni
istasa, biz moddiy narsalardan to'liq qoniqamiz va dunyoviy
.hayotdan mamnun bo'lamiz

* * *

Orzulardan tashqari poklik, tinchlik va baxt nurlari
bizning asosiy tubimizda miltillaydi va raqsga tushadi

* * *

Bu yer yuzidagi sayohatimiz davomida hayotimiz
osmonida paydo bo'ladigan har bir tajriba bilan biz ongimizni
kengaytirishni va bizni o'rab turgan yoki boshdan
kechirayotgan vaziyatlarni yaxshiroq tushunishni
o'rganishimiz kerak, shunda biz odamlar va hayot bilan
yaxshiroq uyg'unlikda yashay olamiz va ravonroq
.munosabatda bo'la olamiz

* * *

Ko'p odamlar boshqalarga taqlid qilishadi. Inson o'ziga
xos va ijodiy bo'lishi va qilayotgan barcha ishlarini mohirona
.bajarishi kerak

Sharqda asosiy e'tibor ma'naviy baxtni rivojlantirishga
qaratilgan bo'lsa, hayotning moddiy jihatlari ko'pincha
e'tibordan chetda qolgan. G'arbda ba'zi moddiy qulayliklar
mavjud, ammo psixologik baxt juda kam. Kerak bo'lgan
narsa bu ikkalasi o'rtasida muvozanatdir, chunki hayotning
faqat bitta jihatiga e'tibor qaratish nomutanosiblikka va
.hayot talablariga oqilona yondasha olmaslikka olib keladi

* * *

Ilohiy baxtdan keyingi eng katta baxt - inson uchun
yilning har kuni birga yashashi kerak bo'lgan yaqin
.qarindoshlari bilan tinch-totuv yashashdir

Odamlar shoshilib va impulsiv harakat qilib, ko'p
vaqtlarini behuda sarflashadi, ammo ko'p narsaga erisha
olmaydilar. Hayot nimani taklif qilayotganini tushunish va
.mulohaza yuritish uchun ozgina to'xtashadi

* * *

Biz tinchlik bog'larida ajoyib ma'naviy fazilatlarning son-
sanoqsiz gullari bilan gullab-yashnaydigan va porlaydigan
donolikning ichki inshootlarini qurish uchun ishlashimiz
.kerak

* * *

Ichki uyg'unlik kuchning boy manbaidir va qayta
tiklanadigan energiya ishlab chiqaradi

* * *

Hayotga nazar tashlasak, muvaffaqiyatga erishish oson
emasligini ko'ramiz. Hayot ko'pincha qattiq va shafqatsiz
bo'ladi va biz tirikchilik qilish uchun kurashishimiz kerak.
Tanangizni saqlash va uni sog'lom va kasallikdan xoli
saqlash uchun zarur bo'lgan kuch haqida o'ylang! Agar
bunga erishsangiz ham, bu muvaffaqiyat vaqtinchalik. Tana
— uzoq umr ko'ring — oxir-oqibat dam olishga qo'yiladi.
Kerakli muvaffaqiyatga erishish uchun ichki va tashqi ko'plab
kuchlarga qarshi kurashish zarurati tug'iladi. Bu kuchlar sizni
har qanday chinakam muhim yutuqlardan mahrum qilish
.uchun tinimsiz ishlaydi

* * *

Har qanday vaziyatda xotirjamlikni saqlashga harakat
qiling va tinchligingiz urug'i quvonch va mamnuniyat
.tabassumi bilan gullab-yashnasin

* * *

Hatto eng buyuk avliyolar ham o'zlarining
muvaffaqiyatlarini - ma'naviy tajribalarini va oliy bilimlarini -
boshqalar bilan baham ko'rmaguncha, ularga ma'naviy
tushunchaga erishishda yordam bermaguncha to'liq najotga
erisha olmaydilar. Shuning uchun bunday bosqichlarga yetib
borgan va bunday holatlarga erishganlar tushunchaga

muhtoj bo'lganlarga tushuncha berishga intilishadi. Agar siz chinakam muvaffaqiyatga erishmoqchi bo'lsangiz, nafaqat o'zingizning baxtingizni, balki boshqalarning baxtini ham .ta'minlaysiz

* * *

Aqlga ega bo'lgan har bir kishi pul topishi mumkin. Lekin agar ularning qalbida sevgi bo'lsa, ular bu pulni hech qachon xudbinlik maqsadlarida ishlatmaydilar; aksincha, ular uni boshqalar bilan baham ko'rishadi. Pul xudbin va baxil odamlar qo'lida la'nat va baxtsizlik, mehribon qalb va .saxovatli odamlar qo'lida esa ne'mat va sovg'adir

* * *

Kimdir uzoq vaqt jim turishni tanlashi mumkin, oilasi bilan gaplashishdan bosh tortishi mumkin. Bu odam ma'lum darajada ichki xotirjamlikka erishishi mumkin bo'lsa-da, uning xatti-harakatlari xudbinlik va oilasining baxtiga zarar keltiradi. Agar ularning yaqinlari ham ularning yutuqlaridan foyda ko'rmasa, ularni chinakam muvaffaqiyatli deb hisoblash mumkin emas. Xuddi shunday, moddiy muvaffaqiyatga erishish nafaqat bizning farovonlikdan faqat o'zimiz bahramand bo'lish huquqimiz bilan bog'liq; bu shuningdek, boshqalarga moliyaviy va turmush sharoitlarini yaxshilashga yordam berish uchun axloqiy mas'uliyatimizni .ham o'z ichiga oladi

* * *

Men toza vijdonim devorlari ortida himoyalanganman, qorong'u o'tmishni yoqib yubordim va faqat bugun bilan .qiziqaman

* * *

Bugun men eng buyuk yaxshilik nuri bilan bir ekanligimni va qayg'u dengizi to'lqinlariga qarshi .kurashayotganlar uchun mayoq ekanligimni angelayapman

* * *

Odamlar hayotdagi ambitsiyalariga qarab muvaffaqiyat haqida turli xil qarashlar va nazariyalarga ega. Ba'zi odamlar

muvaffaqiyatni o'g'irlik bilan tenglashtirib, "U muvaffaqiyatli o'g'ri edi!" kabi gaplarni aytishlari odatiy hol. Bu barcha shakl va navlardagi muvaffaqiyat orzu qilingan va intiladigan narsa ekanligini ta'kidlaydi. Biroq, bizning muvaffaqiyatimiz .boshqalarga zarar yetkazmasligi kerak

Muvaffaqiyatning yana bir mezonini bor: o'zimiz uchun uyg'un va foydali natijalarga erisha olsak, muvaffaqiyatimizga boshqalarni ham qo'shishimiz va uning .samarasini ular bilan baham ko'rishimiz kerak

Muvaffaqiyat insonning o'z muhitidan qoniqishi va qoniqishini anglatadi. Haqiqiy muvaffaqiyat adolat tamoyillariga asoslangan harakatlarning natijasidir va u boshqalarning baxti va farovonligini o'z baxtining ajralmas qismi sifatida qamrab oladi. Agar biz ushbu tamoyilni moddiy, intellektual, axloqiy va ma'naviy hayotimizga qo'llasak, muvaffaqiyatning to'liq va keng qamrovli ta'rifiga .ega bo'lamiz

* * *

Bu cheklangan dunyoda biz uzunlik, kenglik va zichlikni idrok etamiz, ammo o'lchamlar mavjud bo'lmagan yana bir daraja mavjud; hamma narsa aniq va shaffof - hamma narsa ong va idrokdir. Ta'm hissi idrokdir, hid hissi ham xuddi shunday. Bizning his-tuyg'ularimiz, fikrlarimiz va tanamiz ong holatidir. Xuddi tushlarda ko'rish, eshitish, hidlash, ta'm bilish va teginishimiz kabi, yuqori darajada ham biz bu .hislarning barchasini sof ong orqali boshdan kechiramiz

* * *

Ey Rabbim, bizni O'zingning yaqinligingni his qilish orqali baxtli qilgin, bizni istaklar kishanlaridan ozod qilgin va bizga hayot tajribalari va uning o'zgaruvchan voqealari ta'sir .qilmaydigan ichki quvonchni ato et

* * *

Ongimiz yuqori idrok bilan uyg'unlashganda, ichimizda ma'naviy ong uyg'onadi va biz ilohiy donolik va sevgining .ajoyib mo''jizalarini boshdan kechiramiz

* * *

Agar biz Xudoni to'liq sevsak va Unga butun fikrlarimiz
va qalbimiz bilan murojaat qilsak, biz Unga yaqin bo'lamiz va
U hayotdagi eng buyuk xavfsizlik boshpanasi ekanligini bilib
.olamiz

* * *

Ko'rinib turgan bo'sh, ulkan makonda bizni koinotdagi
barcha tirik va jonsiz narsalar bilan birlashtiradigan kosmik
aloqa va abadiy hayot mavjud - barcha mavjudot orqali
oqayotgan oliy hayot to'lqini. Abadiylik bizning haqiqiy
uyimiz va doimiy maskanimizdir va bu tanalardagi
mavjudligimiz vaqtinchalik, xuddi cho'l bo'ylab sayohat
.qilayotgan karvon uchun qisqa muddatli tanaffus kabi

* * *

Biz o'zimizni ruhning ijodiy kuchlari bilan
uyg'unlashtirganimizda, bizni yo'naltirishga va
muammolarimizni hal qilishga qodir bo'lgan universal va
cheksiz ong bilan bog'lanamiz. Ijodiy kuch bizga
borlig'imizning eng buyuk manbaidan uzluksiz ravishda oqib
keladi va bu bizga faoliyatimizning har qanday sohasida
.ijodiy muvaffaqiyatga erishish imkonini beradi

* * *

Sevgi ishonch, bag'rikenglik va o'zaro hurmat muhitida
o'sadi va gullab-yashnaydi

* * *

Ey Rabbim, bizni sof fikrlar va yaxshi odatlar nuri bilan
barakala, toki yomon odatlar va buzuvchi fikrlar zulmati bizga
yaqinlashsa, u darhol yo'q bo'lib ketsin va bizga Seni
shunday chuqur sevgi bilan sevishga yordam berki, na
moddiy illyuziyalar, na dunyoviy vasvasalar bizni tuzoqqa
.ilintira olmaydi yoki ongimiz va qalbimizni egallay olmaydi

* * *

Oson qo'lga kiritilgan narsalar kamdan-kam hollarda
qadrli bo'ladi. Biz buni buyuk insonlar hayotini va ularning
iste'dodlarini rivojlantirish, burchlarini bajarish, axloqiy

qadriyatlarini shakllantirish, chuqur tadqiqotlar olib borish va
xudbinlikdan qochish orqali qanday qilib buyuk
bo'lganliklarini o'rganish orqali bilamiz. Ular erishgan
natijalar va erishgan yutuqlari qilgan sa'y-harakatlaridan
.beqiyos darajada katta edi

* * *

Haqiqiy erkinlik donolik bilan boshqariladigan va
tushunish, to'g'rilik va qat'iy iroda bilan qo'llab-
.quvvatlanadigan tanlov erkinligidadir

* * *

Irodangizni, qat'iyatingizni va ongli idrokingizni
uyg'otganingizda, ko'rinmas kuchlar yuqori ongdan - ruhning
idroki orqali - sizga yordam berish va Xudoning yordami
bilan psixologik tasalli va baxtga olib boradigan yo'llarni
.yoritish uchun ozod qilinadi

* * *

Inson o'z sa'y-harakatlari bilan qalb kanallarini ochishi
kerak Hech kim tinchlik va baxtdan ko'ra azob-uqubat va
baxtsizlikni ixtiyoriy ravishda tanlamaydi Jaholat azob-
uqubatlarning ildizi va olib tashlanishi va yo'q qilinishi kerak
bo'lgan to'siqdir Jaholat insoniyat bog'ida o'sadigan, chuqur
ildiz otgan zararli begona o'tdir. Jaholatni sobit iroda va
qat'iyat bilan yengish kerak. Aql tuprog'ini aniq aqliy diqqat
bilan [ijobiy tomonga] ishlov berish va yaxshi urug'larni imon
suvi bilan sug'orish kerak. Sevgining hayotiy va iliq nurlari
porlaganda, yaxshilik urug'i o'sadi va parazit begona o'tlar
va o'tlarni yengib chiqadi, chunki yorug'lik bor joyda zulmat
.mavjud bo'la olmaydi

* * *

Moddiy narsalarning zavqlari so'nadi va yo'qoladi, lekin
ilohiy quvonch hech qachon xiralashmaydi. Bu cheksiz va
.ta'riflab bo'lmaydigan ilohiy baxtdir

* * *

Biz baxtga erishish uchun hech qachon noto'g'ri
usullardan foydalanmasligimiz kerak, shuningdek,

o'zimizdagi xotirjamlik va ma'naviy boylikdan voz kechib,
xayoliy qulaylik va halokatli ta'sirga ega do'zax harakatlar va
xatti-harakatlar bilan oldinda osilib turishi mumkin bo'lgan
.yorqin hayotni izlamasligimiz kerak

* * *

Xotirjamlik ilohiy mavjudlikni suratga olish uchun eng
yaxshi kameradir. Sof va aniq yo'naltirilgan xotirjamlik
linzalari orqali muborak tasvir mukammal ravshanlik bilan
.namoyon bo'ladi

* * *

Darhaqiqat, barcha donolik sizning ichingizda va sizga
kerak bo'lgan yagona narsa - bu ongli ravishda xabardor
.bo'lishdir

* * *

Qanoat o'zini takomillashtirishda yotadi, shuning uchun
boshqalar sizni siz ularni izlamasdan qidiradilar. Sevgi va
do'stlik evaziga kutmasdan yoki talab qilmasdan berilishi
kerak, chunki kutish nafrat va achchiqlanishni keltirib
chiqaradi. O'zini takomillashtirishga intilayotganda ham,
inson o'zining fazilatlari va qadr-qimmatini qal'asida yolg'iz,
.xavfsiz va xotirjam turishi kerak

* * *

Yuragimdan quvonch va nekbinlik sharsharalari doimo
oqib chiqsin va ularning tetiklantiruvchi spreysi uchratgan
.barcha odamlarga ta'sir qilsin

* * *

Ma'naviy quvonch qalbda boshqalarga har tomonlama
yordam berish istagini uyg'otadi va baxtga olib boradigan
nafis axloqiy zavqlarni qadrlash qobiliyatini rivojlantiradi, shu
.bilan qo'pol zavqlarga moyillikni kamaytiradi

* * *

Rolingiz qanchalik kichik bo'lishidan qat'i nazar, u ruhlar
hayot sahnasida ijro etadigan kosmik spektaklning
muvaffaqiyatiga hissa qo'shish nuqtai nazaridan eng buyuk
.rollar kabi muhim bo'lib qolmoqda

* * *

Umumjahon ong - bu mutlaq, cheksiz ong bo'lib, u doimo o'zini yangilab turadi va ijodida cheksizdir va siz orqali .u o'zining noyob jihatini ifoda etishga harakat qiladi

* * *

Agar siz ilohiy sevgini bir marta bo'lsa ham tatib ko'rsangiz, undan hech qachon voz kechmaysiz, chunki .butun koinotda bunga o'xshash narsa yo'q

* * *

Xudoni biladiganlar juda rivojlangan ruhiy bosqichlarga yetib kelishgan, shuning uchun ular gunohkorlarga shunchaki ruhiy maslahat berish bilan kifoyalanmaydilar, balki Xudoning marhamati va yordami bilan ularni gunohkor ishlarining oqibatlaridan ozod qiladigan ruhiy kuch bilan .zaryadlashlari mumkin

* * *

Barcha yaxshi va yomon amallar miya hujayralarida joylashgan bo'lib, fikrlarda fazilatli yoki yomon odatlar yoki moyilliklar sifatida namoyon bo'ladi. Miya hujayralari ushbu odatlarning kuchi bilan zaryadlanganligi sababli nosog'lom odatlardan aziyat chekadigan odam o'zini iroda, meditatsiya, samimiy ibodat va doimiy ijobiy tasdiqlar orqali ozod qilishi mumkin, toki barcha nomaqbul odatlari tinchlik va osoyishtalikning fazilatli odatlariga aylanmaguncha. Bu to'g'ri yo'naltirilgan hayot kuchi miya hujayralarining g'ayritabiyy tabiatini o'zgartirish uchun ishlaganda sodir bo'ladi, shunda bu hujayralar barcha yaxshi, fazilatli va .go'zal narsalar bilan to'ladi

* * *

Tushunish - bu ichki ko'z, qalbning ko'rish qobiliyati va qalbning teleskopi. Bu ongning xotirjamligi va vijdon pokligi .o'rtasidagi muvozanatdir

* * *

Har kuni biz turli xil manzaralarni ko'ramiz va har kuni o'rganish kerak bo'lgan yangi saboq olib keladi. Inson o'z

hayotining asosiy maqsadiga, ya'ni o'z mavjudligining
manbasini va hayotining poydevorini anglash orqali saboq
.olishi kutilmoqda

Keling, o'tmishdagi qayg'ularni unutishga va ular haqida
o'ylamaslikka qaror qilaylik. Qat'iy qat'iyat va faol iroda bilan
hayotimizni yangilaylik, muvaffaqiyatlarimizni oshiraylik va
.o'zimizda yaxshi odatlar va olijanob fazilatlarni tarbiyalaylik
Xudo mening kuchim va men boshqa kuchga
ishonmayman

Hayotdagi kurashlarda kurashing va oxirigacha bardosh
bering, hech qachon taslim bo'lmang Hech qachon "Men
yo'lni topa olmayapman, shuning uchun urinishni
to'xtataman" demang Agar xato qilgan bo'lsangiz, yo'l-yo'riq
so'rang, lekin hech qachon urinishni to'xtatmang Ko'pchilik
to'siqlarga duch kelganda mag'lubiyatni qabul qiladi
Muvaffaqiyatsiz bo'lganlar muvaffaqiyatsizliklar bilan emas,
balki muvaffaqiyatli odamlar bilan muloqot qilishlari kerak
Muvaffaqiyatga erishishga qat'iy qaror qiling; bu sizning
.hayotdagi falsafangiz bo'lsin

Biz har kuni jismoniy kuchimizni mustahkamlashimiz,
aqliy kuchimizni oshirishimiz va meditatsiya, sog'lom fikrlash
va tana, ong va ruhga birgalikda foyda keltiradigan ijobiy,
.samarali ish orqali o'zimizni anglashimiz kerak

Yaxshi odatni shakllantirishni yoki yomon odatni tark
etishni istasangiz, turli odatlarning mexanizmlari joylashgan
miya hujayralariga e'tibor qarating. Yaxshi odatni
shakllantirish uchun avval jimgina o'tiring va ilohiy yo'l-yo'riq
.izlab meditatsiya qiling

Peshonangizdagi, qoshlaringiz orasidagi iroda markaziga
diqqatingizni qarating va miyangizga singdirmoqchi bo'lgan
odatingizni qat'iy tasdiqlang. Yomon odatlardan xalos
bo'lishni istasangiz, diqqatingizni iroda markaziga ham
qarating va bu odatlar ildiz otgan barcha chuqurchalar yo'q
.qilinayotganini qat'iy tasdiqlang

Diqqat va iroda bilan siz hatto chuqur ildiz otgan eski
.odatlarni ham yo'q qilishingiz mumkin

Miyangizdagi nosog'lom odatlarni yo'q qilish uchun iroda
kuchiga ega ekanligingizni o'zingizga qayta-qayta
tasdiqlang. Bu tasdiq uchun eng yaxshi vaqt - irodangiz va
diqqatingiz eng yuqori cho'qqisida bo'lgan erta tong.
O'zingizga barcha buyruqlardan ozod ekanligingizni
tasdiqlashda davom eting va bir kun kelib - Xudoning
yordami bilan - o'zingizni butunlay yo'q qilmoqchi bo'lgan
.odatdan ozod qilganingizni bilib olasiz

Nimadan qo'rqsangiz ham, uni fikrlaringizdan chiqarib
tashlang va Xudoga qoldiring. Xudoga bo'lgan imoningizni
mustahkamlang va U sizga yordam bera olishiga ishonang va
ko'p azob-uqubatlar tashvish va xavotirdan kelib chiqishini
.biling

Qo'rqqan narsangiz hali sodir bo'lmagan bo'lsa, nega
hozir azob chekishingiz kerak? Bizning ko'pgina
bezovtaliklarimiz qo'rquvdan kelib chiqqanligi sababli, agar
biz qo'rquvni hayotimizdan olib tashlasak, o'zimizni erkin his
.qilamiz va shifo darhol keladi

Har kecha, uxlashdan oldin, Xudo siz bilan ekanligini,
sizni himoya qilayotganini va kuzatib turganini o'zingizga
tasdiqlang. Uning himoya nuri sizni har tomondan o'rab
turganini tasavvur qiling, shunda siz Uning ajoyib himoyasini
.his qilasiz

Ushbu kosmik spektaklda barcha irq vakillari vaqt
.sahnasida hayot dramasini sahnalashtiradilar
Biz hayotning ma'nosini vaqtinchalik rollarimiz bilan
haddan tashqari band bo'lmasdan yoki ularga haddan
tashqari e'tibor qaratmasdan tushunishimiz kerak. Hayot
haqidagi tushunchamiz ko'pincha buzilgan va noto'g'ri
yo'naltirilgan bo'ladi, chunki biz unga xudbinlik va

cheklangan nuqtai nazar bilan qaraymiz; agar biz ruhning ko'zi bilan qarasak, narsalarga butunlay boshqacha nuqtai .nazardan qaragan bo'lar edik

Biz donolik ko'zini ochganimizda, biz Xudoning hamma narsani qamrab oluvchi nurini ko'ramiz va shu nurda biz o'zimizning ruhiy tabiatimizni idrok etamiz, bu koinotning barcha zarralari va qismlarini qamrab oluvchi universal ong .tabiatining aksidir

Ma'naviy haqiqatlar bizni o'rab turibdi, yumilgan ko'zlarimizning eshiklarini taqillatib, bizni zulmat o'rniga yorug'likni ko'rishga, johillik o'rniga donolik bilan harakat qilishga, qalbimizni nafrat o'rniga sevgi bilan to'ldirishga va tinchlik o'rnatish hamda dunyomizga mo'l-ko'lchilik va xavfsizlik olib kelishda hamkorlik qilishga undaydi. Agar biz buni qilsak, johillik yo'qoladi, dunyoviy farqlar yo'qoladi, biz xilma-xillikda birlikni ko'ramiz va ilohiy iroda bilan yanada .uyg'unlashamiz

Xudo bilan bo'lgan munosabatimiz ish beruvchi va xodim o'rtasidagi kabi sovuq yoki mehrsiz emas. Biz Uning farzandlarimiz va Uning bizga bo'lgan g'amxo'rliqi doimiydir; U bizni doim tinglaydi. Biz Uning borligining ajralmas qismimiz va U bilan bo'lgan munosabatlarimiz jonli va jonli. U bizga cheksiz sevgi, tushunish, tushuncha, yaxshi niyat va ma'naviy kuch bag'ishladi, ammo ko'pchiligimiz bu boylikni .bekorga sarfladik

Xudo bizning olijanob va mehribon oila a'zolariga munosib bo'lganidek, xavfsizlik, tinchlik va do'stona hamkorlikda yashashimizni xohlaydi, ammo ochko'zlik va xudbinlik odamlar qalbida o'sib chiqdi va ildiz otdi hamda .oilalar o'rtasida bo'linishga sabab bo'ldi

Xudo bizni xo'jayin bo'lishimizni xohlaydi, lekin biz qul bo'lishni tanladik. Insoniyat o'zining samoviy uyidan uzoqlashdi va Xudoga yaqinlik va Xudo bizga yaqinlik hissini yo'qotdi va shaxsiy harakatsiz bu jannatni qaytarib

ololmaydi. Xudo bizni O'z suratida yaratdi, ammo bu haqiqat
.bizning xayolimizdan chiqib ketdi

Biz taqdirimiz qiyinchilik va taqdirimiz halokat degan
illyuziyaga taslim bo'ldik va parda ortidagi yorqin haqiqatni
ko'rish uchun illyuziya pardasini donolik xanjari bilan
.yirtishimiz kerak

Xudo menga umrimning shu uzoq yillari davomida baxt
ato etdi. Odamlar yuzimdagi mamnuniyat tabassumini
ko'rishadimi yoki yo'qmi, ilohiy quvonch doim men bilan va
meni hech qachon tark etmaydi. Baxtning buyuk daryosi
ongim qumlari ostida doimiy ravishda oqadi va hayotim
.bog'larini sug'oradigan muborak buloqlar kabi otilib chiqadi
Hayotning to'satdan o'zgarishi mening xotirjamligimni
buzolmaydi, o'lim arvohi ham men his qilayotgan ma'naviy
.baxtni tortib ololmaydi

Bu holatni doimiy va o'zgarmas qilish qiyin edi, lekin
men hozir zavqlanayotgan va boshqalar bilan baham
ko'rayotgan ruhning mevalari bunga sarflagan barcha sa'y-
.harakatlaringa arziydi

Men ilohiy ruh tomonidan boshqarilgan deb o'ylayman
va harakat qilaman. Pul hech qachon hayotimdagi maqsadim
bo'lmagan, balki insoniyatdagi birodar-opa-singillarimga
xizmat qilish bo'lgan. Shuning uchun Xudo o'zimni ta'minlash
va vazifamni bajarish uchun menga ko'plab yaxshilik
eshiklarini ochdi. Va menga yordam kerak bo'lganda, Xudo
.uni darhol beradi

Mening yagona istagim sizga xizmat qilish va shuning
uchun men bu yerdaman

Xudoning kuchi sizning hayotingizda ham ishlaydi.

Imoningiz mustahkamlanganda va haqiqiy boylik moddiy
muvaffaqiyatdan emas, balki Qodir Tangridan kelishini
.anglaganingizda, bu haqiqatni o'zingiz boshdan kechirasiz
Xudo bilan o'tkazgan har bir lahzangiz sizning eng katta
foydangiz uchun bo'ladi va sevgi bilan va Xudoni rozi qilish

uchun qilgan barcha ishlaringiz abadiylik yozuviga yozib
.qo'yiladi

Chuqur fikrlaringizning yolg'izligiga chekining va
sukunat bulog'idan oqib chiqayotgan tinchlikdan bahramand
bo'ling

Agar biz yaxshi ishlar eksak, quvonch va barakalarni
o'rib olamiz, agar yomon ishlar eksak, turli xil va darajadagi
.inqirozlar va muammolarni o'rib olamiz
Har bir xayrli ish ilohiy quvonch manbasini ochish uchun
.ong tuprog'ini qazib oladigan tekaga o'xshaydi

Oddiy [tafakkur] yolg'izlik haqiqiy baxtning narxi
ekanligini anglab, yaxshi kitoblar, e'tiqod, muammolar,
falsafa yoki ichki quvonch bilan bog'liq bo'ladimi, o'zini tahlil
.qilish va tadqiq qilish dengiziga sho'ng'ishni o'rganing
Hayot oldindan aytib bo'lmaydigan, injiq va sirli,
shubhalar, har xil muammolar va g'alayonlarga to'la bo'lib
tuyulsa-da, biz Xudoning doimiy himoyasida qolamiz. Biz
vaziyatni bo'rttirib ko'rsatmasligimiz yoki voqealar oldida
xotirjamligimizni yo'qotmasligimiz kerak, chunki agar vahima
bizni bosib olishiga yo'l qo'ysak, yovuzlikka kuch beramiz va
uning ildizlarini chuqurlashtiramiz, ular qo'rquv va xavotir
.tuprog'ida o'sadi va gullab-yashnaydi

Har kecha o'zingizga savol bering: Xudo bilan qancha
vaqt o'tkazdingiz, qancha mulohaza qildingiz, qancha
yutuqlarga erishdingiz, boshqalar uchun qancha ish qildingiz
?va istaklaringizni qanchalik nazorat qildingiz

Hayot sinovlarida abadiy baxt va xotirjamlikni topishni
kutmasligimiz kerak; aksincha, ularni o'zimizda izlashimiz va
kashf etishimiz kerak. Keyin, qanday tajribalarni boshdan
kechirsak ham, biz ularga boshqa birovning tajribalarini
filmda tomosha qilganimiz kabi munosabatda bo'lamiz, xoh
.yoqimli, xoh og'riqli bo'lsin

Inson o'z ongiga yo'l qo'ysa, barcha tajribalarini og'riqli,
baxtsiz sinovlarga aylantirishi mumkin. Ular sog'lig'i yaxshi
bo'lishi mumkin, ammo uning qadrini anglay olmaydilar.

Ammo agar ular kasal bo'lib qolishsa, o'zlarini kamtar tutib, farovonlik ne'matini qadrlashadi. Biz Xudoning marhamatini tan olishimiz va bizga bergan ne'matlari uchun Unga minnatdorchilik bildirishimiz kerak, buning uchun noqulay vaziyatlar bizni minnatdor qilishini va Uning marhamatini tan .olishini kutmasdan

Hayot mulohaza va harakatlarning uyg'unligi bo'lishi kerak. Inson psixologik muvozanatini yo'qotganda, u tashvishlar, qayg'u bulutlari va og'riq azoblariga moyil bo'lib qoladi. Agar ular sog'liq, farovonlik va donolik qonunlarini buzishga harakat qilsalar, muqarrar ravishda kasallik, .qashshoqlik va johillikdan aziyat chekishadi Biz niyatlarimizni pok, niyatlarimizni toza saqlashimiz va xotirjamlik keltiradigan tarzda harakat qilishimiz, hayot sharoitlari tinchligimizni buzishi va baxtimizni barbod .qilishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak

Qayg'uli qalblar va singan fikrlar meni o'ziga tortadi, ular qanchalik uzoqda bo'lishidan qat'i nazar Oilangizni, qo'shnilaringizni, jamoangizni, mamlakatingizni va barcha ongli mamlakatlar va mavjudotlarni asta-sekin qamrab olish uchun porlab turgan .sevgi saltanatingiz chegaralarini kengaytiring

Shuningdek, biz aql-zakovatimizni mustahkamlashimiz va yillar va avlodlardan meros bo'lib qolgan intellektual va axloqiy zaiflik yukini rad etishimiz kerak. Bu iflosliklar yangilangan qat'iyat va samarali harakatlar olovida yoqib yuborilishi kerak. Ushbu konstruktiv yondashuv bilan chinakam fidoyi shaxs ozodlik va erkinlik ufqlariga yetib .borishi mumkin

Hayot sahnasida obro'li rolingizni o'ynashingiz uchun ichingizdagi cheksiz kuchni faollashtiring Inson Xudodan boshqa mol-mulk, pul, shon-shuhrat yoki boshqa biror narsaga sig'ina boshlagan zahoti, baxtsizlik

ularning taqdiriga aylanadi. Barcha e'tiborini shu narsalarga qaratganlar aslida ularga sig'inadilar va shuning uchun ular Xudoga yaqinlashmaydilar, balki Undan uzoqlashadilar. Lekin

Xudoni o'ylaydigan, U haqida mulohaza yuritadigan va qalblarida U bilan muloqot qiladiganlar Unga yaqinlashadilar .va U bilan jimgina muloqotda ichki quvonchni his qiladilar

Faqatgina Xudo insonning orzularini va abadiy baxtga

bo'lgan umidlarini ro'yobga chiqarishga qodir. Shuning uchun, qalbdagi Xudoning o'rnini hech narsa egallashiga yo'l .qo'yilmasligi kerak

Izlovchiga Xudoni eslab qolishga va Unga yaqinlashishga

yordam beradigan muqaddas ramzlar mavjud. Biroq, agar

inson bu ramzlarga sig'inishni boshlasa, ularning zarari foydasidan ustun bo'ladi. Ibodat faqat Xudoga qaratilgan bo'lishi kerak, chunki boshqa hech narsa ibodatga loyiq .emas

Ritualistik ibodatning tabiati qanday bo'lishidan qat'i nazar, ibodat qiluvchi uni ma'naviy ong va Unga intilish bilan bajarsa, u Xudoga ma'qul bo'ladi. Biroq, ko'p odamlar ibodatning mohiyatini tushunmaydilar va ularning fikrlari va qalblari Xudodan marosimlarga chalg'iydi, shuning uchun .ibodatlaridan ko'p foyda ko'rmaydilar

Haqiqiy topinuvchilar o'z onglarini biron bir tasvir yoki shakl bilan cheklab qo'yishga yo'l qo'ymaydilar, balki ular barcha tasvirlar va shakllar ortidagi ilohiy ruhga eng chuqur .sevgi va to'liq e'tibor bilan e'tibor qaratadilar

Xudo mutlaq va cheksizdir, va hech qanday tasvir yoki

haykal Uni sig'dira olmaydi

Aytish mumkinki, Xudo Uni chin dildan sevadigan va U

bilan uyg'unlikda bo'lgan har bir kishida o'zini namoyon qiladi, chunki U hamma joyda mavjud va shuning uchun hammada mavjud. Biroq, hamma ham ilohiy mavjudlikni namoyon qilish qobiliyatiga ega emas. Quyosh ko'mirga ham, olmosga ham bir xil darajada porlaydi, lekin olmos

quyosh nurini qabul qiladi va aks ettiradi, ko'mir esa aks
.ettira olmaydi

Xuddi shunday, barcha odamlar Xudoning nuriga
cho'mgan, ammo bu nurni qabul qila oladigan va uni o'z
fikrlari va harakatlarida aks ettira oladiganlar oz. Buning
uchun ular meditatsiya va ilohiy ta'limotlar va amrlarga amal
.qilish orqali o'zlarini poklashlari kerak

Biz Xudoning ismini talaffuz qilganimizda, nima
deyayotganimizni chuqur va chin dildan anglashimiz kerak.

Agar siz ibodat paytida odamlarning fikrlariga nazar
tashlasangiz, ko'pchilik Xudodan boshqa hamma narsani
o'ylayotganini ko'rasiz, garchi ular Uning ismini tilga olsalar
.ham! Bunday ibodat samarasiz va befoydadir

Ibodat qilganimizda, fikrlarimizni chalg'itib, shunchaki

Uning muborak ismini takrorlash o'rniga, butun ongimizni
Xudoga qaratishga harakat qilishimiz kerak. Xolalarimdan
biri ibodatlarini kamdan-kam hollarda qo'lidan tushadigan
ibodat munchoqlariga o'qirdi. Lekin u bir kuni menga qirq yil
davomida bu ibodat odatini amalda qo'llaganiga qaramay,
Xudo uning ibodatlariga javob bermaganini tan oldi. Buning
ajablanarli joyi yo'q! Uning "ibodatlari" asabiy odatdan
.boshqa narsa emas edi

Ibodat qilganimizda, faqat Alloh haqida o'ylamasligimiz

kerak. Ibodatimizda samimiyatli va iltijolarimizda fidoyi
bo'lishga intilishimiz kerak. Duo munchoqlaridan foydalanish
va Xudoning ismini doimo tilga olish, agar bu amaliyot
qalbdan kelib chiqsa va samimiylik va diqqat markazida
bo'lgan ong bilan qo'llab-quvvatlansa, juda maqbuldir. Biroq,
bu amaliyot vaqt o'tishi bilan avtomatik bo'lib qolishi
.mumkin

Biz Xudoning ismini qalbimizda sog'inch va ilohiy sevgi

bilan pichirlashimiz kerak; bu Xudoning qalbiga ta'sir
qiladigan haqiqiy ibodatdir. Xudoning ismini sovuqqonlik va
adashgan ong bilan tilga olish kufr va hurmatsizlikdir. Ibodat

qilganda, insonning qalbi va ongi Xudoning sevgisi bilan
.to'lishi kerak

Ey Rabbim, Sen sinovlar va azob-uqubatlarning notinch
dengizida mening adashgan fikrlarimni boshqaradigan ilohiy
.Shimoliy Yulduzsan

Yuqori yogik mashqlari orqali ongni jamlashni mashq
qilish, xuddi Xudo haqida o'ylashga va U bilan muloqot
qilishga yordam berganidek, shon-sharaf va ulug'vorlikning
.oliy manbai bo'lgan Xudoga yaqinlashishga yordam beradi
Haftada bir kunni (iloji bo'lsa) Xudo haqida tafakkur
qilish va xotirjamlik, xotirjamlik va ichki xotirjamlikni his
qilish uchun ma'naviy chekinishga bag'ishlash juda
muhimdir. Shu tarzda o'tkazilgan vaqt haftaning qolgan
qismida duch keladigan tashvish va tashvishlar uchun
.tinchlantiruvchi balzam bo'ladi

Har bir inson hissiy jarohatlari va og'riqlarini davolash
uchun har hafta bir kunni yolg'izlikda yoki "ma'naviy
chekinish"da o'tkazishi kerak. O'sha kun tinchlik, quvonch va
mamnuniyatga aylanganda, siz uni haftama-hafta intiqlik
.bilan kutasiz

Yolg'izlik - bu buyuklikning narxi. Ushbu ruhiy chekinish
va ruhingiz va Xudo bilan bog'lanish orqali ongingiz, tanangiz
va ruhingiz uchun erishiladigan ajoyib natijalar sizni hayratda
qoldiradi. Agar siz chinakam baxtga intilsangiz,
uyg'onganingizda erta tongda va kechasi uxlashdan oldin
.ilohiy tinchlik okeaniga sho'ng'ishingiz kerak
Hindiston donishmandlari faqat bir kun yolg'izlikni emas,
balki har kuni to'rtta aniq vaqtda tinch meditatsiya qilish
zarurligini ta'kidlashadi. Tong otganda, uyg'onishdan va
kimdir bilan uchrashishdan oldin, xotirjamlik va
xotirjamlikdan bahramand bo'lish kerak. Peshinda tushlikdan
oldin ongni tinchlantirish va kechki ovqatdan oldin yana bir
bor xotirjamlikdan bahramand bo'lish kerak. Nihoyat, kechasi
.yotishdan oldin yana tinchlik holatiga kirish kerak

Yolg'izlik paytida va ushbu to'rt kunlik davr davomida
sukutni astoydil saqlaganlar Xudo bilan uyg'unlikni his
qilishlari shart. Bu davrlarning barchasiga rioya qila
olmaydiganlar hech bo'lmaganda ertalab va kechqurun
vaqtlarini bunga bag'ishlashlari kerak. Shunday qilib,
ularning hayoti yaxshi tomonga o'zgaradi va ular chinakam
baxtni his qilishadi; tajriba eng yaxshi dalildir
Agar siz bank hisobingizni qoplash uchun yetarli mablag'
kiritmasdan cheklar yozishda va imzolashda davom etsangiz,
pulingiz tugab qoladi. Xuddi shu narsa hayotingizga ham
tegishli. Hayotiy hisobingizga muntazam ravishda tinchlik
kiritmasangiz, energiyangiz tugaydi, xotirjamligingiz
yo'qoladi va baxtingiz yo'qoladi. Xulosa qilib aytganda, siz
oxir-oqibat hissiy, aqliy, jismoniy va ma'naviy bankrotlikka
duchor bo'lasiz. Ammo Xudo haqida chuqur kundalik
.mulohaza yuritish hissiy hisobingizni to'ldiradi
Dindor izlovchi har kuni meditatsiya qiladi, qalbidagi
barcha sevgi va sog'inch bilan Xudo bilan muloqot qiladi,
Undan O'zini ochib berishini yolvoradi. Agar siz Xudoning
sevgilisi bo'lsangiz va Uning huzurini his qilishni istasangiz,
ongingiz va tanangizni Uning tinchligiga cho'mdirishingiz
kerak, shunda hayot sizga tabassum qiladi va ishlaringiz ko'p
.jihatdan yaxshilanadi
Xotirjam odam kamdan-kam hollarda xato qiladi va
minglab boshqalar muvaffaqiyatsizlikka uchragan joyda
.muvaffaqiyatga erishadi
Xudo haqida o'ylamaydigan yoki Unga ahamiyat
bermaydiganlar tushkunlikka tushib, baxtsiz bo'lishadi. Ular
.asabiylashadi va yurish mashinalariga aylanadilar
Agar siz ruhiy kuch sarflab, qalbingizda Xudoga birinchi
o'rinni bersangiz, donolik va tinchlik quyoshi xotirjamlik
osmonida ko'tariladi va sizning borlig'ingizni shifobaxsh
.nurlari bilan yuvadi
Bitta oy barcha yulduzlarning birlashtirilganidan ham
yorqinroq porlaydi Kichik bo'lib ko'rinadigan quyosh o'zidan

millionlab marta kattaroq hududdan zulmatni yo'q qiladi
Xuddi shunday, yaxshi inson, shunchaki dunyoda mavjud
bo'lish orqali, yovuz odamlar chiqaradigan ko'plab
tebranishlarni bartaraf etadigan va zararsizlantiradigan
.tebranishlarni chiqaradi

Tafakkur kuni, shuningdek, ruhiy va jismoniy dam olish
va ichki xotirjamlikni rivojlantirish kuni bo'lishi kerak. Donolik
va xotirjamlik keltiradigan har qanday faoliyat o'sha kuni
.muborak faoliyatdir

Ota-onani hurmat qilish haqida muqaddas kitoblarda
ularga yaxshi muomala qilish tavsiya etilgan: "Ota-onangizni
."hurmat qiling" va "Ota-onangizga mehribon bo'ling
Inson ota-onalari Xudoning vakillari sifatida hurmat
qilinishi kerak, chunki ularga insoniyatni yaratish in'omini
bergan. Ona Xudoning sof sevgisining timsolidir, chunki
mehribon ona boshqa hech kim kechirmaydigan joyni
kechiradi. Ota Xudoning donoligining namoyonidir va Uning
.farzandlarining himoyachisidir

Inson ota-onasini Xudodan tashqari sevmasligi kerak,
balki Uning himoya va dono sevgisining ifodasi sifatida
sevishi kerak. Oliy ilohiy ruh bolaga yordam berish uchun
ham ota, ham ona bo'ladi; shuning uchun uni ota-onalar
.hurmat qilishlari kerak

Muqaddas Kitob bizga o'ldirish uchun o'ldirmaslikni ham
maslahat beradi, chunki u holda odam qotilga aylanadi.
Inson kuchli his-tuyg'ular paytida boshqa birovning hayotiga
zomin bo'lmasligi kerak. Biroq, agar yaqinlaringizga tahdid
solinsa, Xudo ularga ishonib topshirganlarni himoya qilish
uchun kurashish kerak, chunki oila va vatanni himoya qilish
.muqaddas burchdir

Zinoga qarshi taqiqqa kelsak, jinsiy birlikning ideal
maqsadi Xudoning suratida yaratilgan bolalarni tug'ish va
bir-birida Xudoni ko'rgan er-xotinlar his qiladigan sof
sevgining ifodasi bo'lishi kerak. Faqat jismoniy darajada
yashaydiganlar, haqiqiy sevgiga yoki jinsiy istakning

yaratilish maqsadiga ahamiyat bermasdan, ushbu amrga muvofiq zino qiladilar. Bu holda, ular jinsiy istaklarini qondiradigan va keyin o'z yo'llarida davom etadigan .hayvonlardan farq qilmaydi

Xudo erkaklar va ayollarda oilaviy hayotda chinakam o'zaro sevgini tug'ish va ifoda etish uchun bu ijodiy istakni yaratdi va uni boshqa yo'l bilan noto'g'ri ishlatmaslik kerak, .aksincha, muqaddas faoliyat va bilimga aylantirish kerak

Agar siz o'zingizning jinsiy kuchingizni nazorat qila olsangiz va taqsimlay olsangiz, yozish, chizish yoki yashirin iste'dodlarni boshqa ko'plab usullar bilan ochib berish uchun .ajoyib aqliy qobiliyatlarni rivojlantira olasiz

Va nihoyat ijodiy faoliyatni nazorat qila va ma'naviy jihatdan o'zgartira olganingizda, siz buyuk tinchlik, buyuk sevgi va ortib borayotgan ma'naviy quvonchni boshdan .kechirasiz

Jinsiy faoliyatini ma'naviy jihatdan o'zgartirgan avliyolar va ruhiy yetakchilar dunyoda va haqiqatni ezoterik izlashda hayratlanarli va hayratlanarli ishlarni bajarishga qodir .bo'lgan ulkan shaxslardir

Shunday qilib, jinsiy istakdan eng yuqori darajada foydalanish uning kuchini oshirish, ya'ni donolik, yuksak ideallar va ma'naviy tamoyillarni namoyon etish uchun uning energiyasini yuqori maqsadga yo'naltirishdir. Jinsiy fikrlardan zavqlanmaslik yoki taqiqlangan narsani xohlamaslik kerak. Bunday o'zini tuta bilishga erishilganda, jinsiy aloqa va uning .oliy maqsadi haqida sog'lom nuqtai nazarga ega bo'ladi

Jinsiy masalalarga qul bo'lish sog'liqni, o'zini tuta bilishni, intellektual xotirjamlikni va qisqasi, insonga kerak .bo'lgan barcha baxt elementlarini yo'qotishni anglatadi Muqaddas kitoblar bizni o'g'irlik qilmaslikka undaydi.

Agar ming kishidan iborat guruh bir-biridan o'g'irlik qilsa, har birining 999 ta dushmani bo'ladi. Shuning uchun, boshqalarning huquqlarini buzmaslik, ularning yerini, tinchligini, sevgisini, qadr-qimmatini yoki ularning biron bir

moddiy yoki ma'naviy boyligini tortib olmaslik kerak. Agar o'zingizniki bo'lmagan narsani olish istagini his qilmasangiz, sizga kerak bo'lgan narsa yoki xohish sizga keladi. O'g'irlik birinchi navbatda ongda paydo bo'ladi. Inson boshqalarga hasad qila boshlaganda. Yomon niyatlarning urug'lari ongdan sug'urib olinishi kerak. Ma'naviy altruizm - bu shunday yo'l. Shunda inson tabiiy ravishda mo'l-ko'lchilikni jalb qiladi va ularga bilgan va bilmagan manbalaridan ne'matlar oqib keladi. Bu xatosiz ilohiy qonundir. O'g'rilar va xudbin odamlarga kelsak, ular hayotlarini moddiy boyliklarni ta'qib qilish bilan o'tkazadilar, ko'zlari doimo boshqalarda bor narsaga qaraydilar, hatto o'z xazinalari oltin bilan to'lib .toshgan bo'lsa ham

Moddiy xudbinlikdan voz kechilmaguncha, dunyo baxtni
bila olmaydi

Baxt faqat ma'naviy hamkorlik orqali keladi. Bu inson boshqalarning ehtiyojlarini o'zinikidek his qilganda va .boshqalar uchun o'zi uchun ishlaganidek ishlaydi Yana bir muhim amr - yolg'on guvohlik berishdan saqlanishdir. Haqiqatni buzib ko'rsatish orqali kimgadir zarar yetkazish ijtimoiy uyg'unlikni buzishning yana bir usuli hisoblanadi. Agar kimdir yaxshi munosabatda bo'lishini istasa, boshqalarga ham shunga yarasha munosabatda bo'lishi kerak. Haqiqat har doim aytilishi kerak, lekin haqiqatni aytish bilan shunchaki faktlarni aytib berish o'rtasida farq bo'lishi kerak. Kimnidir cho'loq yoki ko'r deb atash og'riqli va zararli; boshqalarning his-tuyg'ularini inobatga olish va ularni sharmanda qilishdan qochish kerak. Xuddi shunday, ezgu maqsadsiz kimgadir xiyonat qiladigan haqiqatni oshkor qilish ham noto'g'ri. Boshqa tomondan, haqiqatni aytmaslik uchun yolg'on gapirmaslik kerak; aksincha, boshqalarni sharmanda qilish yoki ularga zarar .yetkazmaslik uchun ba'zi vaziyatlarda jim turish mumkin Inson qalb xotirjamligini kemiradigan halokatli kasallik bo'lgan hasaddan ehtiyot bo'lishi kerak. Inson boshqalarga

tegishli narsalarga qanchalik ko'p qiziqsa, uning baxtsizligi va baxtsizligi shunchalik kuchayadi. Hasadgo'y odam tinchlikning ta'mini bilmasdan, muammoli hayot kechiradi. Ular o'zlarini hurmat qilishlari, o'zlariga ishonishlari va ichki .ma'naviy boylik izlashlari ancha yaxshi

Insonning qadr-qimmati va ichki qadr-qimmati ular xohlagan yoki egallashni istagan har qanday narsadan ancha yuqori. Xudo har bir insonda boshqa hech bir insonda namoyon bo'lmaydigan tarzda namoyon bo'ladi. Ularning yuzi hech kimnikiga o'xshamaydi va ularning ruhi hech kimnikiga o'xshamaydi, chunki ular ichida barcha yaratilishning eng buyuk xazinasini yashiringan va bu eng .buyuk xazina Xudodir

Biz hayotimiz yaxshi ishlar bilan porlashini va gullab-yashnashini, quvonch va baxt bilan xushbo'ylanishini va .bizni qadrlaydiganlar xotirasida abadiy yashashini istaymiz

Inson to'g'ri iymonga ega bo'lib, shunga muvofiq harakat qilsa, u iymonsiz va hayot jangida o'z burchlarini .bajarmaydiganlardan ko'ra baxtliroqdir

Sog'lom imon va solih amal (ezgu niyatlar va yaxshi niyatlar bilan qo'llab-quvvatlanadi) baxt bor joyda doimo mavjud bo'ladi va baxt yo'q joyda yo'qoladi. Bundan xulosa qilishimiz mumkinki, ular baxtning ikkita muhim sharti bo'lib, ularsiz ularga erishib bo'lmaydi. Baxtni istaganlar faqat uning poydevori va ustunlari bo'lgan ushbu ikkita asosiy .elementga ega bo'lishlari kerak

Insonlar koinotning cheksiz tarkibiy qismlarini xohlagancha nazorat qila olmaydi, o'zgartira olmaydi yoki yo'q qila olmaydi. Bu komponentlar inson hayotining matosi bilan chambarchas bog'liq va odamlar ulardan alohida faoliyat yurita olmaydi. Biroq, odamlar bu komponentlarga moslashish va ulardan zarar ko'rmaslik uchun onglarini .boshqarishlari mumkin

Ota-bobolarimiz bizdan baxtliroq edilar, chunki ular
hozirgi bizdan ko'ra ko'proq dunyoviy narsalar va zavqlarga
ega edilar yoki hayot muammolariga kamroq duch kelganlari
uchun emas, balki ularga tasalli, xotirjamlik, qoniqish va
.qisqasi, baxt keltiradigan psixologik muvozanatga ega edilar

Ular baxt uchun tashqi sharoitlarga bog'liq emas edilar,
shuningdek, ularni baxtdan mahrum qiladigan tashqi
sharoitlarga ham berilishmadi. Ularning qulaylik, xotirjamlik,
baxt va qoniqish hissi tabiiy, normal, sog'lom va uzoq
muddatli edi. Agar biz baxtga ega bo'lishni istasak, biz ham
bu his-tuyg'ularni rivojlantirishimiz kerak. Va oramizda kim
?bunday qilmaydi

Taqdir o'tmishdagi iroda erkinligi yoki tanlov
erkinligining natijasidir. O'tmishdagi iroda erkinligi
amaliyotlarimiz orqali biz o'zimizga taqdir va taqdirni olib
keldik va olib kelmoqdamiz. Biroq, biz o'tmish bilan bog'liq
emasmiz va harakatlarimiz oqibatlari bilan abadiy cheklanib
qolmaymiz. Agar xohlasak va yo'limizni to'g'rilashga va
hosilimiz sifatini yaxshilashga intilsak, ekanlarimizni yo'q
.qilishimiz va yozganlarimizni o'chirishimiz mumkin
Agar biz og'riqli oqibatlarga olib keladigan xatti-
harakatlar urug'larini yo'q qilsak va ularning o'rniga ruh
tabiatiga ko'proq mos keladigan urug'larni eksak, biz,
albatta, ruh tuprog'iga ekilgan yaxshi urug'lardan baxt
mevalarini yig'ib olamiz. Agar biz ko'proq baxtga
erishmoqchi bo'lsak yoki azob-uqubat va og'riqni
kamaytirmoqchi bo'lsak, ertaga emas, balki hozir, hozir erkin
.irodadan foydalanishimiz kerak

Shuning uchun, baxtning shartlari insonning o'zida
yotadi va u shunchaki xato qilmaydigan tenglama bilan jiddiy
shug'ullanishi kerak va agar u eng yaxshi baho berib, unga
.amal qilsa, natijalar uning foydasiga bo'ladi

Ey Rabbim, mening borlig'im Sening hayotiylicig'ing bilan,
yuragim Sening taskin beruvchi va mehrli huzuring bilan,
ongim Sening donolig'ing bilan va jonim Sening ilohiy
.xabardorlig'ing bilan to'lsin

Qalblaringiz tuprog'ida sevgi urug'lari o'sadi. Bu
urug'larni umuminsoniy sevgi va umuminsoniy rahm-shafqat
.suvlari bilan sug'oring

Aqlning kuchi cheksizdir va shunga ko'ra, agar siz biron
bir mavzu haqida yetarlicha chuqur o'ylasangiz, o'sha mavzu
.bilan bog'liq har qanday savolga javob olasiz

Agar inson o'zining barcha ishini va faoliyatini
boshqalarga xizmat qilishga bag'ishlasa va ularni qoniqarli
fikrlash bilan amalga oshirsa, unda u chinakam e'tibor va
.minnatdorchilikka loyiqdir

Biz bir tomonlama bo'lmasligimiz kerak, aksincha, har
birining ahamiyatiga qarab, faoliyatimiz muvozanatini
saqlashimiz va ishimiz va burchlarimizga ustuvorlik
.berishimiz kerak

Burch - bu inson moddiy manfaat uchun emas, balki
quvonch bilan bajaradigan harakatdir va ma'naviy va axloqiy
.burch hayotda birinchi o'rinda turishi kerak

Har bir insonda foydalanilmagan salohiyat bor. Ular
barcha zarur kuchlarga ega. Aqlning o'zi oliy kuchdir va u
eskirgan va cheklovchi odatlar va tushunchalardan xalos
.bo'lishi kerak

Sayyoralar va yulduzlarning inson hayotiga ta'siri
sayyoralar va inson tanalari orasidagi tortishish va itarish
.kuchlarining o'zaro ta'siri natijasida yuzaga keladi
Yomon fikrlar insonni o'z xohish-istaklariga ko'ra o'zini
ifoda eta oladigan zararli muhitga olib boradi. Biroq, inson
iroda kuchi orqali o'z fikrlari va ongini, natijada esa atrof-
muhitini o'zgartirishi mumkin. Agar inson uzoq vaqt zararli
muhitda qolsa, bu muhit unga ongsiz ravishda ta'sir qila
boshlaydi. Vaqt o'tishi bilan ular sog'lom va foydali muhitni
tanlash erkinligini butunlay yo'qotadilar va o'sha zararli

muhitning salbiy ta'siriga duchor bo'ladilar. Boshqa tomondan, kuchli irodaga ega bo'lganlar Xudo bilan .uyg'unlikda bo'ladilar

Konsentrlangan ong energiyasi

Quyosh nurini kattalashtiruvchi oynadan kichik bir nuqtaga qaratsangiz, u issiqlik hosil qiladi va bu issiqlik yog'och, mato, qog'oz va boshqa narsalarni yoqib yuborishi mumkin. Xuddi shunday, ongingizni aniq jamlasangiz, uning jamlangan energiyasi har bir muvaffaqiyatsizlik ortidagi shubha ildizlarini yoqib yuborishi va donolik nurining yorqin .porlashiga imkon berishi mumkin

Aql barcha yaxshiliklarning manbai va barcha muborak kuchlarning manbai bo'lgan Xudo bilan uyg'unlashganda, u ilohiy mavjudlikni anglaydi va muvaffaqiyatning barcha elementlariga ega bo'ladi. Bu elementlar Xudoning ulkan kuchi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, har qanday sohada muvaffaqiyatga erishish uchun yangi imkoniyatlar yaratishga .qodir

Muammolar va qiyinchiliklar insonning ma'lum bir vaqtda va joyda sodir etilgan o'tmishdagi harakatlaridan bexabarligidan kelib chiqadi. Ularning hozirgi azob-uqubatlari ularning ong tuprog'ida ildiz otgan, o'simlikka aylanib, o'sha fikrlar va harakatlarning o'ziga xos xususiyatlarini aks ettiruvchi mevalarni bergan fikrlari va ishlaridan kelib .chiqadi

Sinovlar va qiyinchiliklar insonni sindirish yoki irodasini falaj qilish uchun emas, balki ularga Xudoning buyukligini anglash va Uning qonunlariga hurmat ko'rsatish uchun keladi, bu orqali ular chinakam baxtga erishishlari mumkin.

Xudo bu og'ir sinovlarni yubormaydi, chunki ular asosan inson tomonidan yaratilgan. Insoniyatdan talab qilinadigan

yagona narsa - bu uning ongini g'aflat uyqusidan uyg'otish
.va johillik zulmatidan bilim nuriga chiqishdir

Ko'pincha his-tuyg'ularimiz bizga o'tkinchi zavqlarni
va'da qiladi, ammo oxir-oqibat bizga uzoq davom etadigan
og'riq va azob-uqubatlarni keltiradi. Haqiqiy fazilat va baxt
esa kam narsani va'da qiladi, ammo oxir-oqibat bizga sof va
abadiy quvonch bag'ishlaydi. Shuning uchun men ichki, uzoq
davom etadigan baxtni haqiqiy quvonch, vaqtinchalik hissiy
.zavqlarni esa shunchaki zavq deb bilaman

Quyoshga millionlab kilometr uzoqlikdan kosmosda
qarasangiz, bu ulkan yulduz bizning Yerimizdan ancha
.kichikroq ko'rinadi

Biroq, Yerning diametri taxminan 7900 milni tashkil
qiladi, Quyoshning diametri esa Yernikidan yuz baravar
katta. Agar siz Yer sayyorasini to'g'ridan-to'g'ri Quyoshning
oldiga qo'ysangiz, u Quyoshga nisbatan kichik bir nuqta
.bo'lib ko'rinadi

Tasavvur qilaylik, qudratli quyosh maydoni kengayib,
ulkan massasi butun moviy osmonni yutib yubormaguncha
kengayib bormoqda. Biz ko'rib turgan osmon cheksiz olamni
qamrab olgan fazoning kichik bir qismi, hatto mayda bir
.zarrasi

Agar quyosh kengayib, cheksiz kosmosga cho'zilib borsa
.ham, u baribir cheksizlikni qamrab ololmaydi

Kichiklik va cheklilikning kosmik illyuziyasi ongning bu
.kosmik kenglikni idrok etishini cheklaydi va oldini oladi

Bu mutlaq bo'shliq qaerdan paydo bo'ldi va uning

?chegaralari qayerda

O'lchovlar yoki o'lchovlarga bo'ysunmaydigan, chegarasi
yoki kelib chiqishi bo'lmagan Zot - bu hamma joyda mavjud
bo'lgan va kosmosning eng chekka joylarida mavjud bo'lgan
Xudodir. U uzoq, olis yulduzlarda. Xuddi sizda va mening

ichimda mavjud bo'lgani kabi, u egallagan har bir makonni, .kichik yoki katta bo'lishidan qat'i nazar, ongli ravishda biladi

O'tmish insoniyatning ko'p qismi uchun noma'lum, tanlangan bir nechta ma'rifatli shaxslar bundan mustasno.

Shunga qaramay, o'tmishni bilmasligimiz ham bizning foydamizga. Agar biz bu hayotda va oldingi hayotlarda qilgan barcha ishlarimizni bilsak, harakatlarimizning ko'pligidan hayratda qolib, butunlay hayratda qolardik.

Bizning irodamiz hatto shokdan falaj bo'lib, bizni izlanishlarimizni davom ettirishga ojiz qilib, umidsizlikka tushib qolishi mumkin. Hatto bu dunyoviy hayotda ham unutish Xudoning ne'matidir, bu bizning fikrlarimiz va his-tuyg'ularimizni o'tmish xotiralari, ayniqsa achchiq va og'riqli xotiralar bilan band qilishiga yo'l qo'ymaydi. Yaxshiyamki, ichimizdagi ilohiy uchqun doimo umid va hayotning uzluksiz sayohatini davom ettirish istagi bilan porlaydi. Biz bu ikki ne'mat uchun Xudoga shukur qilishimiz kerak: o'tmishni .unutish qobiliyati va kelajakka umid

Taqdir iroda erkinligi yo'lida to'siqlar qo'yadi degan xulosaga kelmasligimiz kerak. Biroq, ko'pchilik odamlar taqdir va taqdirga bog'laydigan salbiy ta'sirlarga qarshi turish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz va ichki e'tiqodimizga muvofiq tanlov erkinligimizdan foydalanishimiz kerak, agar bu e'tiqodlar sog'lom imonga asoslangan va ilohiy qonunlarga asoslangan bo'lsa, ularsiz inson haqiqiy .baxtni tatib ko'rolmaydi

Biror harakatni boshlaganimizda, biz noqulay vaziyatlardan qo'rqmasligimiz kerak, aksincha, iroda va tanlov erkinligini amalga oshirish yo'lida hech narsa to'sqinlik

qila olmasligiga mutlaq ishonch bilan, maksimal darajada
.optimistik bo'lishimiz kerak

Insonlar ko'pincha daryo yuzasida suzib yurgan bargga
o'xshaydi va ular o'zlarini illyuziya va vayronagarchilik
sharsharalariga olib boradigan avtomatik odatlar oqimidan
chiqarib olishlari kerak. Ko'pchilik odamlar befarq bo'lib
.tuyuladi va o'zlarini oqim olib ketishiga yo'l qo'yadi

Agar maqsadimizga erisha olmasak, unga erishishimizga
to'sqinlik qilgan o'zimiz yaratgan to'siqlar borligini bilvosita
tan olishimiz mumkin. Biz xohlagan natijaga erishish uchun
sabr-toqatli bo'lishimiz va sa'y-harakatlarimizni ikki baravar
oshirishimiz kerak. Shuningdek, to'siqlar va qiyinchiliklar
qanchalik kuchli va dahshatli bo'lmasin, ularni yengib
o'tishga kuchimiz borligiga o'zimizni ishontirishimiz kerak.
Barcha urinishlarimizga qaramay, muvaffaqiyatsizlikka
uchrasak ham, umidsizlikka yoki umidsizlikka hojat yo'q,
agar inson irodasi o'zimiz yaratgan taqdirdan kuchliroq
ekanligini tushunsak. Shuning uchun, qancha marta
muvaffaqiyatsizlikka uchrasak ham, urinishni
to'xtatmasligimiz kerak, chunki har doim ochiq eshiklar bor.
Bizga muvaffaqiyat berilmaguncha shunchaki harakat
qilishda va urinishni takrorlashda davom etishimiz kerak.
Agar biz Unga tayansak va kerakli kuch sarflasak, Xudo bizga
yordam beradi. [Yo'ldan yurgan odam manzilga yetadi va
Xudoga ishongan odam hafsalasini pir qilmaydi]

Inson biror narsani shiddat va qat'iyat bilan istasa, bu
istak qayerga bormasin va nima bilan band bo'lmasin, uning
ongidan hech qachon chiqmaydi. Doimiy va tinimsiz faoliyati
orqali bu istak ulkan qat'iyat va g'ayratga ega. Bu ichki
pichirlash mexanik iltijolardan ko'ra kuchliroq va samaraliroq

bo'lib, u shunchaki lablarni qimirlatadi. Xudoni sevuvchilar shunday harakat qilishadi. Ular Unga bo'lgan sevgilarini tinimsiz pichirlashadi, ularning samimiy pichirlashlari kundalik faoliyati davomida eshitilmay qoladi. Bu samimiy pichirlash ularni chalg'itmaydi yoki boshqa vazifalari bilan ziddiyatga olib kelmaydi. Xudoga bo'lgan istaklari o'sib borishi bilan, Unga bo'lgan sevgilari chuqurlashadi va kuchayadi, toki ular Uning huzurini his qilmaguncha va Uning nurini qalb ko'zi bilan ko'rmaguncha. Ular cheksiz quvonchni tatib ko'rishadi va ta'riflab bo'lmaydigan tinchlikni his qilishadi.

Xudo bizga hayotda kerak bo'lgan saboqlarni yuboradi, toki biz ulardan foyda olishimiz, tushuncha va tajriba orttirishimiz mumkin. Kimki bu saboqlardan qochsa, qancha vaqt ketishidan qat'i nazar, ularni o'rganishga majbur bo'ladi.

Agar har bir sinovdan saboq olsak, u bizga do'st, agar imkoniyatni qo'ldan boy berib, nolish, xafa bo'lish va noto'g'ri mulohaza yuritish bilan noto'g'ri foydalansak, u zolim despotdir.

Hayotni to'g'ri tushunish va unga to'g'ri munosabatda bo'lganimizda, u go'zal va asoratlardan xoli bo'ladi.

-

psixologik holatlar

Inson abadiy quvonch to'lqinlarida, qayg'uning notinch suvlariga cho'kib keta olmaydi yoki zerikish tubida cho'kib

keta olmaydi. Qarama-qarshi ikkilanishlar dunyosida oddiy odam ko'tarilish va pasayishlarga duchor bo'ladi - baxt to'lqinlarida ko'tariladi, befarqlik tubiga cho'kadi va qayg'uning g'azablangan to'lqinlari tomonidan uloqtiriladi - kamdan-kam hollarda boshqa ong holatini boshdan .kechiradi

Vaziyatning fikrlarni shu tarzda o'zgartirishiga yo'l qo'yish, o'z irodasini injiq va doimo o'zgarib turadigan taqdirga taslim bo'lishni anglatadi. Muvaffaqiyatli va mazmunli hayot kechirish uchun insonga aqliy muvozanat kerak va bunga faqat diqqatni jamlagan fikrlash va hissiy .qobiliyatlarini nazorat qilish orqali erishish mumkin

Hatto eng chuqur qayg'ular ham vaqt o'tishi bilan tuzalib ketadi, shuning uchun hayotimizning har bir kunida qayg'u haqida o'ylashning ma'nosi yo'q. Yaqin insonimizni yo'qotish uchun doimo qayg'urish na ularga, na bizga yordam bermaydi va bu hech narsani o'zgartirmaydi. Xuddi shunday, o'zini pastlik kompleksida rivojlantirish yoki o'tmishdagi xatolar yoki muvaffaqiyatsizliklar uchun o'zini jazolash samarasizdir; bu faqat hayotni baxtsiz qiladi va .aqliy qobiliyatlarni bo'g'ib qo'yadi

Biz zerikarli tartiblar chuquriga tushib qolishimizga yo'l qo'ymasligimiz kerak, chunki bu psixologik holat qulay emas, chunki u ongni bezovta qiladi va yashirin qobiliyatlarni .befarqlik o'chog'ida yoqadi

Muvaffaqiyatsizlikni ildizidan yo'q qilish kerak, hayot
dalalarini tirishqoqlik va qat'iyat bilan shudgorlash va
Xudoning yordami bilan mo'l hosil olish uchun yaxshilik
.urug'lari bilan ekish kerak

Hech kim ilgari qilmagan ishni qiling — dunyoni
hayratda qoldiradigan ish qiling. Xudoning ijodiy kuchi siz
.orqali ishlayotganini ko'rsating

Xotirjam va olijanob fe'l-atvorga ega odamlar
fikrlarimizni jozibali va sog'lom qilishga yordam beradi. Inson
o'zining intellektual ozuqasini tinch yoki buzg'unchi
muhitdan oladimi, aniqlash qiyin emas. Xavotir, qayg'u va
tartibsizliklarning barchasi noto'g'ri odamlar, xoh do'stlar,
xoh qarindoshlar bilan muloqot qilishdan kelib chiqadi, bu
.esa xavotirli fikrlar va notinch kayfiyatga olib keladi

Tana energiya va faollikni jismoniy oziq-ovqatlardan
oladi, magnitli oziq-ovqatlar esa tanani ham, ongni ham tirik
energiyaga aylantirib bo'lmaydigan qattiq va suyuq oziq-
ovqatlarga qaraganda hazm qilish osonroq bo'lgan energiya
.zaryadlari bilan ta'minlaydi

Jaholatni donolikka, zaiflik va ojizlikni sog'liq va hayotga
aylantira olsangiz, hayot yo'llarida ishonch bilan va jasorat
bilan — hatto yolg'iz bo'lsangiz ham — yura olsangiz, tirik va
hushyor vijdonga, Xudoning adolatiga va to'g'rilikning
noto'g'rilik va haqiqatning illyuziya ustidan g'alaba
qozonishiga sobit ishonchga ega bo'lishdan ichki quvonchni
topsangiz va har kuni fikrlaringizni yuqori va yanada nafis
darajalarga ko'tarishga intilsangiz, boshqalarga nisbatan
mehrli va minnatdor qalb va yaxshi niyatlarga ega
bo'lsangiz, intellektual ozuqangiz magnitga aylanadi va siz
xavfsizlik va osoyishtalik sohillariga yo'lingizni davom ettirish

uchun zarur bo'lgan barcha go'zal va foydali narsalarni —
narsalar, odamlar va sharoitlarni o'zingizga jalb qilasiz. Va
nihoyat, sizga kerak bo'lgan narsalarni olish uchun harakat
qilsangiz va Xudo bergan narsalardan qoniqsangiz, dunyoviy
istaklarga berilib, uning o'tkinchi zavqlariga ochko'z
bo'lganlardan ko'ra ruhan boyroq va ko'proq qoniqarli
.bo'lasiz

Rahm-shafqat har bir qalbni boshqa qalblar bilan
bog'laydigan ko'prikdir. Rahm-shafqat har bir qalbgga olib
.boradigan darvozadir

Inson boshqa barcha odamlardan ustun bo'lgan yagona
haqiqiy do'st bo'lgan Xudoni izlaganda, barcha insoniy
munosabatlarda - oilaviy, birodarlik, nikoh va ma'naviy
munosabatlarda chinakam do'stlikni o'rnatish mumkin
bo'ladi. Do'stlik nikoh munosabatlarida muhim element
hisoblanadi va intellektual va hissiy yaqinlik, ma'naviy
jozibadorlik hissi va chinakam sevgi ustuvor bo'lishi kerak.
Haqiqiy sevgi va jismoniy jozibadorlikni farqlay
.olmaydiganlar qayta-qayta hafsalasi pir bo'ladilar

Nikoh yuksak ideallar va o'zaro hurmatga asoslanganda,
u bir-birining hayot yukini yengillashtiradigan va o'zaro
hamdardlik va do'stona tushunish bilan yashash
tashvishlarini yo'qotadigan ikki mehribon va hamkorlikka
asoslangan qalb o'rtasidagi baxtli va muvaffaqiyatli ittifoqqa
.aylanadi

Agar men boshqalarning fikrlari va harakatlariga ta'sir
qilishiga yo'l qo'ymasam, hech kim meni boshqara olmaydi
.yoki irodamni tortib ololmaydi

Agar siz fikrlash tarzingizni materiya bilan cheklasangiz,
hamma narsani moddiy nuqtai nazardan ko'rasiz. Ammo
ongingizni ma'naviy ong holatiga ko'targaningizdan so'ng,
siz Xudoning nurining keng tarqalgan oqimini barcha
materiyadan tashqariga oqib chiqayotganini ko'rasiz va
.hamma narsani ma'naviy nuqtai nazardan ko'rasiz

Rabbim, men o'z qobiliyatlarimni o'rganish va ma'naviy
salohiyatimni kashf etish uchun cheksiz imkoniyatga ega
ekanligimni anglayman. Bugun men fikrlarimni nekbinlik
bilan to'ldiraman va o'zimni yoqimsiz tajribalardan
uzoqlashtiraman. Men tanamni, ongimni va ruhimni
muvozanatli va uyg'un tarzda tarbiyalaydigan narsalarni
.mashq qilaman

Men moddiy bog'liqliklarni yuqori intilishlar bilan
almashtiraman
Va men sodiq ruh har doim men bilan ekanligini
anglayman

Hayot va o'lim raqsi doimo mavjud, lekin men o'zimning
ma'naviy kimligimni saqlab qolish orqali o'zimni abadiy ozod
qilaman. Sinovlar va azob-uqubatlar bo'ronlariga duch
kelganimda, ma'naviy qayig'imda hayot dengizi orqali
.xavfsiz, ilohiy qirg'oqlarga suzib ketaman

Men ishlayotganimda va ijod qilayotganimda, Xudo men
orqali ishlayotganini eslayman, U koinotning Parvardigori va
men U bilan chuqur mulohaza yuritish orqali bog'lana
.olaman

Sevimli Xudoyim, hayotimda qaysi g'oya eng kuchli
ekanligiga qarab, fikrlarim menga muvaffaqiyatsizlik yoki
muvaffaqiyat keltirishini tushunaman. Va men Sen yordam
qo'lingni cho'zayotganingni va muvaffaqiyatim uchun yo'l
.tayyorlayotganingni eslashga harakat qilaman

Menga balo va baxtsizliklar tushganda, men kuchimni
to'playman va ularni yengish qarorimni mustahkamlayman.
Men hamma bilan muomala qilishda samimiy va halol
bo'laman va sevgi va ezgu tilaklar haqida fikrlarni
tarqataman. Shunda Xudo meni O'z kuchi va donoligi bilan
.qo'llab-quvvatlaydi

Ruhiy kasalliklar va ularni davolash
Usta Paramhansa Yogananda

Nomutanosib va nomutanosib inson qiyofalari guruhini
:tasavvur qilishga harakat qiling
No'xat kattaligidagi kichkina boshli va tuya kattaligidagi
!katta tanasi bo'lgan biri
Boshqasining qo'li Shimsho'n yoki Gerkulesning qo'li
!kabi qudratli va tanasi mitti tanasi kabi
Uchinchi esa ulkan filning boshi va ozg'in sichqonning
!tanasiga ega
Agar siz to'satdan g'alati va nomuvofiq tarkibga ega
olomonni ko'rsangiz, bu manzara siz uchun hayratlanarli va
?hayratlanarli yoki qayg'uli va afsuslanarli bo'lmaydimi
Endi tashqi ko'rinishi va qiyofasi normal bo'lgan, ammo
ruhiy jihatdan muvozanatsiz va psixologik jihatdan
.nosog'lom bo'lgan yana bir guruh odamlarni tasavvur qiling
Kiyimlar yaralar, yaralar va boshqa jismoniy nuqsonlarni
yashirgani kabi, kuchli, sog'lom tana va chiroyli, nurli yuz

ham ko'plab jiddiy ruhiy kasalliklar va tug'ma nuqsonlarni
.yashiradi

Agar siz o'zining nafis ko'rinishi va sog'lomligi bilan
ajralib turadigan oddiy odamlarning katta guruhini
uchratsangiz va ularning ruhiy tanalariga ruhiy
qarashlaringiz bilan kira olsangiz, bu ajablanarli bo'lar edi va
siz kashf etgan narsalardan chuqur qayg'uga botishingiz
.mumkin

Siz ularning ruhiy tanalarini quyidagicha kuzatishingiz
:mumkin

Aql bosh bilan, sezgi va his-tuyg'ular tana bilan, iroda
esa qo'llar va oyoqlar bilan ifodalanadi, ularning barchasi
.g'ayritabiiy, kasal va deformatsiyalangan

Ba'zilarining kichkina boshi va rivojlanmagan donoligi,
xudbin ambitsiyalar va shahvoniy istaklar bilan to'lib toshgan
.bo'sh tanaga o'rnatilganini ko'rasiz

Shuningdek, ba'zi odamlarning qo'llari juda rivojlangan,
funksional bo'lsa-da, ularda hissiyot va hayotiylik yo'qligi
.aniqlanadi

Boshqalar katta, ijodiy miyaga ega bo'lishi mumkin,
ammo ularning hamdardligi va hissiy qobiliyati susayadi va
atrofiyaga uchraydi. Va normal jismoniy va ruhiy
konstitutsiyaga ega, ammo irodasi va o'zini tuta bilishi zaif
.yoki falaj bo'lgan yana bir toifadagi odamlar bor

Va kuzatishlar ro'yxati davom etmoqda va umringiz
!uzoq bo'lsin

Ruhiy tanalardagi ba'zi jihatlarda rivojlanmagan,
boshqalarida esa haddan tashqari rivojlangan son-sanoqsiz
psixologik buzilishlar odamlarda mavjud - garchi yashirin
bo'lsa ham. Ular ularga psixologik og'riq keltiradi va o'z
iste'dod va qobiliyatlarini kerakli darajada namoyish
.etishlariga to'sqinlik qiladi

Bu yerda ba'zi psixologik kasalliklarni ko'rib chiqish
barcha insoniy muammolarning asosiy sabablarini
aniqlashga yordam berishi mumkin, shunda ular hech

bo'lmaganda ulardan aziyat chekadigan barcha odamlarga, hatto ongsiz ravishda ham ma'lum bo'ladi, shunda ular bu nuqsonlarning mohiyatini, ularning alomatlarini va psixikaga jimgina kirib borishini tushunishlari mumkin, shunda ular tinchlik va baxtning sudralib yuruvchi vayronkorligini qaytara .olishlari mumkin

ruhiy melanxoliya

Bu kasallik ruhiy ishlarga berilib ketish bahonasida intellektual va jismoniy jihatdan faol bo'lmaganlar orasida keng tarqalgan. Bu azob chekkan shaxslar Xudoga xizmat qilish niqobi ostida moddiy hayotning asosiy va kichik vazifalarini e'tiborsiz qoldiradilar va shu tariqa o'zlariga jiddiy zarar yetkazishi mumkin bo'lgan Shaytonga ochiladilar. Ular pessimizm va atrofdagi foydali yoki go'zal narsalarga nisbatan qadrsizlikdan aziyat chekishadi. Bu yuqumli kasallik va ma'naviy intilishlarga ega bo'lgan barcha odamlar undan ehtiyot bo'lishlari va ijobiy fikrlash, optimistik qarash va sog'lom, samarali mehnat orqali o'zlarining hayotiy kuchlarini va immunitetlarini doimiy ravishda saqlab, o'zlarini .undan xalos qilishlari kerak

ruhiy hazmsizlik

Bu tasodifiy (mast qiluvchi), ya'ni yaltiroq nomlar ostida ro'yxatdan o'tgan va soxta ruhiy kitoblar va saboqlar ko'rinishida taqdim etilgan ko'p miqdordagi tayyor psixotrop dorilarni tezda qabul qilish natijasida sodir bo'ladi, bu esa firibgarlik va sehrigarlik san'atida tajribaga ega bo'lgan "ruhiy .shifokorlar" tomonidan taqdim etiladi

Bu kasallik nafaqat haqiqatni bilishga bo'lgan ma'naviy ochlikni o'ldiradi, balki yaxshi va yomonni, foydali va zararlini .farqlash qobiliyatini ham yo'q qiladi

Doimiy ravishda ilohiyotshunoslik g'oyalarini iste'mol qiladigan va qo'lga tushgan hamma narsani iste'mol qiladigan kishi nafaqat ortiqcha ovqatlanadi, balki foydali g'oyalar bilan birga zaharli g'oyalarni ham iste'mol qiladi, bu

esa o'ziga intellektual hazmsizlikni va shu tariqa sekin ruhiy
.o'limni keltirib chiqaradi

Turli ma'naviy va falsafiy g'oyalarni haddan tashqari va
uzluksiz o'rganish, ularni ajratmasdan yoki shaxsiy tajriba
orqali hazm qilish va ularning haqiqiylikni aniqlash uchun
harakat qilmasdan, oxir-oqibat barcha ma'naviy tamoyillar
va qonunlarga shubha, befarqlik va ishonchsizlikni keltirib
.chiqaradi

Ehtiros va obsesyon

Bu kasallikka chalinganlar pul va vaqtlari ko'pligi,
maqsad va hayotni to'g'ri tushunishga ega emasliklari
.sababli behuda, ma'nosiz hayot kechirishadi

Bu odamlar o'z xohish-istaklari bilan boshqariladi; ular
xayollariga kelgan va o'zlarini xursand qiladigan narsani
qilishadi. Ular hayotlarini arzon, arzimas romanlar, shov-
shuvli filmlar va yuzaki, ma'nosiz o'yin-kulgilar bilan
to'ldirishadi. Ular bu xavfli kasallikka chalinganliklarini og'ir
shok yoki asabiy tushkunlikka tushmaguncha, ya'ni zarar
.yetkazilgandan keyin anglamaydilar
ruhiy sovuqlik

Bu holatning boshqa nomi ham bor: umidsizlik. Inson
qachon paydo bo'lishini va umidsizlik, murosasizlik, xavotir
va sabrsizlik kabi og'riqli alomatlarini boshdan kechirishini
hech qachon bilmaydi. Bundan ham yomoni, u ko'pincha
uzoq davom etadi va uning qurbonlari tez tuzalib ketganiga
.ishonsalar ham, tez-tez osongina qaytalanadilar

Psixologik katar

Bu kasallik surunkali dunyoviy tashvishlar haqida
o'ylashdan kelib chiqadi. Undan aziyat chekadiganlar odatda
o'zlarining iroda qurolidan foydalanishni e'tiborsiz
qoldiradilar va shu tariqa doimiy qo'rquvlariga jasorat bilan
qarshi turish va ularni go'dakligida yo'q qilish o'rniga, ularga
.passiv va itoatkorlik bilan bo'ysunadilar
g'ayritabiiy psixologik bog'liqlik

Bu kasallik qurbonlari baxtga intilishda bir tomonlama bo'lib qoladilar. Baxt boylik to'plash, shon-shuhratga erishish yoki sog'liq yoki kuchga ega bo'lishda ekanligiga ishonib, ular o'zlarining yonayotgan ambitsiyalari qurbongohida hamma narsani - sog'liqni, yaxshi obro'ni, xotirjamlikni, sharafni va qadr-qimmatni qurbon qiladilar. Juda kech, ular faqat muvozanatli hayot, tabiat qonunlari va Xudoning amrlarini hurmat qiladigan va faoliyatni xotirjamlik bilan uyg'unlashtiradigan hayot haqiqiy baxt keltirishi va olijanob hayotning maqsadini amalga oshirishi mumkinligini .anglaydilar

Nosog'lom bog'lanish buzilishlaridan aziyat chekayotganlar cheksiz orzu-havaslar bilan band bo'lib, hayotga nisbatan buzuvchi va noto'g'ri qarashga olib keladi. Masalan, bir biznesmen katta muvaffaqiyatga erishdi va boylik orttirdi, ammo boyligidan bahramand bo'lishdan oldin, haddan tashqari tashvish va qo'rquv tufayli asabiy .tushkunlikka tushib, yuragi ezilib vafot etdi Boshqalar esa maqsadga erishish uchun hamma narsa joiz deb hisoblashadi. Ushbu chalkashlik tufayli ular o'zlarining asl maqsadlarini sog'inlashadi va hatto orzu qilgan narsalariga ega bo'lishsa ham, eng kichik qoniqishga ham erisha olmaydilar, chunki inson tabiati ulkan va ko'p qirrali bo'lib, barcha darajalarda muvozanatli rivojlanishni talab .qiladi

Ko'r-ko'rona ruhiy yopishish Muayyan e'tiqodlarga nisbatan bu g'ayritabiiy fanatizm muayyan fikrlar va g'oyalarni shubha ostiga qo'ymasdan yoki tekshirmasdan ularga yopishib olishdan kelib chiqadi, shu bilan birga bu kasallikka chalinganlarda har qanday sog'lom ma'naviy g'oyaga yoki ochiq va ozod fikrga nisbatan g'azab va adovatni keltirib chiqaradi. Bu izolyatsiya intellektual samaradorlik, moddiy farovonlik, ruhiy va jismoniy

salomatlik, shuningdek, barcha kelib chiqishi bo'lgan odamlarga bo'lgan sevgi va hurmatda namoyon bo'ladigan .Xudoning qonunlariga qarshi isyonga olib keladi

Ma'naviy tamoyillarni singdirish

Jismoniy kasalliklar sezilarli, og'riqli va yoqimsiz bo'lgani uchun, ular bizni ularga faol qarshilik ko'rsatishga undaydi va bizni jismoniy mashqlar va sog'lom ovqatlanishdan tortib, turli xil dori-darmonlar va dorilargacha bo'lgan turli terapevtik usullar orqali ularni yengishga undaydi. Biroq, psixologik kasalliklar, barcha insoniy og'riq va qo'rquvning asosiy sababi bo'lishiga qaramay, yetarlicha shoshilinch ravishda oldini olinmaydi yoki davolanmaydi va hayotimizga .vayronagarchilik va halokat keltirishiga yo'l qo'yiladi

O'qituvchilar, jismoniy tarbiya o'qituvchilari, voizlar, islohotchilar, shifokorlar va qonun chiqaruvchilar avval o'zlari bilan boshlab, keyin boshqalarga inson tabiatini hayot qonunlari va sog'lom hayot tamoyillariga muvofiq muvozanatli va uyg'un tarzda rivojlantirishning to'g'ri usullarini o'rgatganlarida, taraqqiyotni oldinga siljita oladilar.

Bu butun dunyo bo'ylab odamlarga kerak bo'lgan chinakam .samarali ta'lim va keng qamrovli insoniy madaniyatdir

Ta'lim muassasalari ushbu tamoyillar va turli diniy ta'limotlar o'rtasidagi chalkashlik tufayli davlat maktablarida ma'naviy asoslarni o'qitishni imkonsiz deb hisoblaydi. Biroq, agar ushbu muassasalar tinchlik, sevgi, xizmat, imon, ochiq fikrlilik va boshqalarni qabul qilish kabi umumbashariy tamoyillarga - mustahkam o'rnashgan ma'naviy doimiylarga - e'tibor qaratgan bo'lsa va bu tamoyillarni bolalar ongi va qalbining unumdor tuprog'iga singdirishning amaliy usullarini ishlab chiqsalar, bu taxmin qilingan va xayoliy qiyinchilikka oqilona va maqbul yechim topilishi mumkin edi. Bu masalani shunchaki u bilan bog'liq ko'rinadigan qiyinchiliklar tufayli .e'tiborsiz qoldirish jiddiy xatodir

Kollej bitiruvchilarining aksariyati universitetni kitoblar mazmunidan shunchalik og'ir va shishib ketgan holda tark

etadilarki, ular hayot yo'llaridan zo'rg'a yura oladilar, chunki ularning irodasi va o'zini tuta bilish qobiliyati beparvolik va foydalanmaslik tufayli deyarli falaj bo'lib qolgan. Shuning uchun siz ularning beparvolik bilan harakat qilayotganini va yomonlashayotganini, tengsiz nikohlar tubiga shoshilayotganini, jinsiy hayotlaridan noto'g'ri foydalanayotganini, pulning ortidan quvayotganini va akademik jihatdan rivojlangan aqllarining o'tkir pichog'ini qanday qilib to'g'ri ishlatishni o'rganmaganliklari sababli martabalarida muvaffaqiyatsizlikka uchrayotganini ko'rasiz.

.Natijada, ular o'zlarini kesib, o'zlariga zarar yetkazadilar G'alati, ko'plab yoshlar oxir-oqibat ularga zarar va azob keltiradigan faoliyat bilan shug'ullanishdan zavqlanadiganga o'xshaydi. Ba'zilar hech qanday cheklov yoki to'siqsiz o'g'irlik va boshqa qonunbuzarliklarga, hatto jinoiy harakatlarga murojaat qilishadi. Jamiyatda illatlarning tarqalishining oldini olmaganlar ba'zilarining noto'g'ri xatti-harakatlarini rag'batlantiradilar. Vijdonli va chinakam e'tiqodli har bir inson boshqalarga halollik, halollik, qadr-qimmat va o'zini hurmat qilish borasida yaxshi o'rnak bo'lishi kerak. Maktablar, kollejlari, universitetlar va ijtimoiy muassasalar jinoyatchilikning asosiy sabablarini bartaraf etish orqali uni kamaytirish uchun yetarli ilmiy usullarni taqdim etmaydi, bu .asosan ongda uchraydi

Baxtli va muvaffaqiyatli hayot san'atini o'rgatish, insonning salohiyatini rivojlantirish va o'z qobiliyatlarini .oshirish uchun maxsus maktablar ham tashkil etilishi kerak Bunday maktablar yosh ong o'sib-ulg'ayadigan bog'lar va parklarga o'xshaydi. O'qituvchilar ehtiyotkorlik bilan tanlanishi va ota-onalar va jamoatchilikning hamkorligi ta'minlanishi kerak. Bu maktablar shaxslarni yanada samarali shakllantirishga yordam beradi. Shuni yodda tutish kerakki, insonning dastlabki bosqichlarida uning ma'naviy ozuqasi uning sog'lig'i va keyinchalik o'sish qobiliyatini .belgilaydi

Zamonaviy maktablarda qo'llaniladigan aqliy va jismoniy
tarbiya usullari, shubhasiz, foydali, ammo ularda ma'naviy
asos yo'q. Fazilatli xarakterni rivojlantirmasdan o'sish to'liq
.bo'lmaydi

Jismoniy, aqliy va ma'naviy rivojlanish fanlari aqli hali
nozik va moslashuvchan bo'lgan va kuchlari hali ma'lum
.yo'llar bilan yo'naltirilmagan yoshlarga o'rgatilishi kerak

Har tomonlama tayyorgarlikdan so'ng, ushbu
maktablarning o'quvchilari doimiy ravishda refleksiv
imtihonlardan o'tishlari kerak va olingan sertifikatlar
mustahkam sog'liq, yaxshi obro', samaradorlik, moddiy va
ma'naviy boylik, baxt, muvaffaqiyat va o'ziga ishonch
.bo'ladi

Bu yer yuzidagi sayohat oxiridagi yakuniy imtihon
natijalari umr bo'yi qo'shimcha imtihonlar davomida olingan
aqliy va ma'naviy yutuqlar hamda sertifikatlarning umumiy
.yig'indisiga qarab aniqlanadi

Ushbu oxirgi, eng buyuk sinovdan muvaffaqiyatli
o'tganlar o'zini o'zi ta'minlashning muqaddas sertifikatini va
.erkin, sof va quvonchli vijdonni oladilar

Va qalb sahifasida abadiy yozilgan ne'matlar
Bu noyob sovrinni kuyalar buzib ko'rsatmaydi

Va o'g'rilarning qo'llari unga yetmaydi

Yoki vaqt uni yo'q qiladi

Bu pasport bo'lib xizmat qiladi

Solihlar guruhining faxriy a'zoliqi uchun

Baxt qayerda yotadi?

**Xudo O'zining mutlaq rahm-shafqati bilan bizga
quvonch va ilhom baxsh etadi**

Va bu bizga haqiqiy hayotni beradi

Haqiqiy donolik

Va haqiqiy baxt

Haqiqiy tushuncha hayotimizning barcha xilma-xil tajribalari orqali keladi

Lekin Xudoning ulug'vorligi faqat ruh boshdan kechiradigan ma'naviy xotirjamlikda va ongning U bilan uyg'unlashishga bo'lgan astoydil urinishida namoyon bo'ladi. U yerda biz haqiqat bilan yuzma-yuz turamiz. Tashqarida illyuziyalar nihoyatda kuchli va juda kam odam tashqi muhit ta'siridan qochib qutula oladi. Dunyo cheksiz murakkabliklari va son-sanoqsiz sinovlari bilan davom etmoqda. Xudoning ovozi hayotning ko'rinishlari ortida yashiringan bo'lib, bizni doimo gullar, muqaddas yozuvlar, vijdonimiz va hayotni yashashga arziydigan barcha go'zal narsalar orqali chaqiradi va biz bilan gaplashadi.

Tashqi narsalarga qanchalik ko'p e'tibor qaratsak, ichki shon-sharafni shunchalik kam his qila olamiz; va ichkariga qanchalik ko'p murojaat qilsak, tashqi qiyinchiliklarga shunchalik kam duch kelamiz. Bu doimiy tenglama. Ammo ko'pchilik odamlar dunyoviy do'stlik, ular yashayotgan jamiyat va nosog'lom odatlar ta'siri tufayli bu haqiqatni anglamaydilar. Jamiyat insonni yuzaki masalalar bilan band qilib, ularni chuqurroq haqiqatlar haqida o'ylashga to'sqinlik qiladi.

Hatto ma'naviy joylarga ham ba'zilar ularning muborak muhitidan foyda olishni chin dildan istamasdan tashrif buyurishadi, shuning uchun ular bu tashriflardan hech qanday e'tiborga ega bo'lmaydilar.

Kim Xudoni ko'rishni istasa, Uni hamma joyda topadi. Inson odatlari halokatli, yirtqich va ochko'zdir; ular yo'q qiladi, vayron qiladi va yo'q qiladi. Insoniyat bor narsasidan baxtli va qanoatli bo'lishni o'rganish vaqti keldi. Bizga kelganidan boshqa hech narsani xohlamasligimiz kerak. Xudo saxovatli; U bizga nima

kerakligini biladi va uni o'z vaqtida beradi. Bu biz hech qanday harakat qilmasdan Xudoga tayanishimiz kerak degani emas. Umuman yo'q. Bu biz o'z hissamizni qo'limizdan kelganicha qilishimiz va qolganini bizni hech qachon muhtoj va loyiq bo'lgan narsadan mahrum qilmaydigan Xudoga qoldirishimiz kerakligini anglatadi.

Abadiy baxtli bo'lishning eng yaxshi yo'li - bu Xudoning borligini his qilishdir. Bizning eng oliy istagimiz Xudoni bilish va U bilan birga bo'lishga qaror qilish bo'lishi kerak. Xudo bizning fikrlarimiz va his-tuyg'ularimizda birinchi o'rinda turishi kerak va biz Uni hayotimizdagi eng kuchli va eng mustahkam ustun deb bilishimiz kerak.

(Shunday ekan, Allohning arqonini mahkam ushlang va Undan panoh so'rang)

Chunki agar boshqa barcha ustunlar seni yo'qotsa, u ustundir

Men hayotning yagona maqsadi Xudoni bilish ekanligini angladim. Xudoni topish hayotning asosiy maqsadi ekanligiga ishonmaydiganlar ham bor. Lekin hech kim hayotning maqsadi baxt topish ekanligini inkor eta olmaydi. Va men to'liq ishonch va anqlik bilan aytamanki, Xudo eng oliy baxtdir. U oliy saodatdir. U mutlaq, umuminsoniy sevgidir. U U bilan uyg'unlikda bo'lganlarning qalbini hech qachon tark etmaydigan abadiy quvonchdir. Xo'sh, nega biz bu mukammal baxtga erishishga intilmaymiz? Uni bizga boshqa hech kim bera olmaydi. Biz uni doimo o'zimizda rivojlantirishimiz va tarbiyalashimiz kerak. Tabiat kuchlari odamlarga dunyoviy zavqlarni berish uchun tinimsiz harakat qiladi, ammo bunday o'tkinchi zavqlar oxir-oqibat pushaymonlik, achchiqlanish va pushaymonlikka olib keladi. Hatto hamma narsaga ega bo'lib tuyulgan eng omadli odam ham baribir

chinakam baxtli bo'lmasligi mumkin. Ular dunyoviy narsalar bilan uzoq vaqt qanoatlanmaydilar, chunki bu narsalar ularning haqiqiy chanqog'ini qondirmaydi yoki ma'naviy ochligini qondirmaydi.

Moddiy boyliklar faqat soxta tinchlik va o'tkinchi qoniqish hissini beradi. Butun dunyo tartibsizlik va betartiblikka botgan, urushni keltirib chiqaradigan xudbin va ochko'z istaklar bilan to'lib-toshgan. Boshqa hech narsa urushni keltirib chiqarmaydi.

Hayot jangida haqiqiy qahramon o'zini yengib, istaklarini yengadigan odamdir. Pul, shuhrat, shahvat va bu tamoyilga zid bo'lgan barcha narsalar bizning tinchligimiz va baxtimizga zarar yetkazadi. Agar odamlar har doim hayotning asl qadriyatlari nuqtai nazaridan fikrlashni o'rgansalar, izlayotgan baxtlarini topadilar, ammo ular maqsadlaridan adashib, dunyoviy istaklar oqimi tomonidan olib ketiladi. Men hech qanday vasvasa meni o'zim tanlagan va ergashgan yo'limdan chalg'itolmasligini angladim.

Xudo menga bergan kuch bilan minglab odamlarni o'ziga jalb qila olaman, ammo bu yo'l menga zararli bo'lar edi. Qanday bo'lmasin, men minglab odamlarni o'ziga jalb qilishni va ularning ongini o'ziga jalb qilishni istamayman. Men faqat Xudoga sodiq samimiy shogirdlarni ko'rishni istayman. Xudoni sevadiganlar bu g'oyalardan zavqlanishadi va g'ayrati davom etayotganlar bu ta'limotlar orqali Xudoning marhamatlari va huzurini his qilishadi.

Inson Xudoni aldashi mumkin emas, chunki U doimo mavjuddir, ularning ongida nima borligini va nimani xohlashlarini biladi. Ular dunyodan voz kechib, ma'naviy uyg'unlikka intilganlarida, Xudo ularning oldiga keladi. Bu istak uni izlayotgan kishining qalbida ildiz otganida, Xudo bu qalbgga keladi va uni yaxshilik va baraka bilan to'ldiradi. Yashashga

arziydigan yagona narsa - bu Xudo bilan uyg'unlikda bo'lish va Uning marhamatiga erishishdir. Bu uyg'unlik abadiy ahd va buzilmas va'da bo'lishi kerak (Xudoning ahdiga rioya qiladigan va uni buzmaydiganlar).

Hamma boshqalarga qaraganda ko'proq boylik tilaydi. Hatto uni qo'lga kiritgan taqdirda ham, ular norozi bo'lib qoladilar va boshqa birovning boyroq ekanligini anglaydilar. Odamlar o'z xohish-istaklari bilan oziqlangan o'zlariga azob-uqubatlar botqog'ida yashaydilar. Biz bor narsamiz bilan qanoatlanishimiz kerak. Moddiy boyliklar baxt keltirmaydi; aksincha, ular ko'pincha tashvishlar, xavotirlar va xavotirlarni kuchaytiradi.

Xudoga olib boradigan yo'l eng sodda va oson yo'l, ammo ko'plab diniy marosimlar va rasmiyatchiliklarga qaramay, kam odam bu yo'ldan yuradi. Qalbimizni Xudoga qaratib, Undan biz uchun eng yaxshi va eng uzoq davom etadigan narsani so'rash yaxshiroqdir. Aslida, Xudo bizni kutmoqda, chunki U bizni yovuzlik va xavfdan uzoqlashtirmoqchi. U bizni qalbimizda va ongimizda U bilan birga bo'lishini xohlaydi, chunki bu dunyoning arzon buyumlari insonning xohishini qondira olmaydi yoki biz ichimizdagi chuqur his qiladigan ma'naviy bo'shliqni to'ldira olmaydi. Xudo doimo biz bilan gaplashadi, lekin Uning ovozini kam odam eshitadi. Bu jim ovoz ko'pincha shovqinli fikrlar va ochiq istaklar shovqini bilan bo'g'ilib ketadi. Ammo fikrlar tinchlanib, istaklar tinchlanganda, biz Xudoning ovozini aniq eshitamiz, garchi u jim va zaif bo'lsa ham. Darhaqiqat, Xudo insoniyatga yordam berish uchun hamma narsani qiladi, eshiklarni ochadi va yo'llarni yoritadi, toki biz qayerga qadam qo'yishimiz kerakligini ko'rishimiz mumkin, qoqilib ketmasligimiz

yoki yiqilib ketmasligimiz uchun. Ammo ko'pchilik bu haqiqatni anglamaydi.

Men odamlar shunchaki boshqalarni tinglash yoki kitob o'qish orqali bilimga ega bo'la olaman deb o'ylashlarini istamayman. Ular o'qigan va eshitganlarini qo'llashlari kerak. Ibodatxonalarga borish uyda qolib, behuda gaplarni tinglashdan afzalroq. Lekin hatto ibodatxonalarda ham inson qalbida Xudoning borligini his qilishi va uni qanday boshdan kechirishni bilishi kerak. Hissiy portlashlar va oqilona tahlillar bizga qalbimiz egallashni istagan bilimni bera olmaydi.

O'zimizni Xudoga topshirib, xudbin istaklar bilan xayrlashganimizda va Xudo doimo biz bilan ekanligiga, qalbimizda yashashiga va bizni yaxshi va ezgu fikrlar va his-tuyg'ular bilan ilhomlantirishiga amin bo'lganimizda, biz baxt va ozodlikka erishamiz va qalb ufqida donolikning quyosh chiqishiga guvoh bo'lamiz.

Tasavvur qiling-a! O'nlab yillar o'tgach, bizning mavjudligimiz orzu bo'ladi va hozir qilayotgan barcha narsalarimiz shu orzuning bir qismiga aylanadi. Hatto insoniyatning eng buyuk shaxslari ham inson ongining shunchaki shakllariga aylanadi. Ammo bu buyuk shaxslar o'zlarining asosiy maqsadlariga erishdilar, chunki ular eng yuqori darajaga yetdilar va ruhan tirik qolishdi, sodir bo'layotgan barcha narsalardan to'liq xabardor va ongli bo'lib qolishdi, chunki ular ilohiy ongda birlashgan. Ularning fikrlari va ta'limotlari orqali ular bilan uyg'unlashishga harakat qilgan har bir kishi muqarrar ravishda ularning borligini his qiladi, ularning marhamatlarini oladi va ular bilan chinakam birlikda ekanliklarini chuqur biladi.

Hayot - bu ulug'vor orzu. Ammo, hozir tanangizga qarab, uni hayotga to'la holda ko'rsangiz, bu orzuning

haqiqatligiga to'liq amin bo'lasiz. Baxtli bo'lish uchun u yoki bu narsaga erishishingiz kerak deb o'ylaysiz. Lekin qancha orzularingizni amalga oshirsangiz ham, ular orqali baxt topa olmaysiz. Qancha ko'p orzu qilsangiz, shuncha ko'p orzu qilasiz. Agar inson qulaylik, xotirjamlik va ichki mamnuniyatda yashashni istasa, orzular filtrlanishi va hayot soddalashtirilishi kerak.

Muqaddas Kitobda aytilishicha, istaklari doimo ichkariga (ruhiga) oqib keladigan odam yuksak ichki xotirjamlikka ega insondir. Bunda ular hech qachon o'zgarmaydigan yoki kamaymaydigan, balki tinimsiz oqib keladigan suv bilan to'la dengizga o'xshaydi. Ammo o'z xotirjamligining omborida istak teshiklarini yaratadigan va hayotiy suvlarning oqib ketishiga va isrof bo'lishiga yo'l qo'yadigan odam ma'naviy xotirjamlik va ichki baxt haqida hech narsa bilmaydi.

Bizga Xudoni biladigan, U bilan muloqot qilish qobiliyatiga ega va Uning borligini ongli ravishda his qiladiganlardan yo'l-yo'riq kerak. Payg'ambarlar bizdan Xudoni ichki xotirjamlikda, sodiq ruh va oliy ma'naviy quvonch yashaydigan qalbning yolg'izligida izlashni so'rashgan. Hindistonning ma'rifatli ustozlari ham bu g'oyalarni qo'llab-quvvatlaydilar va qalb tubida Ilohiy O'zini idrok etish uchun chuqur meditatsiya muhimligini ta'kidlaydilar.

Borliqdagi hamma narsa Xudoning ongi tomonidan boshqariladigan to'lqinsimon tebranishdir. Bu aqlli tebranish - bu Muqaddas Ruh yoki sodiq Ruh bo'lib, u bilan ibodat va meditatsiya orqali muloqot qilish mumkin.

Ruhingizning sukunatida va diqqatingizni jamlagan ongingiz bog'ida Mutlaq va Cheksizga bo'lgan muhabbat cheksizdir. Lekin agar avval pulga intilsak, Xudoni topish qiyin. Biz Xudoni

hayotimizning ajralmas qismiga aylantirishimiz kerak, shunda biz bu hayotda kerakli hamma narsaga ega bo'lamiz. Kim Xudoni qalbida doimiy joyga aylantirsa, Xudo ularga yer va osmon ne'matlaridan mo'l-ko'l ulush beradi va ularning oldida donolik quyoshlari porlaydigan, yo'llarini yoritadigan va atrofidagi zulmatni tarqatadigan keng ufqlarni ochadi. Xudo abadiy sevgilidir va insoniyat uchun hech qanday baxt yo'q, agar ular Xudoni eng aziz yaqinlarini sevganlarida, chunki Xudosiz biz sevgining mohiyatini bilmas edik va uning shirinligini tatib ko'rmagan bo'lar edik.

Biz irodamizdan foydalanishni va ongimizni butun qalbimiz bilan Xudoni izlashga qaratishni o'rganishimiz kerak. Inson harakatlari istaklarga bog'liq va bu odatlar bizni doimo biz qilishni istamagan narsalarni qilishga majbur qiladi. Darhaqiqat, inson o'zining dushmani, bundan bexabar. U qanday qilib jim o'tirishni bilmaydi va Xudoga vaqt ajratmaydi, lekin u baxt va kechiktirmasdan Jannatga kirishni kafolatlaydi. Muqaddas tajribaga shunchaki kitob o'qish, va'zlarni tinglash yoki yaxshi ishlar qilish orqali erishib bo'lmaydi. Bularning barchasi shubhasiz foydali, ammo ular yetarli emas. Xudoga erishish uchun puxta diqqatni jamlash va chuqur mulohaza yuritish kerak.

Avvalo Xudoning marhamatini izlashimiz kerak Biz hammani rozi qila olmaymiz, chunki buning iloji yo'q Men hech kimni xafa qilmaslikka harakat qilaman Men qo'limdan kelganini qilaman va men qila oladigan yagona narsa shu Mening yagona maqsadim - Xudoni rozi qilish Men qo'llarimni Uning oldida kamtarlik bilan ibodat qilish uchun, oyoqlarimni hamma joyda Uni izlash uchun va ongimni Uni o'ylash va Uning mo'jizalari haqida o'ylash uchun ishlataman Xudo

qalbimizda birinchi o'rinni egallashi kerak, shunda biz Uni tinchlik, sevgi, tushunish, mehr-shafqat, rahm-shafqat va donolik sifatida his qilishimiz mumkin. Men bu haqda guvohlik berish va siz bilan gaplashish uchun kelganman, boshqa hech narsa emas.

Tafakkurdan tashqari, yaxshi do'stlikni saqlash kerak. Biz odamlarning orqasidan quvmasligimiz kerak, balki Xudoning orqasidan quvishimiz kerak. Agar siz bu fikrlardan foyda ko'rsangiz, buni Xudoning ne'mati deb biling, chunki barcha maqtovlar Unga tegishli. Ularni boshqalar bilan baham ko'ring, toki ular siz topgan narsani ularda topsinlar (Va Rabbingizning marhamati haqida gapiring). Va har kuni kimgadir qodirligingizga ko'ra yordam berishni unutmang. Cho'ntagimda pulim bor ekan, men berishdan to'xtamayman, chunki mening cheksiz va doimiy manbaim Xudodir.

Nihoyat, biz buyuklar kabi Xudoni bilishimiz kerak. Bu tafakkur va shaxsiy harakat orqali mumkin.

Bir safar men ziyoratgohdan tashqarida sayr qilib, buyuk ustozim Shri Yuktisvar haqida o'yladim. U bir necha yil oldin vafot etgan edi, men unga bo'lgan cheksiz sog'inchni his qildim va u men bilan birga ziyoratgohning go'zalligi va atmosferasidan bahramand bo'lmaganidan xafa bo'ldim. To'satdan u menga osmondan paydo bo'lib: "Bu go'zal joydan faqat siz zavqlanasiz deb o'ylaysizmi? Men ham siz kabi zavqlanyapman!" dedi.

Xudo bilan birlashishni istagan izlovchi kundalik meditatsiya va Uni sevish amaliyoti orqali harakat qilishi va bu sevgini barchaga yetkazishi kerak. Bu mojarolarning oldini olishning yagona yo'li. Ma'naviy hamkorlik juda muhim. Haqiqiy ma'naviyatsiz individual yoki umuminsoniy baxt bo'lmaydi. Muqaddas uyg'unlik barcha jismoniy, moliyaviy,

oilaviy, axloqiy va ma'naviy muammolarning yagona yechimidir.

Baxt Xudoga yaqinlikni his qilishdan kelib chiqadi. Insoniyat o'zini johillik panjaralari ortiga qamab qo'ydi va bu sharmandali qamoqxonadan ozod bo'lish vaqti keldi. Qanday sharoitda bo'lishidan qat'i nazar, ong har doim Xudoga qaratilishi kerak, shunda siz katta tinchlik va quvonchni his qilasiz.

Allohga intilib, borligini Unga bag'ishlagan, bir-birlarini ruhlantirib, ma'rifatli qilgan va doimo Allohni yodda tutganlar bu dunyoda baxtli va oxirat saodatiga erishuvchilardir.

Sizga tinchlik bo'lsin

Parda ko'tarilib, yo'qoladi

Har birimiz Xudo suratida yaratilganmiz. Biz Uning ilohiy

Ruhidan paydo bo'lganmiz va Uning mohiyati bizda butun pokligi, shon-shuhrati va cheksiz saodati bilan yashaydi. Bu

muqaddas meros - bu mustahkam qal'adir. Inson o'zini gunohkor, gunoh yo'llarida qiynalayotgan deb hukm qilishi eng katta gunohlardan biridir. Chunki shunday qilib, ular

o'zlarini ojizlikka, umidsizlikka va ko'tarila olmaslikka mahkum qiladilar. Inson tabiiy va ilohiy qonunlarga zid ishlarni qilishi mumkinligi haqiqat, lekin ular darhol yo'lini o'zgartirishi va to'g'ri yo'lga qaytishi kerak. O'zining sof

tabiatida inson muqaddas ma'baddir va ilohiy Ruh ular ichida .yashaydi

Biz har doim Xudo bizni sof va shartsiz sevishini yodda tutishimiz kerak. Lekin U bizga Unga yaqinlashish yoki Undan yuz o'girish uchun mutlaq tanlov berganligi sababli, U bizga kelishidan oldin biz Uning sevgisiga bo'lgan xohishimizni .bildirishimizni kutadi

Bir safar meditatsiya paytida uning ovozi pichirlaganini
eshitdim: "Sen men sen bilan emasman, deysan, lekin
ichingga qaramading. Men seni bir lahza ham tark
etmayman. Ruh ma'badiga kiring, shunda meni ko'rasiz.
Chunki men seni qabul qilish va ilohiy sevgi salomi bilan
."kutib olish uchun doim shu yerdaman
Ma'naviy yo'lda chuqur samimiyluk juda muhim. Poklik
.va haqiqatda qalbning tonglari otadi

Bizning insoniy donoligimiz Xudo bilan solishtirganda
hech narsa emas. Unga yaqinlashishning yagona yo'li - Unga
.bizga bergan sof sevgini berishdir
Hamma oxir-oqibat najot topadi, ammo yo'lda
ikkilanganlar befarqlik tubiga tushib qolishadi. Befarqlik
bizga Xudoni hozir, aynan shu lahzada topishning
muhimligini anglashimizga to'sqinlik qiladi. Bizning buyuk
sayyoramiz, kosmosda suzib yurgan Yer va insoniyligimiz
bizga bu yerda bir necha yil o'tkazib, keyin yo'qlikka g'oyib
bo'lish uchun berilmagan. Aksincha, biz chuqur mulohaza
yuritishimiz va mavjudlik sirini tushunishimiz kerak.
Hayotning maqsadini tushunmasdan yashash ahmoqlik,
ahmoqlik va vaqtni behuda sarflashdir. Hayot sirlari bizni har
tomondan o'rab oladi va Xudo bizga ularning yechimini
.topish uchun aql-idrok ato etgan
Abadiy sevgini izlab, Xudo meni tasavvur qilib
bo'ladigan har qanday tarzda sevishini angladim. U meni
.ona, ota va do'st sifatida sevdi
,Men barcha do'stlardan tashqari abadiy do'stni qidirdim
Va men hozir har qanday mehribon va mehribon yuzda
porlayotganini ko'rayotgan o'sha buyuk sevgilim haqida. Bu
ilohiy do'st meni hech qachon hafsalamni pir qilmagan va
.hech qachon meni xafa qilmagan
Xudo borliqning ortida. Biz ota-onamizni hurmat
qilishimiz va ularga mehr bilan munosabatda bo'lishimiz

kerak, lekin biz Xudoni butun qalbimiz va jonimiz bilan sevishimiz kerak. Biz vaqtni behuda sarflamasdan, U bilan .hayotiy aloqaning muhimligini anglashimiz kerak

Uxlayotganimizda uyg'onishimizni yoki uyg'onmasligimizni bilmaymiz Biz bu yerni birma-bir tark etamiz Lekin bu fikr xavotirga sabab bo'lmasligi kerak O'lganimizda, biz yer yuzida qayta tug'ilishga, bu hayotda .to'xtagan joyimizdan yangi hayot boshlashga chaqirilganmiz Men hayotni okean yuzasida to'lqinlarning paydo bo'lishi va erishi sifatida ko'raman. Inson to'lqini ilohiy okean yuzasidan tug'ilishi bilan ko'tariladi va o'limdan keyin u Xudoning qalbida joylashadi. Men bu haqiqatni angladim va tananing o'limiga qaramay, men hech qachon chinakam o'lmasligimni bilaman. Chunki men ilohiy ruh okeanida dam olayotganimdanmi yoki jismoniy tanada uyg'oqligimdanmi, men kosmik okean bilan birman. Bu oliy baxtni dunyoda topib bo'lmaydi. Shu bilan birga, biz maqsad izlab o'rmonga qochishimiz shart emas. Biz Xudoni kundalik hayotning bu .o'rmonida - sukunat g'orining tubida topishimiz mumkin Insonlar ko'p xatolarga yo'l qo'yishlari mumkin, ammo ular ilohiy ruhning suratida shakllangan. Xudo bu dunyoviy zavqlarning xayoliy dunyosini faqat bitta maqsad uchun yaratdi: toki insoniyat bu shunchaki kosmik drama ekanligini anglab yetsin, illyuziyalardan voz kechsin va faqat Xudoni sevsin. Bu haqiqat va boshqacha bo'lishi mumkin emas.

Nima uchun Xudo bizni oila a'zolarimizni sevish uchun yaratdi, lekin ularning bizdan birma-bir ketishini ko'rish uchun? Bu voqealar bizni sevgan barcha odamlardan tashqari, bizni chinakam sevadigan Xudo ekanligini .anglashga majbur qiladi

Hayot bir qator harakatlanuvchi tasvirlardir, ammo bu haqiqatni anglash qiyin, chunki illyuziyalar haqiqiydek, voqelik esa illyuziyalarga o'xshaydi. Har kecha uxlayotganimizda dunyo ongimizdan yo'qoladi, ehtimol,

shuning uchun biz jismoniy olam haqiqiy emasligini
.tushunishimiz mumkin

Bu uyqu darsi bizni qo'rqitish uchun emas, balki bizni
Xudoning haqiqatiga intilish uchun keladi. Xudo va Uning
sevgisidan boshqa hech narsa qalbni qondira olmaydi.
Xudoning Ruhi mislsiz haqiqatdir. Haqiqiy bo'lmagan narsa
yo'q va haqiqiy narsa haqiqat bo'la olmaydi. Donolar bu
.yorqin haqiqatni tushunishadi

Hayotimizning ko'p yillari o'tdi va faqat yillar, haftalar,
kunlar va soatlar qoldi. Nima uchun vaqtni foydali bo'lmagan
narsalarga sarflash kerak? Biz Xudo bilan kechayu kunduz
bog'lanishni xohlashimiz va hayotning belgilangan vaqti
tugab, bu dunyoni hech qanday muhim narsaga
erishmasdan tark etishimizdan oldin bu istakda to'liq
.samimiy bo'lishimiz kerak

Aynan o'sha paytda men butun mavjudotni qamrab
olgan Xudoning buyuk nurini ko'rdim. Qanday ulkan
!quvonch! Qanday ajoyib nur
Xudoyim, men Senga shukur qilaman va Sening
huzuringni his qilishning bu mo'l-ko'l ne'matlari uchun Senga
bosh egaman

Barchaga bir xil baraka yor bo'lsin, toki biz Sen
koinotdagi eng oliy haqiqat ekanligingni va Sen bizning
asosiy maqsadimiz ekanligingni, undan boshqa maqsad
.yo'qligini anglab yetaylik

Biz Uni sevishimiz va hayotimizning har bir soniyasida —
ishda ham, dam olishda ham, harakatda ham, sukunatda
ham — chuqur iltijo va yonayotgan sog'inch bilan U bilan
gaplashishimiz kerak. Shunda biz xayol pardasi ko'tarilib,
yo'qolib borayotganini ko'ramiz. Xudo hayotimizning har bir
daqiqasida biz bilandir. U bilan fikr yuritadigan va
uyg'unlashadiganlar Uni gullarning go'zalligida, mehribon
qalblarning olijanobligida, ulug'vor va olijanob tuyg'ularda va
go'zal orzularda ko'rishadi. Nihoyat, U qalin pardalar ortidan
:chiqib, har bir samimiy izlovchiga shunday deydi

Biz uzoq vaqtdan beri alohida yashayapmiz, chunki"

men sizning menga o'z sevgingizni ixtiyoriy ravishda berishingizni xohladim. Men sizni o'z suratimda yaratdim va siz erkinligingizdan foydalanib, menga o'z xohishingiz bilan ".sevgingizni berguningizcha kutdim

Biz Xudodan bizga Uning ilohiy sevgisining abadiy va abadiy sovg'asini berishini so'rashimiz kerak. Lekin kim bu mehribon Xudoni harakatsiz topa oladi? Agar siz harakatning 25 foizini sarflasangiz, qolgani Xudoga va sizning ruhiy yo'l boshchingizga bog'liq. Men o'zim uchun hech narsa so'ramayman, chunki barcha sharaf barcha yaxshilik va inoyat manbai bo'lgan Xudoga tegishli. Uning inoyati sizga hamroh bo'lsin, Uning xabardorligi siz bilan bo'lsin va siz ichingizda va atrofingizda Uning mavjudligining mo'l-ko'lligini .sezasiz

Xudo bizga darhol javob bermaydi, chunki biz Uni qanchalik xohlayotganimizni ko'rsatishdan ikkilanamiz. Biz Unga murojaat qilishdan qo'rqmasligimiz kerak, balki Uni o'zimizniki, sevgilimiz deb bilishimiz va fikrlarimiz, harakatlarimiz, qalbimiz va ongimiz bilan Uni tinimsiz izlashimiz kerak, shunda biz Uni bu mavjudotda xavfsizlik va .tinchlikning eng buyuk boshpanasi deb topamiz

Ey Rabbim, men Senga bu yaxshi qalblar guldastasini taqdim etaman, toki ular Sening huzuring ma'badini bezasinlar. Oilang va sevganlaring bo'lgan bu qalblarga hamroh bo'l. Biz Sening muborak ismingni kuylaymiz. Johillik zulmatini muqaddas nuring bilan yo'q qil. Ongimizdagi zulmatni O'zingning borlig'ingning yorqin, cheksiz nuri bilan yo'q qil. Biz Sening mulkingmiz, qanday sharoitda bo'lishimizdan qat'iy nazar, O'zingni bizga ochib ber, ey Buyuklik va Saxovat Parvardigori. Har birimizga baraka ber.

Bizning sog'inchli fikrlarimizning pichirlashlarini va mehrli qalblarimizning sog'inchli urishlarini qabul qil. Senga barcha sevgi, hurmat va sog'inchni taklif qilamiz, chunki Sen bizning .sevgilimizsan va bu olamda bizda bor bo'lgan barcha narsa

Bizni O'z inoyating bilan barakala Bizni Sendan ajratib
turadigan istak devorlarini yiqiting Barcha orzularimiz ustida
taxtga o'tirgan ilohiy Shoh bo'ling Shon-sharafingiz nuri keng
dunyoga tarqalsin Barchamizga baraka bering Bizni O'z
huzuringning xushbo'y hidi bilan to'ldiring Va keling, Sen har
doim biz bilan bo'lganingni, Sen hozir biz bilansan va Sen
.abadiy biz bilan bo'lasan, yana bir bor anglaylik
Sizning yaqinligingizni intiqlik bilan kutayotgan va
sizning huzuringizni intiqlik bilan kutayotgan sodiq
izdoshlaringizga bergan inoyatingiz va sevgingiz uchun Sizga
minnatdorchilik bildiramiz. Umid qilamizki, biz sizning
muborak huzuringizni nishonlashimiz va yaqinligingizdan
.xursand bo'lishimiz uchun shogirdlaringiz doirasi kengayadi
Bizni duo qiling, toki biz bir-birimizga qalbimizni ochaylik
va niyatlarimizni poklaylik, himoyangiz va g'amxo'rliğingizga
loyiq bo'laylik. O'zingizni ichki va tashqi tomondan ochib
bering. Barchamizni birlashtiring va shu birlik nurida biz
.sizning noyob mavjudliğingizni tan olaylik
Birlashgan qalblarimizning samimiyati va uyg'un
qalblarimizning intizorligi bilan biz Senga sajda qilamiz,
Sendan yordam, yo'l-yo'riq va qalbimizda Sening borliğingni
.doimo anglab yetishingni so'raymiz
Qalblarimizda abadiy sevgi olovi porlasin va biz hozir va
abadiy Sening bizga yaqinliğingni his qilaylik, ey Rabbimiz,
!ey bizning sevgilimiz

Oliy istak va aqliy kapsulalar

**Xudoning ulug'vorligi buyukdir. U haqiqatning
mohiyatidir va uni bu hayotda topish mumkin.
Odamlarning qalbida ko'plab ibodatlar va iltijolar bor:
pul, shon-sharaf, sog'liq uchun - har xil ibodatlar.
Lekin har bir qalbda birinchi va eng muhim bo'lishi
kerak bo'lgan ibodat Xudoning huzurini his qilish
uchundir. Hayot yo'llarida jimlik va ishonch bilan
yursak, Xudo bizni qondira oladigan va istaklarimizni**

ro'yobga chiqaradigan asosiy maqsad ekanligini anglashimiz kerak, chunki qalbning har bir istagiga javob Xudodadir.

O'z kuchingiz bilan istakni ro'yobga chiqara olmasangiz, ibodatda Xudoga murojaat qilasiz. Shunday qilib, aytgan har bir iltijongiz ichingizdagi yashirin istakni ochib beradi. Lekin Xudoni topsangiz, barcha istaklar yo'qoladi va barcha istaklar amalga oshadi.

Dunyoviy istaklar hayotning maqsadi haqidagi noto'g'ri tushunchalardan kelib chiqadi. Bu yer bizning haqiqiy uyimiz emas. Muqaddas Yozuvlarda biz Xudoga tegishli ekanligimiz, Uning suratida yaratilganligimiz va Uning irodasi bizning ilohiy kelib chiqishimizga qaytishimiz ekanligi aytilgan. Insoniyat anglay olmaydigan narsa shundaki, agar u o'zining ilohiy manbasiga qaytmasa, son-sanoqsiz istaklarni bajarish uchun kurashishga majbur bo'ladi. Tasavvur qiling-a! Odamlar orzularga ega bo'lmasliklari mumkin emasligi rost va ularga ega bo'lishda hech qanday yomon narsa yo'q. Biroq, ko'pgina insoniy orzular Xudoga qaytish istagining amalga oshishiga to'sqinlik qiladi. Shunday qilib, ular inson baxtiga zararli. Agar insoniyat Xudoni xohlamasa va Uni topmasa, u baxt keltiradi deb o'ylagan narsasiga intilish bilan yonishda davom etadi. Ammo barcha orzularning darhol amalga oshishi Xudoni topganlarga avtomatik ravishda keladi.

Orzularning ikki toifasi mavjud: bizga Xudoni topishga yordam beradiganlar va Uni topishimizga to'sqinlik qiladiganlar. Masalan, agar kimdir sizga yomonlik qilsa, sizda qasos olish istagi paydo bo'lishi mumkin. Biroq, agar siz bu istakni sevgining yuksak va maqbulroq kuchidan foydalanib yengsangiz, Xudoni topishga yordam beradigan vositadan

foydalangan bo'lasiz. Barcha orzular olijanob tarzda amalga oshirilishi kerak, chunki ular dunyoviy yo'llar bilan amalga oshirilganda, orzular muammolar va azob-uqubatlar bilan birga ko'payadi. Agar biz barcha orzularimizni Xudoga bag'ishlashni o'rgansak, U bizning yaxshi orzularimizni ro'yobga chiqarish va zararli va halokatli istaklarimizni yo'q qilish uchun ishlaydi. Vijdonning pokligidan ko'ra buyukroq himoya yo'q va hayotning zarbalaridan olijanob va ulug'vor istaklarga ega bo'lishdan ko'ra yaxshiroq himoya yo'q.

Xudoning mukammal surati bizda borligini anglanimizda, barcha orzularimiz amalga oshadi, bu muqaddas ongda, barcha yer yuzidagi xazinalar va boyliklardan ustun turadi, hatto butun dunyo sizga berilsa ham, siz tebranmaysiz. Na maqto'v sizga mag'rurlik bag'ishlamaydi, na ayb sizga zarar yetkazmaydi, chunki siz o'zingizda Xudoning quvonchini tatib ko'rasiz va bu sizning hayotingizdagi eng muhim jihat bo'ladi.

Biz birinchi navbatda qonuniy istaklarimizga erishishga urinishlarimizda Xudodan yo'l-yo'riq so'rashimiz kerak va bu barcha ibodatlarimizga javob olishning eng yaxshi yo'li. Ammo ibodatdan iltijolar olib tashlanishi kerak. Ibodatning eski usuli o'zgarishi kerak va biz Xudoga to'liq ishonch va U bizni eshitadi va iltimoslarimizni bajaradi degan so'zsiz ishonch bilan murojaat qilishimiz kerak. Xudo bizning irodamizdan voz kechishimizni istamaydi - hatto Unga ibodat qilsak ham - chunki bu iroda Uning marhamatli qo'lidan olgan eng qimmatli sovg'adir, U bizni yaratgan paytdan boshlab biz uchun niyat qilgan muqaddas huquqdir.

Tabiiyki, oqilona va asossiz ibodatlar va istaklarni farqlash kerak. Esingizda bo'lsin, istak kuchdir; agar siz yaxshi yoki yomon, foydali yoki zararli bo'lsin,

istakka yopishib olsangiz va unga kechayu kunduz berilsangiz, u oxir-oqibat amalga oshadi. Shuning uchun ehtiyot bo'lish va zararli istaklarni yashirishdan qochish kerak, chunki ular amalga oshadi va o'zlari bilan ulkan zarar va hasad qilib bo'lmaydigan azob-uqubatlarni olib keladi.

Vaqt o'tishi bilan, istaklaringiz amalga oshgan bo'lsa ham, qalbingiz bo'sh qolishini va ichki isyonni boshdan kechirishingizni ko'rasiz. Tasavvur qiling-a, ovqat hazm qilish tizimingiz zaif, ammo qovurilgan ovqatlarni xohlaysiz. Albatta, ularni iste'mol qilishdan zavqlanishingizdan qat'i nazar, har safar yeganingizda og'riqni his qilasiz. Shunday qilib, siz xato qilgandek his qilasiz. Donolik yaxshi va yomon istaklarni farqlash uchun aql-idrokdan foydalanishni buyuradi va bunga erishilgandan so'ng, bu noto'g'ri istaklar amalga oshmasligi kerak. Insonlar aql-idrokning ichki kuchiga ega va ulardan doimo foydalanishlari, hayotlarini Xudoning ovozi bo'lgan vijdon amriga muvofiq boshqarishlari kerak.

Amalga oshmagan orzular qalbdagi qoladi. Ularni u yerda saqlashning qanday zarari bor? Mana javob:

Har bir istak o'ziga xos kuchlardan iborat: yaxshilik yoki yomonlik, yoki ikkalasi ham. Inson vafot etganda — Xudo unga rahm qilsin — bu kuchlar tananing parchalanishi va chirishiga qaramay o'lmaydi. Aksincha, ular ruh qayerga borsa ham, unga konsentrlangan ruhiy kapsulalar shaklida hamroh bo'ladi. Inson yangi mujassamlanishda qayta tug'ilganda, bu kapsulalar yoki ruhiy tabletkalar xulq-atvor moyilligi sifatida namoyon bo'ladi. Shunday qilib, alkogolizmga berilib ketgan odam qayta tug'ilganda alkogolga moyillikni o'zi bilan olib keladi va bu moyillik ular alkogolga bo'lgan ishtiyoqni

yengmaguncha davom etadi. Bu boshqa narsalarga ham tegishli.

Hatto eng kichkina bolalar ham o'tmishdagi hayotdan olingan xususiyatlarni namoyon etadilar. Ba'zi bolalar qattiq jahldorlikdan aziyat chekishadi. Boshqalari esa yomon kayfiyatda. Albatta, Xudo ularni shunday yaratmagan. O'tmishdagi hayotdan olingan bajarilmagan istaklar bu psixologik moyilliklarni shakllantirgan va ular tufayli ruh biroz g'alati ko'rinadi, garchi u Xudoning sof suratida yaratilgan bo'lsa ham. Agar bu hayotda inson ichida Xudoning surati g'azab, qo'rquv yoki shahvat bilan buzilgan bo'lsa va bu xususiyatlar hozir yengilmasa, ular ular bilan qayta tug'iladilar (yoki ular bilan qayta tug'iladilar), bu baxtsiz moyilliklarning yukini ular bu yoki kelajakdagi mujassamlanishlarda yengib chiqmaguncha ko'taradilar. Ular yengilmaguncha ulardan qochib qutula olmaysiz.

Shuning uchun, hozir barcha istaklarni bajarish yoki ularni zabt etish yaxshiroqdir

Bunday istaklardan bir marta va butunlay xalos bo'lishning eng yaxshi yo'li - bu oliy ilohiy quvonchni boshdan kechirishdir. Aks holda, bu bostirilgan istaklar va bajarilmagan orzular qalbni ta'qib qiladi va azoblaydi.

Inson aql-idrok va donolik orqali faqat Xudo sof va abadiy baxtni berishga qodir ekanligini anglashi kerak.

Ko'pincha istaklar ongsiz ravishda yashiringan holda qoladi. Siz ular yo'q bo'lib ketgan deb o'ylashingiz mumkin, ammo yo'q bo'lib ketmagan; bu hayotning sirlaridan biri, buning o'zi ham buyuk sir.

Lekin hayotni tahlil qilib, uning ma'nosi haqida o'ylaganimizda sir yo'qoladi. Agar siz har kuni qisqa vaqt jimgina o'tirib, o'zingizni tekshirib ko'rsangiz,

sizda ko'plab bajarilmagan istaklar borligini ko'rasiz. Bu istaklar inson qayerga borsa ham, bu hayotda ham, keyingi hayotda ham o'zi bilan olib yuradigan halokatli mikroblarga o'xshaydi.

Eng yaxshi yo'l - bu hayotdagi zararli istaklarni oqilona tanlov orqali ajratib olish va kuchingizni yaxshi istaklaringizni ro'yobga chiqarishga qaratishdir. Agar siz o'z joniga qasd qilish yoki biron bir noto'g'ri ish qilish istagini his qilsangiz, hozir bu istakni yo'q qilishingiz kerak. O'zingizni fikr va amalda qalbingizda ilohiylik uchquni borligiga ishontiring va siz Qodir Tangrining suratida yaratilganingizni va shuning uchun jismoniy tabiatigingiz va odatlaringizdan ustun turishga qodir ekanligingizni unutmang.

Hashamatlarga kamroq bog'lanib, istaklardan uzoqroq bo'ling, shunda hayot jangida g'alaba qozonasiz. Agar siz yengilmas og'riqdan aziyat chekayotgan bo'lsangiz, o'zingizni jismoniy ongdan iloji boricha uzoqlashtirishga harakat qiling. Aql-idrok orqali siz his-tuyg'ularni yengishingiz mumkin. Aqlli idrok - bu zararli istaklar va halokatli ishtahalarni yoqib yuboradigan, ularni kulga aylantiradigan olovdir.

Odamlar eski, eskirgan va keraksiz narsalarni uyning burchagida saqlashlari va vaqti-vaqti bilan uyni tartibga keltirishlari odatiy holdir. Xuddi shunday, ongsiz ongingizning burchagida yashirin zararli ko'plab istaklar yashiringan bo'lib, agar siz ular bilan to'g'ri ishlamasangiz, bir kun kelib sizga jiddiy muammolar tug'dirishi mumkin.

O'z-o'zini tahlil qilish ma'naviy yo'lda juda muhimdir. Siz nafratga moyil, asabiy yoki tez jahldor bo'lishingiz mumkin. Agar shunday bo'lsa, ongingizda saqlangan bu xususiyatlar sizning o'tmishdagi harakatlaringiz natijasidir. Psixikangizni bu tartibsiz,

eskirgan mebel dan tozalash uchun siz ijobiy, konstruktiv harakatlar bilan boshlashingiz va boshqalarga mehr-muhabbatni rivojlantirishingiz kerak. Odamlarni qanchalik ko'p sevsangiz, ular sizni shunchalik ko'p sevadilar va siz ularning sevgisini his qilasiz. Lekin agar siz ularni, hatto o'zingizga ham tanqid qilsangiz, ular bu tanqidni sezishadi va uni sizga kuchaytirilgan holda qaytaradilar!

Aytaylik, eski dushmaningiz o'lgan, ammo siz hali ham unga nisbatan nafrat va nafratni saqlayapsiz. Siz bu achchiqlanish natijasida azob chekasiz va uning zararli ta'siri tanangiz va ongingizda namoyon bo'ladi. Uni Xudo uchun kechirganingiz ma'qul, chunki bu bilan siz o'zingizni xotirjamligingizni buzadigan va xotirjamligingizni buzadigan qasos olish istaklaridan xalos qilasiz. Nafrat ustiga nafrat to'plash yoki adovatga nafrat bilan javob berish nafaqat dushmaningizning sizga nisbatan adovatini kuchaytiradi, balki natijada o'z tanangiz va his-tuyg'ularingizni ham zaharlaydi. Shuning uchun chiroyli kechirim bilan kechiring.

Vahti-vaqti bilan inson hayotning maqsadi haqida mulohaza yuritish uchun hamma narsani tashlab, o'zi bilan yolg'iz qolishi kerak. Ko'p odamlar an'analar va modalar oqimida adashib qolishadi. Aslida, ular hech qachon o'z hayotlarini emas, balki dunyo hayotini yashamaganlar. Ular nimaga erishdilar va qayerga borishdi?

Shuning uchun, inson vaqti-vaqti bilan o'zini kundalik tashvishlar va "vazifalar" dan chetga surib, ongidagi tartibsizlikni tinchlantirishi va uning mohiyatini tushunishga va erishmoqchi bo'lgan maqsadini aniqlashga harakat qilishi oqilonadir.

Esingizda bo'lsin, siz olishingiz mumkin bo'lgan eng katta guvohlik bu vijdoningizning guvohligidir:

qalbingizning aniq va benuqson ovozi. Vijdoningiz sizga aslida kimligingizni, bezaksiz yoki niqobsiz aytadi.

Iso Masihning kuchini tasavvur qiling, u: “Ota, ularni kechir, chunki ular bilmagan ishlarini qanday qilishni bilishmaydi”, degan edi.

Va ulug' Payg'ambari eslang: “Sizga insonning martabasini nima ko'tarishi haqida aytib beraymi?” Ular: “Ha, ey Allohning Rasuli”, deyishdi. U zot: “Sizga nisbatan johil bo'lganga sabr qiling, sizdan mahrum bo'lganga bering, sizdan aloqani uzgan bilan aloqani saqlang va sizga zulm qilganni kechiring”, dedilar.

Ma'rifatli vijdoningiz ovozini tinglash yo'lingizga yorug'lik va hayotingizga baraka olib keladi.

Qalbingizda biror istakni ro'yobga chiqarishga kuchli turtki paydo bo'lganda, aql-idrokingizni ishga soling va o'zingizdan so'rang: "Men ro'yobga chiqarishga intilayotgan yaxshi yoki yomon istakmi?"

Inson istaklarini ko'plab omillar kuchaytiradi. Kimdir yangi modeldagi mashinani ko'rganda, unga o'xshashiga ega bo'lishni xohlaydi. Yangi uslubdagi uyni ko'rganda, unga o'xshashiga ega bo'lishni xohlaydi. Yangi moda yo'nalishi ommalashib bormoqda va odamlar shu uslubni sotib olishni va kiyishni xohlashadi!

Orzular qayerdan paydo bo'ladi? Men soatlab bu haqda o'yladim. Barcha istaklaringizni tasniflay olasizmi? Men ularning barchasini saralashga va faqat yaxshilarini saqlab qolishga muvaffaq bo'ldim. Ilohiy birlikka erishganimda, barcha yaxshi istaklarim birdaniga amalga oshganini angladim. Bugun siz biror narsani xohlaysiz, ertaga esa qalbingiz boshqa narsani orzu qiladi. Qodir Xudodan chiqqan ongingiz bu dunyo ne'matlari bilan qoniqmaydi va hech qachon

qoniqmaydi, chunki aziz do'stim, siz qalbingizning eng qimmatli va qimmatli xazinasini, sizning orzularingizni qondirish va istaklaringizni bajarishga qodir bo'lgan yagona zotni yo'qotdingiz. Bu yo'qolgan xazina Xudodir.

To'g'ri, ba'zi yaxshi yoki zarur istaklar bor va siz ularni amalga oshirish uchun harakat qilishingiz kerak. Lekin kichikroq istaklaringizni amalga oshirishga intilayotganingizda, avval Xudoga bo'lgan eng katta istagingizni amalga oshirishni unutmang. Kichikroq istaklar va burchlar avval bajarilishi kerakligiga ishonch - bu illyuziya va aldamchilik. Men hali ham ruhiy sayohatim boshida eslayman, men vaqtni cho'zuvchi edim va muntazam ravishda meditatsiya qilmagan edim, garchi o'zimga vaqt ajratishimni aytib tursam ham. Bir yil o'tdi, shundan so'ng men o'zimga bergan va'damni bajarmaganimni angladim. Men darhol o'zimga ertalab birinchi qiladigan ishim yuvinib, keyin Xudo haqida meditatsiya qilish ekanligiga qasam ichdim. O'sha paytda kundalik vazifalar juda ko'p edi va ulardan qochish oson emas edi, hatto qisqa vaqtga ham. Shuning uchun men avval ruhiy burchlarimni bajarishga qaror qildim. Shunday qilib, men katta saboq oldim: Xudoga bo'lgan burchim birinchi o'rinda turadi va shundan keyingina men boshqa, unchalik muhim bo'lmagan burchlarga e'tibor beraman.

Agar insoniyat boshqa burchlar va mulohazalarni Xudodan ustun qo'ysa, nega Xudo insoniyat uchun abadiyat darvozalarini ochishi kerak? Xudo bizning ichimizga ruhiy qanotlarni qo'ydi va bizdan ruh olamida parvoz qilishimizni kutadi. Bu qanotlar bizning ruhiy istaklarimiz, yuksak fikrlarimiz va ilohiy manbamizga bo'lgan samimiy intilishimizdir.

Avvalo Xudoni izlaylik. Dunyoviy burchlarga juda katta ahamiyat berish oqilona emas, chunki Azrail istalgan vaqtda ruhni chaqirishi mumkin, shunda barcha burchlar, majburiyatlar, tashvishlar va majburiyatlar bir marta va abadiy tugaydi. Xo'sh, nega hayotga bunchalik mahkam yopishib olish kerak?

Biror kishi xavfsizlik va xotirjamlikdan bahramand bo'lyapman deb o'ylaydi, keyin to'satdan yaqinini yo'qotadi yoki sog'lig'ini yoki ishini yo'qotadi va xavfsizlik va xotirjamlik barbod bo'ladi!

Onamga bo'lgan sevgim naqadar buyuk edi! U doim yonimda bo'ladi deb o'ylagandim, lekin to'satdan u meni bolaligimda tashlab ketganini angladim! Biz o'limdan qo'rqmasligimiz kerak, aksincha unga tayyor bo'lishimiz kerak.

Hayot ko'rinadigandek emas Unga ishonmang, chunki u o'zgaruvchan, aldamchi va umidsizliklar va barbod bo'lgan umidlarga to'la Bu yerda mukammallikni topib bo'lmaydi Men sizga hayotning real bo'lmagan tasvirini berishni istamayman Bu dunyo jannat emas Bu ilohiy laboratoriya bo'lib, unda Xudo qalblarni yomon istaklarni yaxshilik bilan yengib, Uni, ya'ni Xudoni eng katta istaklariga aylantirishlarini sinab ko'radi, toki ular Uning shohligiga qaytishlari mumkin.

Hayot har xil fojia va komediyalar, falokatlar va quvonchlarga to'la. Bu son-sanoqsiz shakllarning ulkan, doimiy o'zgarib turadigan va jonli gobelenidir. Ikki narsa bir-biriga mutlaqo o'xshamaydi. Har bir insonning hayoti noyobdir. Har bir insonning turli xususiyatlari, turlicha fikrlash tarzi va turli istaklari bor. Agar biz har kuni bir xil sinovlarga duch kelsak, charchagan va zerikib ketgan bo'lar edik. Hatto Jannat ham, agar u doim bir xil bo'lsa, o'zining

jozibadorligini yo'qotadi. Biz xilma-xillik va xilma-xillikni yaxshi ko'ramiz. Jannat haqidagi an'anaviy tushuncha butunlay noto'g'ri. Agar u chindan ham zerikarli bo'lganida, Xudoning avliyolari va muqaddas odamlari o'zlarini ko'ngil ochish uchun Yerga qaytishni so'rab ibodat qilishgan bo'lar edi! Jannat doimo eng yoqimli tarzda yangilanadi, Yer esa ko'pincha doimiy ravishda yangilanadi, lekin zerikarli va yoqimsiz tarzda.

Biroq, hayot charchagan va mashaqqatli bo'lishiga qaramay, ko'pchilik odamlar bunga ko'nikib qolishadi, yashashning boshqa yo'li yo'qligiga ishonishadi. Bu hayotni ma'naviy hayot bilan solishtira olmaydiganlar, bu dunyoning ichida yashiringan og'riq va charchoqning ko'lamini anglay olmaydilar.

Aslida, hayot haqiqiy emas, bu shunchaki o'yin-kulgi, boshqa hech narsa emas. Eski filmlar qayta-qayta chiqarilgani kabi, xuddi shu eski voqealar ham turli shakllarda takrorlanadi. Hayotning cheksiz davom etishiga qaramay, o'tmishdagi filmlarda taqdim etilgan bir xil mavzular birin-ketin takrorlanadi. Darhaqiqat, tarix o'zini takrorlaydi va odamlar vaqt muzeylaridagi shunchaki artefaktlardir.

Hayot o'zining kutilmagan hodisalarini ochib berish uchun ularni quvonch, xolislik va beg'arazlik bilan, his-tuyg'ularga berilmasdan, xuddi film tomosha qilayotgandek qabul qiling. Chin dildan kulish barcha insoniy kasalliklar uchun ajoyib davodir.

Hayotga osongina va xotirjam yondashishingiz kerak. Bu men ustozimdan o'rgangan narsa. Uning zindonida ruhiy tarbiyamning boshida men o'z vazifalarimni xafa yuz bilan bajarardim, hech qachon jilmaymasdim. Bir kuni ustozim buni payqab: "Xudo xohlasa, hammasi yaxshi! Dafn marosimidamisiz?"

Xudoni topish tashvishlarni yashirish va barcha qayg'ularni ko'mishni anglatishini bilmaysizmi? Hayotni bunchalik jiddiy qabul qilmang", dedi.

U menga insonning burchi, Xudoda to'liq erkinlikni topishi uchun o'z ongini barcha dunyoviy chalg'ituvchi narsalar va muammolardan ustun qo'yish ekanligini o'rgatdi.

Hayot qiyinchiliklariga jasorat va o'ziga ishonch bilan qarshi turish uchun quvonch va qayg'u, foyda va zarar, g'alaba va muvaffaqiyatsizlikda muvozanatni saqlash kerak.

Barcha voqealarga qaramay, ichki xotirjamlikni saqlash - aldamchi istaklarni yengishning eng yaxshi yo'li. Bu men zamonning o'zgaruvchanligidan ta'sirlanmagan, ammo oxirigacha sobit va o'zgarmas bo'lgan buyuklardan o'rgangan narsam. Hatto payg'ambarlar ham qiynoqqa solinganlarida, muqaddas onglarini yo'qotmaganlar va hech kimga Xudoning sevgisini o'g'irlashga yo'l qo'ymaganlar. Ma'naviy quvonchning o'zi muborak himoya va barchaning eng buyuk qal'asidir. Sinovlar va azob-uqubatlarda orasida Xudo sizga bergan ne'matlarni eslang. Sizning qalbingiz Xudoning muqaddas ma'badi. Siz johillik zulmatining bu pok joyni bulg'ashiga yo'l qo'ymasligingiz kerak. Ma'naviy ongli, sharaflil, obro'li, xavfsiz va xotirjam holatda bo'lish naqadar ajoyib! Hech narsadan qo'rqmang va hech kimdan nafratlanmang. Sevgingizni hammaga bering. Xudoning sevgisini his eting va Uning barcha odamlarda borligini ko'ring va eng kuchli istagingiz Uning qalbingizda doimiy borligi bo'lsin. Bu dunyoda tinchlik va osoyishtalikda yashashning yo'li. Ammo istaklarning shiddatli shamollari qalb vohasidan esib, daraxtlarini shiddat bilan silkitib tursa, bu o'zini qoniqtirishni tatib ko'rish qiyin.

Istaklar insonning atrof-muhiti tomonidan shakllanadi. Ular bizning hissiy idroklarimizdan tug'iladi va bu idroklarning cheklovlari bilan cheklangan. Qishloq yarmarkasiga borish hayajonlanish istagini qondiradi, ammo jahon darajasidagi ko'rgazmaga tashrif buyurib, barcha turli xil ko'rgazmalarni ko'rgandan so'ng, kichik yarmarka o'zining jozibasi va jozibasini yo'qotadi. Shunday qilib, biz avval Xudo bilan muloqot quvonchini boshdan kechirishimiz kerak, shunda biz bu quvonchni dunyoviy zavqlarga solishtirishimiz mumkin. Shunda orzular yuqori tabiatga ega bo'ladi. Istak cheksizdir; bir istak amalga oshishi bilan boshqasi uning o'rnini egallaydi. Lekin siz Xudoni topganingizda, barcha istaklaringiz amalga oshadi. "Avvalo Xudoning Shohligini va Uning adolatini izlang, shunda bularning barchasi sizga beriladi (Va Xudo bilan bo'lgan narsa yaxshiroq va uzoqroq)" Xo'sh, nega avvalo o'sha eng buyuk istakning amalga oshishini izlamaysiz va Xudoning saxovatli qo'lidan eng yaxshi va eng uzoq davom etadiganini olmaysiz?

Xudo izlovchining Uni bilish haqidagi ibodatiga javob berganida, uning boshqa barcha istaklari darhol va abadiy amalga oshadi.

Ba'zi odamlar o'zlarida hech qanday istak yo'q deb o'ylashadi!

Odamlar bozorga borganlarida ko'pincha nimalar bo'lishini payqadim. Ularning sotib olish istagi bo'lmasligi mumkin, lekin to'satdan bir narsa ularning e'tiborini tortadi va ular: "Ha, men uni sotib olishim kerak!" deb o'ylashadi.

Agar ular uni darhol sotib olmasalar ham, u ularning xayollarida kechayu kunduz yotadi, nihoyat sotib olguncha, hatto qarz olishga majbur bo'lishsa ham. Ular bundan bir muddat zavqlanishadi, lekin

asta-sekin uning jozibasi yo'qoladi va unga ega bo'lish quvonchi pasayadi, shuning uchun ular boshqa narsani xohlashadi va hokazo.

Ba'zan biz "Voy, qani endi menda falon pul (yoki maxsus rusumdagi mashina, suzish havzasi yoki boshqa narsalar) bo'lganida edi" degan odamni uchratamiz va bu istak amalga oshishi bilanoq, yangi narsaga bo'lgan yana bir istak paydo bo'ladi.

Inson istaklari tabiatan nomukammaldir va shuning uchun ular o'z egalari uchun to'liq baxtga erisha olmaydilar.

Dunyo sizni yagona chinakamiga arziydigan istak Xudoni topish ekanligini eslatishdan chalg'itishga harakat qiladi. Lekin siz buni har kuni o'zingizga eslatib turishingiz kerak. Inson chekishni tashlashga, ortiqcha ovqatlanishni to'xtatishga, yolg'on gapirishni yoki aldashni to'xtatishga qaror qilganda, ular qarorlarida qat'iy bo'lishlari va ikkilanmasliklari kerak. Yomon muhit irodani susaytiradi va zaiflashtiradi, insonda soxta istaklarni uyg'otadi. U ulardan eng yaxshisini oladi va ularga eng yomonini beradi. O'g'rilar bilan yashaydiganlar bu yashashning yagona yo'li deb hisoblashadi. Lekin yaxshi odamlar bilan muloqot qilish ongni yuqori narsalarga yo'naltiradi, shuning uchun soxta istaklar endi odamni vasvasaga sola olmaydi. Bu hayotdagi hamma narsa o'zgarishga va tebranishlarga duchor bo'ladi. Ammo bir necha daqiqa chuqur mulohaza yuritish yoki sof ma'naviy mavzularni o'rganish va mulohaza qilish ilhom manbai bo'lib, chin dildan izlovchini aldamchilik va illyuziya okeani orqali "u yerda hech qanday charchoq ularga tegmaydi va ular u yerdan haydalmaydi" degan ilohiy qirg'oqlarga olib boradi.

(Mehnat qilganlar uchun eng katta dam olish tayyorlandi va haqiqatni izlashda hech qanday kuch sarflamagan kishi uni yutib oldi)

Haqiqiy baxt Xudoga intilishda va U haqida doimo o'ylashda yotadi. Qat'iyat bilan shunday bir vaqt keladiki, bu fikr shunchalik mustahkam va o'zgarmas bo'ladiki, hech qanday jismoniy, ruhiy yoki hissiy azob-uqubatlar sizning ongingizni Xudodan chalg'it olmaydi. Xudoni anglab, Uni doimo o'ylab va his qilib yashash va Uning muqarrar huzurida qolish ajoyib emasmi, bu yerda na o'lim, na boshqa hech narsa sizning ichki xotirjamligingizni o'g'irlay olmaydi? (Iymon keltirganlar va qalblari Xudoni zikr qilishda orom topganlar. Albatta, Xudoni zikr qilishda qalblar orom topadi.)

Barcha istaklarga qarshi immunitetga ega bo'lganingizda, abadiy mavjudlikdan bahramand bo'lasiz

Hayot haqiqatan ham g'alati, chunki hamma narsa o'zgarishi mumkin. Shuning uchun baxt kemasini bu hayotning o'zgaruvchan qumlariga langar tashlamaslik kerak. Vaqtimiz o'tadi va hozir ko'rib turganimiz bir kun yo'q bo'lib ketadi. O'zgarish sizga zarar yetkazishiga yo'l qo'ymasangiz, qabul qilinadi. Va u sizga zarar yetkazganda, boshdan kechirayotgan ichki tartibsizliklar sizga istaklarga berilmaslik haqida xabar beradi. Ilohiy ruhda xotirjam bo'lganingizda, siz hamma narsadan bog'liqlik yoki qaramliksiz zavqlanasiz. Shuning uchun, Uni bilishga intilish g'amxo'rlik qiladiganlar uchun juda muhimdir; aks holda hayot halokatli umidsizlikka, umidlarni dahshatli tarzda yo'q qilishga aylanadi.

1935-yilda Hindistonga qaytib kelganimda, bolaligimda sevgan joylarimga borishga umid qilgandim, lekin yetib borganimda hamma narsa

o'zgarganini ko'rdim. Hayot sahnasi boshqacha tarzda qayta tashkil etilgan edi. Eng katta umidsizlik va hayrat Aykapurdagi eski uyimga tashrif buyurganimda keldi, u yerda o'ynab, qushlarni tomosha qilardim. Eslaganlarimdan faqat bitta daraxt qoldi. Hayot shunday! Tanish va qadrli narsalar birin-ketin ko'z o'ngimizdan yo'qolib bormoqda. Uyimizni bolaligimdagidek ko'rish uchun hamma narsani berishga tayyor edim. Shunga qaramay, Xudo mening xohishimga ijobat bo'ldi, chunki keyinchalik men uyni vahiyda ko'rdim, u yerda biz basseynda suzdik, keyin yuqoriga chiqdim, karavotda yotdim va ko'p yillar oldin qilganimdek, mango yedim.

Endi istaklar juda sinchkovlik bilan tekshirilishi va tekshirilishi, yaxshilab saralanishi va faqat yaxshilari saqlanib qolishi kerak, hatto bu yaxshi istaklar ham Xudoga bo'lgan eng muhim istakni bostirishga yo'l qo'yilmasligi kerak.

Bu istak tirik va yonib turishi kerak, so'nib yoki so'nib ketishiga yo'l qo'yilmasligi kerak. Inson Xudodan o'zining yer yuzidagi istaklarini bajarishini so'raganida, lekin Undan O'zini o'ziga ochib berishini so'ramaganida, katta xayol ostida qoladi. Ota-onasidan uning iltimoslarini bajarishini doimiy ravishda talab qiladigan, aks holda ular haqida so'ramaydigan va ular haqida o'ylamaydigan bolani tasavvur qiling. Bu noshukurlik va ularning mehribonligini inkor etishdir va bunda tafakkur qiluvchilar uchun saboq bor.

Ushbu hayot kitobi qo'llanilganda, insonga faqat yer yuzida yashab yurgan paytida olingan ma'naviy bilimlar hamroh bo'ladi. Shuning uchun, agar inson o'zining ma'naviy kelajagi haqida chin dildan qayg'ursa, Xudo uning ongida doimo mavjud bo'lib, Uni doimo chaqirib, hech qachon unutmasligi kerak.

Xudo bilan muloqotda bo'lganimizda, barcha istaklar sirli tarzda amalga oshishini ko'ramiz. Lekin biz avval Xudoni izlashimiz kerak. U saxovatli va bizga hamma narsani bergan, lekin biz Uni faqat Uning in'omlari bilan qanoatlanmasdan, balki Beruvchining O'ziga murojaat qilganimizda topamiz. Biz Uni izlanishlarimizda samimiy bo'lsak, Unga yaqinlashish va Uning muborak huzurini his qilish istagimizda astoydil bo'lsak, bilib olamiz.

Inson duch keladigan eng katta to'siq - bu uning o'zi. Ular jimgina o'tirib, ma'naviy narsalar haqida o'ylashga harakat qilganda, to'satdan dunyoviy fikrlar paydo bo'ladi, ularni chalg'itadi va maqsadlariga erishishlariga to'sqinlik qiladi. Ular o'zlarini fikrlari va tanalarini boshqarishga o'rgatishlari kerak va bunda ular qalblarida ko'chma jannatni olib yurishadi, hayotda yoki o'limda, jannatda yoki do'zaxda bu oliy baxt ularga hamroh bo'ladi.

Biz Xudoga chuqur ibodat qilishimiz, buyuk sog'inchimizni to'kib tashlashimiz, Undan qalb tilida, qalb istagi va vijdon pichirlashi bilan so'rashimiz kerak, toki U bizni eshitib, bizga javob bersin. Lekin agar inson yarim chin dildan ibodat qilsa va shu bilan birga boshqa narsa haqida o'ylasa — Xudo biladigan narsa bu odamning asosiy tashvishi emas — U javob bermaydi.

Avvalo Xudoga ega bo'lishimiz kerak Hozir vaqt keldi Biz kutmasligimiz kerak, chunki illyuziyalar juda kuchli Hayot tez o'tadi va hayotning maqsadini bilmasdan bu dunyoni tark etish uyatdir Bo'sh vaqtimiz bo'lganda har safar o'ylashimiz kerak Hatto ibodatlaringiz dastlab ijobat bo'lmasa ham, Xudoning rahmatidan umidsizlikka tushmang, balki iltijo qilishda davom eting Chin dildan ibodat qiling va ibodatingiz ijobat bo'lishiga ishonang

Men hayotimda Xudoning ibodatga javob berishining eng katta isbotiga guvoh bo'ldim. Ammo bunday javob harakat talab qiladi, chunki hech qanday ahamiyatli narsa harakatsiz paydo bo'lmaydi. Meditatsiya hayot sirlarini ochish va Xudoning shohligiga kirish uchun juda muhimdir.

Yomon odatlar va boshqa chalg'ituvchi narsalar sizning harakatlaringizni barbod qilishga va qat'iyatingizni susaytirishga harakat qiladi. Ammo agar baxtli bo'lishni istasangiz, fikrlaringizni Xudoga qarating, shunda Uni o'zingizga yaqin topasiz.

Dunyoviy zavqlarga bo'lgan istaklar insonni bu yerga tortadigan magnit tortish kuchini yaratadi, hayotdan keyingi hayot Xudoda o'z xohish-istaklarini topganlar uchun tanaga qaytish keraksiz bo'lib qoladi. Ular biron bir istakni amalga oshirishni istaganlarida, ular bu haqda o'ylashadi va bu ularning oldida namoyon bo'ladi. Onam vafotidan keyin menga ko'rindi va men uni ko'rib taskin topdim va Xudoga Uning yaxshiligi uchun shukr qildim. Darhaqiqat, U eng saxovatli va eng rahmdil Zotdir. U qalbimizda birinchi o'rinni egallaganimizda, bizga bo'lgan sevgisi va minnatdorchiligini namoyish etish uchun bizning istaklarimizni amalga oshiradi.

Inson Xudoga yetganda, u hayot va taqdirning xo'jayiniga aylanadi. Ilohiy mavjudlik hayotimizda mustahkam o'rnashmaguncha, biz tinchlanmasligimiz kerak. U bizga orzu qilgan barcha narsani beradi va bizni sinovdan o'tkazadi.

Ma'naviy yo'ldagi sinovlar va to'siqlar juda ko'p va ulkan, ammo biz bu sinovlardan o'tib, ularni yengib o'tar ekanmiz, shunday deyishimiz kerak: "Ey Rabbim, Sen mening ibodatlarimni ijobat qilding va eng buyuk istaklarimni amalga oshirding, shuning uchun qalbim

Sening huzuring bilan boyidi va ruhim Sening nuring bilan nur sochdi".

Sizga tinchlik bo'lsin

Ustoz Paramhansa Yoganandaning so'zlaridan

Odamlar hayotdagi ba'zi narsalardan voz kechish g'oyasidan shikoyat qiladilar, garchi aslida ular ko'plab qimmatli narsalardan, eng muhimi, xotirjamlikdan voz kechsalar ham va ba'zan hatto pul uchun o'zlarini qurbon .qilsalar ham, bu zarar va yo'qotishlarga olib keladi

O'zingizni Xudoga topshiring, shunda hayotingiz go'zal ritmik musiqaga aylanganini ko'rasiz

Diqqatingizni bu dunyodan ichingizdagi Xudoning ulkan shohligiga qarating

Tinchlik kemasida siz orzularimizdan tashqaridagi olamga suzib borishingiz mumkin, u yerda ilohiy buloq qalb .va ruh tubidan tinimsiz oqib chiqadi

Rabbim, zaif yoki kuchli, kasal yoki sog'lom, mashhur yoki noma'lum, boy yoki kambag'al bo'lishimdan qat'i nazar, Sen meni sevishingni va hech qachon tashlab ketmasligingni bilib, hayot o'yinida Senga ma'qul keladigan tarzda o'z .rolimni o'ynashimga yordam ber

Bu dunyodan ketganida boylik insondan tortib olinishi mumkin yoki undan tortib olinishi mumkin, lekin ular uni o'zlari bilan olib keta olmaydilar. Uning asl qiymati uni foydali ishlarga sarflashda, o'ziga va boshqalarga Xudo va .vijdonini rozi qiladigan tarzda baxt keltirishdadir

Faqat o'z xavfsizligi va qulayligi haqida o'ylaydiganlar, boshqalarning ehtiyojlarini unutib yoki e'tiborsiz qoldirib, aslida bir kun kelib ularning taqdiriga aylanadigan

qashshoqlikka intilishadi. Boyliklarini yaxshi ishlar uchun ishlatish o'rniga, ularga yopishib olganlar oxiratda o'zlariga farovonlik keltirmaydilar, balki boylarning istaklari va ishtiyoqlari bilan kambag'al bo'lib tug'iladilar. Lekin mo'l-ko'lchilik va farovonlikni boshqalar bilan baham ko'radiganlar qayerga borsalar ham, yaxshilik va mo'l-ko'lchilikni o'ziga .jalb qiladilar

Agar siz bunga loyiq bo'lganlarga ixtiyoriy ravishda bersangiz, Xudo har doim siz bilan ekanligini va sizni hech qachon tark etmasligini va sizga hech narsa kerak emasligini bilib olasiz. Biz hayotimizni bevosita Xudo ta'minlayotganini va ongimiz, irodamiz va faoliyatimizning barchasi Xudoga bog'liqligini va Undan kuch olishini anglaganimizda, biz Undan to'g'ridan-to'g'ri yo'l-yo'riq olamiz va hayotimiz Uning .cheksiz hayoti bilan bir ekanligini anlaymiz

Meditatsiya Xudoning borligiga dalil keltiradi. Hislar to'liqlari ong hovuzidan tozalangandan so'ng, ruhdan ilohiy saodat paydo bo'ladi. Bu saodat allaqachon ruhda mavjud, .ammo u yashiringan

Ey Xudoyim Men avval kichik ishlarni bajarish uchun irodam va aql-zakovatimdan foydalanaman, keyin esa katta yutuqlarga erishaman

Barcha moddiy ambitsiyalarga erishilgan taqdirda ham,

bu faqat to'liq bo'lmagan baxtni beradi - va Xudoni topish orqali men cheksiz quvonch manbalarini kashf etaman Va u hech qachon oqib va oqishni to'xtatmaydi Ruhning bog'lari va doim yashil o'tloqlarida

Uy: G'alaba maydoni

Agar inson butun umrini bir hayajondan keyin ikkinchisini quvib o'tkazsa, u hech qachon chinakam baxtning ta'mini bilmaydi. Sodda yashash va hayotga osonlikcha yondashish kerak. Inson yolg'iz vaqt o'tkazishi, vaqti-vaqti bilan o'z harakatlari haqida mulohaza yuritishi va

shifo, yoshartirish va yangi kuch keltiradigan ichki
.xotirjamlikni amalda qo'llashi tavsiya etiladi

Agar chalg'ituvchi omillar doimo mavjud bo'lsa va
boshqa stimullar sezgilarni bombardimon qilsa, natijada
asablar zarar ko'radi, katta miqdordagi hayotiy energiya isrof
bo'ladi va ruh tarang va xafa bo'ladi. Bundan tashqari, odam
boshqalarni tuzatish bilan haddan tashqari
tashvishlanmasligi kerak; aksincha, boshqalarni tuzatishga
.urinishdan oldin o'zini tuzatishi kerak

Uy eng buyuk jang maydoni ekanligini biling. Uyida
.farishta bo'lgan odam har qanday joyda farishta bo'ladi
Ovozning yoqimlilik va olijanob xulq-atvordan kelib
chiqadigan xotirjamlik uyda boshqa joylarga qaraganda
.ko'proq kerak

Yorug'lik porlagan joyda zulmat qololmaganidek,
Xudoning nuri tana hujayralarida porlaganda kasallik zulmati
.ham yo'qolishi kerak va bu haqiqatni anglaydiganlar kam
Odamlar shifo topishni kuchli istak bilan his qilganda,
ular Xudo ularning ibodatlarini eshitmasligini o'ylab, bezovta
qalblar bilan yoki umidsizlik hissi bilan ibodat qilishadi yoki
ibodat qilishadi, lekin kutishmaydi, toki ibodatlari Xudoga
.yetib borganmi yoki yo'qligini bilishsin

Xuddi nosez qabul qilgich yordamida efirda
uzatilayotgan musiqani tinglab bo'lmagani kabi, qo'rquv,
xavotir va har xil xavotir, shubha va noaniqlik bilan
ishlaydigan ruhiy apparat orqali Xudodan chiqadigan sog'liq,
.kuch va donolik tebranishlarini ham qabul qilib bo'lmaydi

Ey Rabbim, muhtojlik va farovonlik paytlarida, kasallik
va sog'liqda, zulmat va yorug'likda va har qanday sharoitda
Seni eslaylik va shukr qilaylik. Bizga bergan farovonlik
kunlarini minnatdorchilik bilan eslaylik. Barcha kasalliklar va
dardlarni davolaydigan muborak nuringni ko'rishimiz uchun
.bizga imon ko'zlarini ochishga yordam ber

Men ezgu fikrlar, ezgu niyat va samarali, foydali
faoliyatim kemasining kapitaniman. Men hayotim kemasini

boshqaraman, ko'zlarimni doimo chuqur tafakkur
.osmonimdagi porloq tinchlik sayyorasiga qadab turaman
Men qilayotgan barcha ishlarimda muvaffaqiyatga
erishish uchun ijodiy fikrlash qobiliyatlarimdan
foydalanaman. Agar o'zimga ham yordam berishga harakat
.qilsam, Xudo menga yordam beradi
Bugun men hayot bog'ini yangilangan kuch bilan
ishlayman va unga donolik, sog'liq, mamnuniyat va baxt
urug'larini sepaman. Urug'larni imon va o'ziga ishonch bilan
sug'oraman va menga adolatli hosil berishini Qodir
Tangrining marhamatini kutaman. Kutilgan hosilni yig'ib
olmasam ham, qo'limdan kelganicha harakat qilishdan kelib
chiqadigan xotirjamlik uchun minnatdor va minnatdor bo'lib
.qolaman

Men Xudoga shukur qilamanki, Uning marhamati bilan
muvaffaqiyatga erishgunimcha harakat qila olaman. Va
qalbidagi eng buyuk istakni amalga oshirganimda Unga
shukur qilaman. Men Xudoning roziligini izlab, faqat olijanob
.va munosib ishlarni qilishga intilaman
Dunyo tabiiy va insoniy bo'ronlarga to'la, Xudo esa bu
dunyoning bo'ronlari, dovullari va yovuzliklaridan
mustahkam qalqon va xavfsiz boshpanadir. Xudo qayerda
bo'lsa ham, qo'rquv va qayg'u yo'q. Haqiqiy mo'min hayot
jangida va voqealar kurashida qat'iy va mag'rur turadi, Xudo
u bilan ekanligiga, uni zarardan himoya qilishiga va uni bir
lahza ham tark etmasligiga amin. Shunday qilib, qo'rquv
uning qalbidan yo'qoladi va ishonch paydo bo'ladi, bu esa
.majburlab bo'lmaydigan himoyadir

Qo'rqmaslik Xudoga va Uning himoyasiga ishonishni,
shuningdek, Uning adolatiga, donoligiga, rahm-shafqatiga,
.sevgisiga va hamma joyda mavjudligiga ishonishni anglatadi

Qo'rquv insonni psixologik kuchidan mahrum qiladi,
ongini xiralashtiradi va yurakning tabiiy ritmlarini buzadi.
Bundan tashqari, qo'rquv jismoniy buzilishlar va psixologik

kasalliklarga olib kelishi mumkin. Inson xavotir va psixologik qamalishlarga berilish o'rniga, o'zini hamma narsani ko'ruvchi, hamma narsani eshituvchi Xudoning himoyasida xavfsiz, Uning mustahkam qal'asida xavfsiz va Uning rahmati .va g'amxo'rliigi bilan o'ralganligiga ishonch hosil qilishi kerak

Afrika o'rmonida bo'ladimi, jang maydonida bo'ladimi, kasallik yoki qashshoqlikdan aziyat chekadimi, o'zini Xudoning qo'li har qanday xavfdan kuchliroq va Undan panoz izlaganlarni himoya qilishga qodir ekanligiga ishonirishi kerak. Himoya qilishning bundan samarali vositasi yo'q. Albatta, voqealar bilan kurashishda aqldan foydalanish kerak, shu bilan birga ilohiy yordamga to'liq ishonish kerak. Iymon hech qachon qiyinchiliklarga duch kelganda ehtiyotsizlik qilish yoki aqlsiz harakat qilish degani emas. Aksincha, nima bo'lishidan qat'i nazar, agar butun qalbingiz, joningiz va his-tuyg'ularingiz bilan Unga murojaat qilsangiz, faqat Xudo qiyin va sinovli vaziyatlarda yordam .berishga qodir ekanligini o'ziga tasdiqlash kerak

Qiyinchiliklar ko'chki kabi tushganda, biz ularning irodamizni falaj qilishiga yoki aniq tasavvurimiz va dono, mantiqiy yondashuvimizni yashirishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak. Aksincha, biz Xudoga bo'lgan imonimizni va to'g'ri va noto'g'ri tushunchamizni saqlab qolishimiz va chiqish yo'lini topishga harakat qilishimiz kerak. Xudoning yordami bilan biz buni topamiz. Oxir-oqibat, ishlar yaxshilanadi, chunki Xudoning kuchi va mo''jizalari inson hayotining qarama-qarshiliklari ortida yashiringan. Vaziyatning muqarrarligini qabul qilmaydigan va buning o'rniga aql-idrok va imon bilan parda ortiga kirishga harakat qiladiganlar o'zlari uchun eshik ochilganini topadilar - har bir mo'min qo'l taqillatadigan .eshik

Hayot zulmatga burkangan va ba'zan biz qoqilib, oldinga siljishdan ikkilanamiz. Hayotning qorong'u yo'llaridan

yurganda, Xudoning nuri bizga yo'l ko'rsatuvchi chiroq bo'lishiga yo'l qo'yishimiz kerak. Xudo johillik va zulmat tunlarida to'lin oy, uyg'onish soatlarida nur quyoshi, yo'l-yo'riq mayoqi va yer yuzidagi, o'tkinchi hayot dengizlarida .kezib yuruvchilar uchun yo'l ko'rsatuvchi yulduzdir

Dunyoda muammolar davom etaveradi, shuning uchun yo'l-yo'riq va yo'l-yo'riq uchun qayerga murojaat qilish mumkin? Odatlar, xurofotlar, tarafkashliklar va fanatizm ta'sirida bo'lgan insonning fikrlari hech qanday foyda bermaydi va atrof-muhit, oila, mamlakat yoki dunyoning ta'siri haqiqiy yo'l-yo'riq ko'rsatishga qodir emas. Shuning uchun inson Xudoga murojaat qilishi va qalb tubidan chiqayotgan xotirjam, osoyishta ovozni, haqiqat bilan uyg'un .ovozni tinglashi kerak

Aqliy mulohaza va ma'naviy introspeksiya o'rtasidagi
farq

Agar inson o'zini nazariy bilimlar bilan dasturlashtirsa, u maqollar va yuksak iboralarni takrorlaydigan yuruvchi yozuvchiga o'xshaydi va boshqalar ularni o'rganilgan va bilimli deb hisoblashadi. Ammo bunday bilim haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri idrok etish bilan mustahkamlanmaydi va ma'naviy yutuqlar bilan tenglashmaydi. Bunday intellektualizatsiya yoki intellektualizatsiya "men"ni hissiy ongga bog'lab qo'yadi, uning o'zi jismoniy sezgilar bilan cheklangan. Nazariy bilim ilohiy bilimga ega bo'la olmaydi va qimmatli vaqtingizni haqiqatda qo'llay olmaydigan nazariyalarga sarflamaslik tavsiya etiladi, aks holda odam o'zini zich intellektual o'rmonda adashib, nazariya doirasidan .tashqariga chiqa olmaydi

Bu jarayon haqiqatni bilishga olib kelmaydi, chunki haqiqat fikrlar va nazariyalardan tashqarida va bu yondashuvga amal qilganlarning ko'pchiligi o'zlarining .sub'ektiv xulosalariga bog'lanib qoladilar

Agar inson aqliy qobiliyatlaridan faqat pul va moddiy boyliklarga ega bo'lish uchun foydalansa, uning ongi moddiy dunyoga tortiladi va cheksiz murakkabliklarga aralashib ketadi. Shuning uchun, dono odamlar inson Xudo unga bergan barcha aqliy qobiliyatlarini o'tkinchi narsalarga intilishga bag'ishlamasligi kerakligini aytishadi, aks holda ular o'zlarini materializm labirintida yo'qotib, o'zlari uchun keraksiz cheklovlar va cheklovlar yaratib qo'ymaydilar. Buning o'rniga, ular aqliy qobiliyatlaridan hayot ehtiyojlarini qondirish uchun foydalanishlari va to'g'ri va noto'g'ri, zararli va foydali narsalarni farqlash uchun axloqiy qobiliyatlarini rivojlantirishga intilishlari kerak. Ular o'zlarining ma'naviy tushunchalarini rivojlantirganlarida, o'zlarida Xudoni his qila oladilar va materializmning zich pardalari ortida yashiringan ma'naviy haqiqatlarni aniqlay oladilar. Bu holat ma'naviy .introspeksiya deb ataladi

Bizning tashvishlarimiz qanday bo'lishidan qat'i nazar, Xudo hayotimizda doimo ustuvor o'rin tutishi kerak. Ma'naviy o'sishning eng muhim elementlaridan biri bu Xudo bilan doimiy, samimiy aloqadir, bu orqali siz shaxsan sizni chuqur taassurot qoldiradigan ajoyib, ijobiy o'zgarishlarga guvoh .bo'lasiz

Biror kishi spektakl ko'rishni, yangi kiyim yoki yangi mashina sotib olishni istasa, uning ongini doim band qilib qo'yishadi, shunday emasmi? Bu masalalar va ularga qanday erishish yoki erishish haqida nima deyish mumkin? U o'z orzularini ro'yobga chiqarmaguncha tinchlanmaydi va bu orzulariga erishish uchun tinimsiz mehnat qilishda davom .etadi

Shunday qilib, inson ongi Xudo haqida o'ylash bilan band bo'lishi kerak. Shunda barcha kichikroq istaklar Xudoni .his qilish va U bilan muloqot qilish istagiga aylanadi

Aql Xudoga sog'inchli qalb tubidan chiqadigan samimiy,
g'ayratli pichirlashni pichirlaganda

Ruhning chaqirig'i kosmik qalbgaga ta'sir qiladi va javob
.keladi, u bilan birga katta quvonch ham keladi

Intellectual pichirlash iroda kuchini rivojlantiradi, toki siz
kerakli maqsadga erishish uchun yetarli kuchga ega
bo'lguningizcha

Insonning ongi va irodasi Xudo bilan uyg'un bo'lganda,
ular cheksiz kuchga ega bo'ladilar, shuning uchun biror narsa
haqida o'ylashning o'zi uni amalga oshirish uchun yetarli
bo'ladi, chunki ilohiy qonun oliy iroda bilan uyg'un bo'lganlar
.foydasiga ishlaydi

Hayotimdagi barcha ajoyib yutuqlar Xudo bilan
uyg'unlikdagi ong kuchi orqali erishildi. Ilohiy generator
ishlayotganida, men xohlagan hamma narsa istisnosiz
amalga oshadi, avval ko'rinmas, efirdagi dizayn sifatida
shakllanadi, keyin esa haqiqatda qarshilik ko'rsatmaydigan
.kuch bilan namoyon bo'ladi

O'sish siri

Biz boshdan kechirgan har bir tajriba orqali o'sib
boramiz, agar ulardan qimmatli saboqlar olishimiz
mumkinligini anglasak. Chunki biz boshdan kechirgan har bir
.og'riq va azob-uqubatlarning ma'nosi va maqsadi bor

Sinovlarning qattiqligiga qaramay, ular temir rudasini
eritib, uni go'zal, mustahkam va ko'p qirrali po'latga
aylantiradigan olovga o'xshaydi. Tajribaning kuydiruvchi
alangasi orqali orttirgan donoligimiz chindan ham ajoyibdir.

Hayot bizni poklaydi, oddiy tabiatimizni qimmatbaho
elementlarga aylantiradi, bizga qalblarimiz toshlar kabi sof,
po'lat kabi mustahkam, ammo moslashuvchan va bardoshli,

qiyinchilik va mashaqqat bosimi ostida sinmasdan
.yashashga imkon beradi

G'azabdan buzilgan, shafqatsizlikdan yaralangan
yuzlarni ko'rganimizda, ularning nigohi bizni o'z qalbimizdagi
xunuklikni — yomon niyatlardan va ichimizdagi muborak
ilohiy tasvirni yashiradigan chuqur g'azablardan boshqa hech
narsa bilan tegmagan qalbni — xuddi kuy oynani
buzganidek, yovuz niyatlardan va chuqur g'azablardan
boshqa hech narsa bilan tegmagan qalbni yo'q qilishga
undaydi. Boshqalarning og'riqli harakatlari bizda o'z xatti-
harakatlarimizni yaxshilash va o'zimizni nazorat qilish
istagini uyg'otishi kerak, toki biz o'zimizning itoatsiz
.ehtiroslarimizning xo'jayini bo'laylik, ularga qul bo'lmaylik

Yaxshi so'zlar ko'plab kasalliklar uchun ajoyib davodir,
ular kuchli, deyarli sehrli, magnit kuchga ega bo'lib,
so'zlovchiga mo'l-ko'l baraka va farovonlik keltiradi.
Yumshatuvchi, muloyim so'zlarni ishlatadiganlar ular orqali
uzluksiz oqayotgan nozik oqimni his qilishadi, ular mo'l-ko'l
xotirjamlikka to'ladilar. Buning sababi, bu oqim uning yuqori
manbasiga bog'liq, doimo oqadi va u bilan uyg'unlikda
qalblarga yetib boradi. Shunda ular bu baxt oqimini
.tinchlikka intilayotgan qalblarga yetkaza oladilar

Har kuni inson o'zining eng yaxshi ko'rinishini istagani
uchun o'z yuzini ko'rish uchun oynaga qaraydi. Unda ular
uchun har kuni o'zlari bilan turish va ichki tahlil oynasiga
qarab, yaltiroq yuzaning ostida nima borligini aniqlash
qanchalik muhimroq! Chunki tashqi jozibali har bir narsa
o'zining jozibasini ichki "men"dan oladi. Va hech narsa
qalbning sof oynasini g'azab, xafagarchilik, hasad va nafrat
kabi psixologik buzilishlar kabi dog'lantirmaydi. Kimki o'zini
ruh tabiatiga begona bo'lgan bu birikmalardan xalos
bo'lishga intilsa, ichki go'zallik nuri ichkaridan tarqalishiga
.yo'l qo'yadi

Tahlil orqali biz inson muammolari uch xil ekanligini aniqlaymiz: inson tanasiga hujum qiladigan muammolar va kasalliklar, ongga hujum qiladigan boshqalar va ruh yo'llarini .to'sadigan uchinchi toifa mavjud

Kasallik, qarilik va o'lim tana duch keladigan qiyinchiliklar va to'siqlardir. Biroq, ruhiy kasalliklar ongga qayg'u, qo'rquv, g'azab, bostirilgan istaklar, nafrat, nafrat, hissiy obsessiyalar, qizg'in asabiy qo'zg'alish va aqliy qobiliyatlarni falaj qiladigan psixologik saraton orqali kirib boradi. Biroq, eng xavfli kasallik - bu johillikda namoyon bo'ladigan ruh kasalligi bo'lib, undan boshqa barcha .kasalliklar kelib chiqadi va tarqaladi

Dunyoda yaxshilik yomonlikdan ko'ra ko'proq

Shubhalar paydo bo'lganda, biz buyuk insonlarning hayotini eslashimiz kerak. Biz inson ekanligimiz rost, lekin Xudo bizga kamdan-kam foydalanadigan favqulodda kuchlarni ato etgan. Xo'sh, nega qarilik, kasallik va qayg'udan qo'rqib titraymiz? Biz tanamizga g'amxo'rlik qilish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz kerak, lekin qo'rquvga berilib ketmasligimiz yoki o'zimizni johillik uyumlari ostiga .ko'mmasligimiz kerak

Tana butun inson emas

Bu dunyoda yaxshilik yomonlikdan ustun turadi, chunki Xudo eng oliy kuchdir. Lekin bizga yomonlik tushganda, biz uni nazorat qilishga yoki uning ta'siridan qochishga kuchimiz .yo'q deb o'ylaymiz

Yovuzlik bo'ronlari esishi aniq, ammo biz ularning .ta'sirini yengib, ular ustidan ko'tarila olamiz

Bizga hayot yo'q qilish uchun emas, balki bizga abadiyat ongini singdirish uchun berilgan va biz bu haqiqatni yodda .tutishimiz kerak

Fikr erkinligisiz inson o'zini sof, o'z-o'zidan va tabiiy tarzda ifoda eta olmaydi. Esingizda bo'lsin, siz tubdan .erkinsiz. Iroda kuchi har doim erkindir

Agar siz irodangizdan to'g'ri foydalansangiz, bu siz uchun yaxshi karma yaratadi, lekin ko'pchilik odamlar o'zgarishni xohlamaydilar va harakat qilishni xohlamaydilar, shuning uchun ular qiyinchiliklar oldida yiqilib, .qiyinchiliklarga dosh berolmaydilar

O'zingiz xohlagan narsani qilish erkinlik emas, chunki odamlar o'z xohish-istaklari bilan bog'langan va shuning uchun ularning harakatlarini umuman erkinlik deb atash mumkin emas. Haqiqiy erkinlik hamma narsani donolik bilan boshqariladigan iroda bilan bajarishni anglatadi. Agar inson o'z irodasini faollashtirsa va uni yaxshi va foydali ishlar uchun ishlatsa, o'tmishdagi harakatlarining oqibatlarini nazorat qila oladi, bu esa muqarrar ravishda ularga ergashadi. Agar siz harakatlaringizni aql va iroda bilan amalga oshirsangiz, avvalgi noto'g'ri harakatlaringizning kuchlari zaiflashadi va yaxshi harakatlaringizdan kelib .chiqadigan odatlar kuchayadi

Biz doimo o'zimizga yetishmaydigan narsani xohlaymiz va keraksiz narsalarga bog'lanib qolamiz. Biror narsa bizni egallab olgandan so'ng, biz vaqtincha iroda erkinligimizni yo'qotamiz. Xuddi sharqliklar qadimgi urf-odatlar qulligida bo'lgani kabi, g'arbliklar ham zamonaviy urf-odatlar qulligida. .Biz o'z taqdirimizni yaratamiz va unga bog'lanib qolamiz

Nima uchun bir bola yovuz oilada tug'iladi, boshqasi esa yaxshi oilada tug'iladi? Ularning har biri o'z erkinligidan foydalanib, o'tmishda (avvalgi hayotda) ma'lum bir tarzda yashashgan va shu tariqa bu hayotda o'zlariga shunday .holatlarni keltirib chiqarishgan

Xudosiz haqiqiy erkinlik yo'q. Biz Uni doimo o'ylashimiz
kerak. Bizning tashvishlarimiz va fikrlarimiz qanday
bo'lishidan qat'i nazar, Xudo qalbimizda birinchi o'rinni
egallashi kerak va biz U bilan chinakam
uyg'unlashganimizda, bizga Uning ilohiy yordami bilan
istalgan vaqtda bajarishimiz kerak bo'lgan narsani amalga
.oshirish qobiliyati beriladi

Shogird uchun maslahat

Talabalardan biri o'qituvchi Paramhansadan o'zini
takomillashtirish bo'yicha ba'zi maslahatlar berishini so'radi
va u shunday dedi: Agar sevilishni istasangiz, avval sizning
.sevgingizga muhtoj bo'lgan boshqalarni sevishdan boshlang

Va agar siz boshqalardan kutsangiz, ularga sodiq va
.sodiq bo'ling, shunda ular sizga sodiq bo'lishadi

Agar boshqalarning yomon niyat va ayyorlik bilan
harakat qilishiga to'sqinlik qilmoqchi bo'lsangiz, yolg'onning
o'z fikrlaringizga singib ketishiga yo'l qo'ymang va
.boshqalarga zarar yetkazadigan tarzda harakat qilmang

Agar boshqalarning sizga hamdard bo'lishini istasangiz,
ularga, ayniqsa atrofingizdagilarga nisbatan hamdardlik
.ko'rsatishdan boshlang

Agar boshqalar sizni hurmat qilishini istasangiz,
yoshlarga ham, qarilarga ham hurmat ko'rsatishingiz kerak

Agar siz boshqalardan tinchlik istasangiz, uyg'unlikda
yashashingiz kerak

Agar odamlarning dindor bo'lishini istasangiz, ruhiy
tabiatga ega bo'ling va boshqalarga sizning yaxshi o'rnak
ekanligingizni, sizga ishonishlari va ishonishlari mumkinligini
.his qilishlariga imkon bering

Xulosa qilib aytganda, boshqalarning ko'rsatishini istagan barcha narsalaringiz. Yaxshi fazilatlardan biri bu avvalo uni hayotingizda namoyish etishdir, shunda odamlar .sizga ham xuddi shunday munosabatda bo'lishlarini ko'rasiz

Agar siz hayotingizda qaysi sohalarni yaxshilash kerakligini tushkunlikka tushmasdan yoki o'zingizni past his qilish kompleksini rivojlantirmasdan aniqlay olsangiz va o'z xarakteringizni yaxshilash ustida doimiy ishlasangiz, unda bunga sarflaydigan vaqtingiz boshqalarning o'zlarini yaxshilashlarini istashga sarflashdan ko'ra ancha samaraliroq bo'ladi. Sizning ijobiy namunangiz va sog'lom xulq-atvoringiz boshqalarni o'zgartirish uchun faqat sizning xohishingiz, g'azabingiz va so'zlaringizdan ko'ra ko'proq .kuchga ega

Ey Rabbim, Sen barcha yaxshiliklarning manbai va barcha kuchlarning manbaisan. Bizga baraka ber, toki biz Sening ne'matlaringni sog'lig'imizda, intellektual intilishlarimizda va ma'naviy ifodalarimizda aks ettira olaylik. Sen yulduzlardagi nur, atomlardagi energiya, qalblardagi mehr va haqiqatdagi go'zalliksan. O'zimizni Sening oliy kuching, cheksiz donoliging va cheksiz haqiqiyliğing bilan .to'ldirishga yordam ber

Rabbim, keling, Sening sog'liq manbai, hayot okeani va barcha tushuncha va bilim manbai ekanligingni anglaylik. Bizni johillik va uning oqibatlaridan, qo'rquv va xavotirlardan ozod qilgin va donoliging toshqini hayotimizdagi barcha axlat .va vayronalarni supurib tashlasin

Ey Rabbim, yuzingni bizdan yashiradigan pardalarni yirtib tashla. Seni hayotimiz ufqidagi son-sanoqsiz quyoshlar kabi yorqin nur sifatida ko'rishimizga ijozat ber. Seni fikrlarimizni ilhomlantiradigan, ruhimizni oziqlantiradigan, tanamizni qo'llab-quvvatlaydigan va orzularimizni ro'yobga

chiqaradigan doimiy yangilanadigan kuch sifatida his
.qilishimizga ijozat ber

Omin

Ko'p odamlar nima uchunligini bilishmaydi. Bu yer
yuzida mavjud bo'lganlaridan beri ular hayotning maqsadi
istaklarning ro'yobga chiqishi, hayot ehtiyojlariga erishish,
zavq va insoniy sevgini izlash va oxir-oqibat oxirgi
.chaqiruvchiga taslim bo'lish deb hisoblashadi

Odamlar o'z hayotlarini dasturchilar sifatida o'tmishda
amalga oshmagan o'ziga xos moyillik va istaklar bilan
boshlaydilar va ular - qolgan ozgina erkin irodalari bilan -
boshqalarning istaklari va harakatlariga taqlid qilishga
harakat qiladilar, agar ular biznesmenlar bilan muloqot
qilsalar, ular kabi bo'lishni xohlashadi va agar ular rassomlar
bilan muloqot qilsalar, san'at ular uchun hamma narsaga
.aylanadi

Xudo bu dunyoda amaliy bo'lishimizni xohlaydi. U bizga
ochlikni qondirish uchun ishlashimizni talab qiladigan
ochlikni berdi, lekin faqat oziq-ovqat, boshpana, pul va mol-
mulk izlash insonning o'z baxtining manbasini unutishiga olib
.keladi

To'g'ri, biz ehtiyojlarimizni qondirish uchun ishlashimiz
va qonuniy maqsadlarimizga erishishga intilishimiz kerak,
lekin birinchi navbatda, qalbimizni Xudoga ochishimiz va
qilayotgan barcha ishlarimizda Uning yo'l-yo'rig'i va roziligini
izlashimiz kerak. Shunda biz hayot maktabida albatta
muvaffaqiyat qozonamiz, chunki biz yo'l-yo'riqni bizga nima
kerakligini va biz uchun nima eng yaxshi ekanligini biladigan
Oliy Menejer va Ta'minlovchidan olamiz. Shuning uchun biz
Unga ishonishimiz va Uning dono irodasiga bo'ysunishimiz
.kerak

O'qituvchi Paramahansaning ma'ruzalaridan

Qalbning ichki baxti o'tkinchi shahvoniy zavqlarning qalin qatlami bilan qoplanganda, ruhning oltin nuri xiralashadi va qalbning shaffof qobiliyatlari materiya zichligi ortida yashirinadi. Ong hasad va hasadga tortilganda va qo'rquv va xavotir bulutlari bilan qoplanganda, odam baxtsiz, baxtsiz va mag'lub bo'ladi. Ammo bir xil e'tiborni sevgi, tinchlik va uyg'unlikka qaratganda, odam chuqur .baxtni boshdan kechiradi

Ruh azob-uqubat va baxtsizlik bilan aralashgan jismoniy istaklardan ulug'vor zavqlarga to'la ruhning shaffof .fazilatlariga o'tganda baxtni his qiladi

Agar ruh qo'pol dunyoviy zavqlarga to'liq g'arq bo'lsa, u yuksak quvonchlarga intilishga befarq bo'lib qoladi va ma'naviy zavqlarni boshdan kechira olmaydi. Ko'pchilik bu dunyoda yoki faqat moddiy narsalar atrofida fikrlaydigan odamlar orasida yashayotganda moddiy zavqlardan voz kechish deyarli imkonsiz deb ta'kidlashi mumkin. Biroq, oddiy odamdan dunyoni tark etib, xotirjamlik va osoyishtalikni topish uchun tog'lar va o'rmonlarga chekinishi shart emas. Aksincha, ular bu dunyoda qolishlari kerak, uning kuchli oqimlari ularni olib ketishiga yo'l qo'ymasliklari kerak, aks holda ular bu hayotning notinch to'lqinlari .tomonidan bosib olinmaydi

Inson atrof-muhitga salbiy munosabatda bo'lmasligi kerak va shu bilan birga, moddiy narsalarga berilib ketish uning ko'zlarini ko'r qilib qo'yishiga yo'l qo'ymasligi kerak, aks holda u o'zining ma'naviy tabiati bilan aloqani yo'qotib, saodat quvonchini tatib ko'ra olmasligi va ilohiy nurlarga .guvoh bo'la olmasligi kerak

Hayot, o'zining mohiyati, tarkibiy qismlari va maqsadlari bilan, tushunish qiyin, ammo hal qilishning iloji yo'q emas, va

biz progressiv fikrlashimiz bilan uning ba'zi sirlarini har kuni
.hal qilamiz

Bu davrdagi aniq ilmiy tamoyillarga asoslangan
qurilmalar, albatta, ta'sirchan va fan olib keladigan
kashfiyotlar bizga hayotni qanday yaxshilash mumkinligi
haqida aniqroq tasavvur beradi. Ammo bizda mavjud bo'lgan
barcha uskunalar, ixtirolar va strategiyalarga qaramay, biz
hali ham taqdir qo'lidagi qo'g'irchoqlarga o'xshaymiz va
oldinda yo'l hali uzoq. Tabiat nazoratidan ozod
bo'lishimizdan oldin

Albatta, tabiat qo'lida yashash erkinlik emas. Biz suv
toshqinlari, dovullar yoki zilzilalar qurboni ekanligimizni his
qilganimizda yoki voqealar bizdan - mantiqiy sababsiz -
qalbimizga yaqin yaqinlarimizni tortib olganda, g'ayratli
ongimiz ojizlik hissi bilan chalkashib ketadi va kishanlanadi.

Shunda biz ko'p g'alabalarga erisha olmaganimizni va
noqulay vaziyatlarni yengib o'tolmaganimizni anglaymiz.
Chunki hayotni xohlaganimizdek qilish uchun barcha sa'y-
harakatlarimizga qaramay, bu yer yuzidagi sahnada har
doim ma'lum holatlar paydo bo'ladi va voqealar biz kam
biladigan, fikrlarimiz va irodamizdan butunlay mustaqil
ishlaydigan qudratli ong tomonidan boshqariladi. Biz qila
oladigan eng yaxshi narsa - bu ishlash va ba'zi
.yaxshilanishlar qilishdir

Biz bug'doy yetishtiramiz va un tayyorlaymiz, lekin
birinchi urug'ni kim yaratgan? Biz undan non yeymiz, lekin
tanamizga uni hazm qilish qobiliyatini kim bergan? Va
?ovqatni qanday qilib ozuqaga aylantirish mumkin

Hayotning har bir burchagida ajralmas ilohiy qo'l borgan
o'xshaydi. Biz usiz ishlarimizni boshqara olmaymiz va bizda
mavjud bo'lgan barcha ishonchlarga qaramay, yurak qachon
ishlashni to'xtatishini bilmaymiz. Shuning uchun oliy ilohiy
kuchga jasorat bilan ishonish va biz namuna bo'lgan qudratli

kuchdan kelib chiqadigan yuqori "men"imizga tayanish
.zarurati tug'iladi

Biz mag'rurlikdan xoli iymonga ega bo'lishimiz va hayot
yo'llarida ishonch bilan yurishimiz kerak

Vahima va titroqsiz, qayg'u va qamoqsiz

Allergiya bilan kurashish

Ta'sirchanlikni yengish nozik san'atdir va muvozanatli va
har tomonlama rivojlangan shaxsni rivojlantirish uchun
.reaksiya tezligini nazorat qilish muhimdir

Ta'sirchanlik noto'g'ri tushunish, pastlik kompleksi,
.bo'rttirilgan mag'rurlik va bo'rttirilgan egodan kelib chiqadi

Biror kishi his-tuyg'ulari xafa bo'lgan deb o'ylasa, bu fikr
uning ongida ildiz otadi, asablarini qo'zg'atadi, keyin esa
asablar taranglashadi va isyonkor bo'ladi. Yaralangan his-
tuyg'ular tufayli qalbida g'azab alanganadi. Biroq, ba'zi
odamlar his-tuyg'ularini nazorat qilish qobiliyatiga ega,
shuning uchun ularning tashqi belgilari ichidagi kuchli
g'azabga qaramay ko'rinmaydi. Boshqalar esa o'z
g'azablarini darhol reaksiyalar, ko'z mushaklari va yuz
ifodalarida namoyon bo'ladigan va o'tkir, kodlangan og'zaki
.javoblar orqali ifoda etadilar

Haddan tashqari hissiyotlilik jiddiy oqibatlariga olib
keladi; bu vaziyatni murakkablashtiradi va boshqalarga
salbiy ta'sir ko'rsatadigan kiruvchi beqarorlikni keltirib
.chiqaradi

O'zini tuta bilish va xotirjamlikni namoyon etishga,
keskinlik o'rniga tinchlikni targ'ib qiluvchi va stress
tutunlarini yo'qotadigan o'zaro tushunish va uyg'unlik
muhitini yaratishga harakat qilish kerak. Buni qilganlar o'z

taqdirlarining xo'jayini bo'ladilar va atrofdagilar tomonidan
.qadrlanadi va hurmatga sazovor bo'ladilar

Haddan tashqari sezgirlik ko'pchilik odamlarga xos
xususiyatdir va bu mantiqsiz tuyg'u avj olganda, u
tushunchani ko'r qiladi va donolik ko'zlarini xiralashtiradi.
Bundan ham yomoni, haddan tashqari sezgir odam o'zini
mukammal o'ylayotganiga, his qilayotganiga va harakat
qilayotganiga ishonadi, aslida esa ularning xatti-harakatlari
!butunlay noto'g'ri bo'lishi mumkin

Ko'p odamlar tanqid qilinganda o'zlariga achinishlari
kerak deb hisoblashadi va o'ziga achinish ularga biroz
yengillik beradi. Ammo giyohvandlar singari, ular qancha
.ko'p qabul qilsalar, giyohvandlik shunchalik kuchli bo'ladi

Juda sezgir odam ko'pincha keraksiz azob chekadi.
Ko'pincha hech kim o'zining qayg'usining sababini yoki
shikoyatining mohiyatini bilmaydi, bu esa o'zini o'zi yakkalab
qo'yganida azob-uqubatlarning kuchayishiga olib keladi.
Idrok qilingan haqoratlar yoki tanqidlar haqida jimgina
o'ylab, hech narsaga erishib bo'lmaydi. Bunday o'ta
sezgirlikning asosiy sabablarini ob'ektiv tahlil va o'zini
.nazorat qilish orqali hal qilish ancha yaxshi

Bu turdagi nosog'lom allergiya jiddiy oqibatlariga olib
keladi; u yurakni olov kabi yoqib yuboradi va tinchlik
to'qimalarini yo'q qiladi. Shuning uchun, bunga oqilona,
.mantiqiy va qat'iy iroda bilan yondashish kerak

Men hammaga xizmat qilish uchun astoydil harakat
qilaman, lekin mulohaza yuritish uchun yolg'izlikka
chekinganimda, hech kimning mulohazalarimni buzishiga
yo'l qo'ymayman. Boshqa ishlar kutishi mumkin, ammo Xudo

bilan bo'lgan kundalik uchrashuvim e'tiborsiz qoldirilmasligi
.yoki e'tibordan chetda qolmasligi kerak

Biror harakatni amalga oshirishdan oldin, to'xtab,
oqibatlarini va ularning ongingizga, tanangizga va ruhingizga
ta'sirini diqqat bilan ko'rib chiqing. Majburiyat bilan
boshqariladigan harakatlar ozodlik emas, chunki uyg'unlik va
taraqqiyot qonunlariga zid harakatlar shaxsni cheklaydi.
Aksincha, aql-idrok bilan va vijdonga muvofiq amalga
.oshirilgan harakatlar fazilatli va ozodlik keltiradi

Yaxshi ish qilishga yoki yomon ish qilmaslikka qaror
qilsangiz va shu qaroringizga sodiq qolsangiz va shunga
.muvofiq harakat qilsangiz, bilingki, sizning erkinligingiz ko'p

Xudo bizga berilgan tanlov erkinligidan Uni izlash va
topish uchun foydalanishimizni xohlaydi, lekin U O'zini bizga
.majburlashni xohlamaydi

Xudoga yaqinlashish va Uni bilish istagi o'z-o'zidan
paydo bo'lmaydi, lekin uni faollashtirish va rivojlantirish
.kerak. Bu istaksiz hayotning qadri yoki ta'mi yo'q

Ma'naviy tushunchangiz fikrlash tarzingizga yo'l-yo'riq
ko'rsatsin va qayerga borsangiz ham muvaffaqiyat sizga
ergashadi

Xudoga ovozimni, qo'llarimni, oyoqlarimni, yuragimni,
tanamni, his-tuyg'ularimni, irodamni va hamma narsani
bag'ishlayman

Sevgi barcha urushlarni tugatadigan ruhiy quroldir

Bu yerdan tashqarida cheksiz olamlar bor, u yerda bizni
abadiy tark etgan deb o'ylagan odamlar bilan yana
.uchrashamiz

Bu dunyoviy hayot doimo o'zgarib turadi, qayg'u
orqasidan qayg'u xayollar ustiga xayollar keladi. Ongimiz

cho'lida paydo bo'ladigan bu sarob yo'q bo'lib ketishi kerak
va biz materiyaning zich pardalari ostidan haqiqiy
.o'zligimizni uyg'otishimiz kerak

Umidlaringizni bu hayotga bog'lashga urinmang
Kafolatingiz qayerda? Siz faqat Xudoning bilimiga panoh
.topsangizgina xavfsiz bo'lasiz

Ruhning mohiyati tuproq ostida ko'milgan qadimgi
oltinga o'xshaydi. Tuproq oltindan ajratib olinib, tafakkur suvi
bilan yuvilganda, u to'liq poklik va ravshanlik bilan yangidan
.porlaydi

Ey Rabbim, yaxshilikni ko'raylik, sog'lom fikrlarni
o'ylaylik va yaxshi xulqlilar bilan muloqot qilaylik. Ey barcha
solihlik manbai va barcha yaxshiliklarning manbai bo'lgan
Sen, Sen haqingda o'ylashimizga va Sen haqingda mulohaza
.yuritishimizga yordam ber

Zaiflikdan ozodlik

Zaiflikni yengishning eng yaxshi usuli - bu haqda
o'ylashni to'xtatish; aks holda, zaiflik g'oyasi sizning
ongingizni egallab oladi va ichki dunyongizni egallaydi.
O'zimizga yorug'lik keltirganimizda, zulmat hech qachon
.bo'lmagandek yo'qoladi

Bu fikr menga ajoyib ilhom bag'ishlaydi

Ming yillar davomida zulmat qoplagan g'orga yorug'lik
kiritilganda, zulmat darhol yo'qoladi. Xuddi shunday, biz
Xudoning nurini ongimizga kirishiga yo'l qo'yganimizda
zaifliklar va xatolar yo'qoladi va johillik zulmati qola olmaydi.
.Bu biz yashashimiz kerak bo'lgan falsafa

Kechiktirish befoyda Hayot g'ildiragi hech qachon
aylanishdan to'xtamaydi va hayotimizning kunlari tez o'tadi

Aniq fikrlashga va oqilona harakat qilishga sarflagan har bir .daqiqamiz baxtimizga muvaffaqiyatli va foydali sarmoyadir

Ko'p odamlar butun hayotlarini pul, jinsiy aloqa va shon-sharaf haqida o'ylash bilan o'tkazadilar va kamdan-kam hollarda ularga xotirjamlik keltiradigan va xabardorlikni yuqori darajaga ko'taradigan muhim narsalarga e'tibor .qaratadilar

Insonning roli qanchalik kamtarona bo'lishidan qat'i nazar, agar u vaqtini oqilona sarflashni va fikrlarini to'g'ri yo'nalishga yo'naltirishni bilsa, u Xudoning nazarida .muvaffaqiyatli hisoblanadi

Xudoning nuri insonga tushganda, u hech narsaga muhtoj emasligini his qiladi, chunki uni qamrab olgan quvonch uning barcha orzularini ro'yobga chiqaradi va bu hayotda o'zini eng boy va eng baxtli deb his qilishiga sabab .bo'ladi

Yorug'lik tunneli

Ma'naviy ongi ma'rifiy fikrlar, yaxshi amallar, mehrli his-tuyg'ular va chuqur mulohaza bilan uyg'onganlar, tanadan ketishlarining oxirgi daqiqasida ruhiy ko'z orqali his qilishlari mumkin. Yer yuzidagi sayohatlari davomida yogilar materiya va ruh o'rtasidagi chegarada ruhiy ko'zning tunnelini ko'rishni mashq qiladilar va Yerni tark etish paytida ular bu nurli tunnelga kirib, bu dunyodan Xudoning cheksiz yorug'lik, quvonch, tinchlik va mutlaq erkinlik olamiga o'tishlari .mumkin

{Nur ustiga nur}

Tananing chirog'i - bu [ruhiy] ko'zdir

Agar ko'zingiz bitta bo'lsa

Shunda butun tanangiz nurga to'ladi

Va yorug'lik zulmatda porlaydi, va zulmat buni bilmas}

{edi

Altruizm - bu boshqalarning qayg'ularini his qilish, ularga yaqinlashish, ular bilan muloqot qilish, ularning baxtsizliklarida ularni chin dildan yupatish, quvonchlaridan quvonish va ulardan qo'rquv, ehtiyoj va xavotir arvohini .uzoqlashtirish uchun qo'limizdan kelganini qilishdir

Altruizm ruhiga ega bo'lgan kishi cheklangan hisob-kitoblar va umidlarga asoslanib harakat qilmaydi, balki o'zining aql-idroki va sog'lom mulohazasidan foydalanib, o'ziga va boshqalarga yordam berishga kirishadi, erishgan muvaffaqiyati uchun Xudoga shukur qiladi. Agar u bir yoki bir necha marta muvaffaqiyatsizlikka uchrasa, tushkunlikka tushmaydi, aksincha, qat'iyatliroq bo'ladi, sa'y-harakatlarini ikki baravar oshiradi va urinishni takrorlaydi, yangi g'oyalar va kanallarni o'rganadi, aql nuri bilan boshqariladi va maqsadiga va ezgu maqsadiga erishguncha Xudodan .yordam so'raydi

Boshqalarni baxtli qilish uchun harakat qiladigan kishi Xudo tomonidan ichki ruhiy tasalli hissi bilan baxtli qilinadi. Agar u yordam bermoqchi bo'lganlar uchun biror narsani yo'qotsa, uni yo'qotish deb hisoblamaydi, chunki buning evaziga u Xudoning roziligi va xotirjamligini oladi. U sevish, ishlash, berish va insoniyat dalalariga yaxshilik va tinchlik .urug'larini ekish uchun yashaydi

Kimki o'z fikrlari va his-tuyg'ularida shaxsiy dunyosidan tashqariga chiqsa, u o'z ongini kengaytiradi, hamdardligini oshiradi va dunyo uning uyi, insoniyat esa uning oilasi ekanligini his qiladi. U bu yerda yashashining maqsadi boshqalarni isloh qilishdan oldin o'zini isloh qilish ekanligini tushunadi, chunki o'zini isloh qilgan kishi boshqalarga o'z hayotining namunasi orqali o'zlarini isloh qilishga yordam

beradi. Harakatlar boshqalarning qalbiga so'zlardan ko'ra .chuqurroq ta'sir ko'rsatadi va chuqurroq ta'sir ko'rsatadi

Qisqa to'xtash joylari

:Samimiylikning yorqinligi

Ba'zi odamlar muammolaridan tabassum bilan qochishga harakat qilishadi, ammo bunday qochish uchun ikkiyuzlamachilik va yolg'ondan xoli bo'lgan sof vijdon kerak.

Inson o'zi va boshqalar bilan halol muomala qilganda, olijanoblik va halollik bilan harakat qilganda, ularning ko'zlari tiniqlashadi va ulardan noyob nur - samimiylikning aniq nuri .taraladi

:Halollik

Ba'zi odamlar halollik nomi bilan ko'p narsalarni aytishadi, lekin siz hamma bilan hamma narsa haqida gaplasha olmaysiz. Siz maslahat va yo'l-yo'riq ko'rsatganingizda, ba'zi odamlar sizning so'zlaringizni noto'g'ri tushunishadi va aytganlaringizdan hech narsa olishmaydi; bu behuda harakat va qadrlanmagan harakatdir.

Bunday hollarda sukut saqlash oltin, lekin bu hech qanday .holatda noto'g'ri ish haqida jim turishni anglatmaydi

:O'z-o'zini uyg'unlashtirish

O'z-o'zini uyg'unlashtirish chindan ham ajoyib. Ko'p odamlar boshqalar bilan uyg'unlikda bo'lish qanchalik qiyinligini bilishadi, lekin siz hech qachon o'zingiz bilan uyg'unlikda bo'lish haqida o'ylab ko'rganmisiz? Bu nihoyatda qiyin, ammo mumkin. Agar o'zingizni tahlil qilsangiz, doimo o'zingiz bilan ziddiyatda ekanligingizni ko'rasiz. Agar o'zingizni sevmasangiz, boshqa hech kimni sevmaysiz. Agar inson o'zi bilan uyg'un bo'lmasa, u qanday qilib boshqalar ?bilan uyg'unlikda bo'lishi mumkin

O'z-o'zini uyg'unlashtirish dunyo bilan uyg'unlik uchun juda muhimdir. Shuning uchun o'zingizni qadrlash va sevish juda muhim, chunki siz bu sevgiga loyiqsiz. O'zingizni sevish kerak, chunki Xudo bizni yaratgan va bizga olijanob salohiyat bergan. Bu ichki "men"ni, fazilatlarga to'la bu mohiyatni sevish olijanob xulq-atvorga ilhomlantiradi va ongni iflosliklardan, qalbni esa yovuzlik va xafagarchilikdan .tozalaydi

:Adabiy kompasni kalibrlash

Inson vijdonini alday olmaydi, noto'g'ri xatti-harakatni oqlay olmaydi yoki noto'g'ri xatti-harakatlarning oqibatlaridan qochib qutula olmaydi, hatto boshqa sayyoraga sayohat qilsa ham. Insonning harakatlarining natijalari unga hamroh bo'ladi va u o'z yo'nalishini to'g'rilashi va axloqiy kompasni sozlashi kerak, shunda uning strelkasi .doimo to'g'ri yo'nalishga ishora qiladi

Ba'zi odamlar eng yomon sharoitlarda yashaydilar, ammo shunga qaramay, o'zlari bilan juda uyg'un, boshqalari esa barcha imkoniyatlarga va kerakli narsalarga ega, ammo shunga qaramay, o'zlari bilan doimiy ziddiyatda. Shuning uchun, vaziyat o'zgarishini kutmaslik kerak. Atrofingizdagi muhitga qaramay, o'zingizni yaxshi ekanligingizga .ishontiring, bu siz xohlagan narsadan farq qilishi mumkin

Kim o'zini vaziyatning irodasiga topshirsa, u narsalarning o'zgarishini kutadi va uning kutishi uzoq davom .etadi

Aytishlaricha, bir kishi o'n sakkiz tilda ravon so'zlasha olardi, ammo u shunchalik kambag'al ediki, yoniga chiroq olib o'qishga puli yo'q edi. Shuning uchun u burchakka borib, ko'cha chiroqi ostida o'tirib o'qirdi. Darhaqiqat, iroda vositalarini yaratadi, imkoniyatlarni yaratadi, umidni

yangilaydi, vazifalarni bajaradi va istak va orzularni ro'yobga
.chiqaradi

Xudoni biladiganlar bilan haqiqiy muloqot ular bilan
shaxsiy aloqa, ularning yozuvlarini mulohazali o'qish yoki
ular haqida chuqur va do'stona mulohaza yuritish orqali
amalga oshirilishi mumkin. Esda tutish kerak bo'lgan muhim
narsa bu ularning ongi bilan uyg'unlikda, bu esa Xudo bilan
.uyg'unlikda

Biz ongimizni Xudoni sevadigan buyuk qalblar bilan
uyg'unlashtirganimizda, bu uyg'unlik asta-sekin hayotimizni
juda ajoyib tarzda o'zgartiradi. Bu uyg'unlik irodani qul
qilmaydi, balki uning doirasini kengaytiradi va kuchini
mustahkamlaydi. Bu egoga to'la va ular erisha oladigan
narsalar bilan band bo'lgan odamlar bilan uyg'unlikda bo'lish
bilan ular bilan uyg'un bo'lganlarning qalbida ilohiy sevgini
berish va uyg'otishni maqsad qilgan Xudo va insoniyatni
sevuvchilar bilan uyg'unlikda bo'lish o'rtasidagi farqdir. Bu
muborak shaxslarning magnetizmi bizni ilohiy magnetizm
.bilan yaqin aloqada qiladi

Shuni yodda tutishimiz kerakki, biz o'z ehtiyojlarimizni
qondirishga intilar ekanmiz, boshqalarga ham kerakli
narsalarni olishga yordam berishimiz va hayotdagi yo'limizda
duch keladigan yaxshi narsalarni kambag'allar bilan baham
ko'rishimiz kerak. Keling, global oilaning ajralmas qismi
ekanligimizni va bu katta oilasiz yashay olmasligimizni yodda
.tutaylik

Duradgorlar, ixtirochilar, fermerlar va boshqalarsiz hayot
qanday bo'lar edi? Xudo bizdan boshqalar haqida
o'ylashimizni va ularga hamdard bo'lishimizni xohlaydi.
Boshqalarni hisobga olmasdan faqat o'zimiz uchun yashash
katta xatodir. O'z baxtimiz haqida o'ylaganimizda,
boshqalarning baxti haqida ham o'ylashimiz kerak. Biz global
oilaning farovonligi uchun bor narsamizni berishimiz shart

emas, chunki bu mumkin emas. Aksincha, biz boshqalarga hamdard bo'lishimiz va ularga yordam berish va ularning yukini yengillashtirish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz .kerak

Muvaffaqiyat va qalbning qoniqishi o'rtasida, shaxs .yashaydigan muhit doirasida bog'liqlik mavjud

Haqiqiy muvaffaqiyat solihlik tamoyillariga muvofiq xulq-atvor natijasidir va u shaxsiy qoniqishning ajralmas qismi sifatida boshqalarning baxti va farovonligini o'z ichiga oladi. Ushbu tamoyilni o'zining moddiy, aqliy, axloqiy va ma'naviy hayotiga qo'llaydigan har bir kishi muvaffaqiyatning ushbu .ta'rifini to'liq va keng qamrovli deb topadi

Odamlar hayotdagi maqsadlariga qarab muvaffaqiyat haqida turli yo'llar bilan o'ylashadi. Ba'zan ba'zi odamlar buni o'g'irlik bilan tenglashtiradilar va "U muvaffaqiyatli o'g'ri!" kabi gaplarni aytishadi. Bu shuni ko'rsatadiki, hamma muvaffaqiyat ham orzu qilingan narsa emas; bizning .muvaffaqiyatimiz boshqalarga zarar yetkazmasligi kerak

Muvaffaqiyatning yana bir sharti - nafaqat o'zimizga uyg'unlik va ijobiy natijalarni olib kelish, balki biz bu .afzalliklarni boshqalar bilan ham baham ko'rishimiz kerak

Moliyaviy muvaffaqiyatga erishish shunchaki biz loyiq bo'lgan narsadan zavqlanishni anglatmaydi; bu shuningdek, boshqalarga o'zlari uchun yaxshiroq hayot yaratishga yordam berish uchun axloqiy mas'uliyatni ham anglatadi. Aqlli har qanday odam pul topishi mumkin, lekin agar ularning qalbida sevgi bo'lsa, ular bu pulni xudbinlik bilan ishlata olmaydilar; buning o'rniga ular bor narsalarini .boshqalar bilan baham ko'rishadi

Pul xasis va ziqna odamlar qo'lida la'natga aylanadi,
ammo saxiy qo'llari va mehribon qalblari borlar uchun bu
.ne'mat va sovg'adir

Yaxshi qalblar yaxshi qalblarni o'ziga tortadi va ularga
jalb qilinadi

Biz qo'shnimizni o'zimiz kabi sevishni o'rganishimiz va
bu hayotda qisqa vaqtga ekanligimizni , shundan so'ng biz
boshqa dunyoga ketayotganimizni, uning darajasi bizning
fikrlash darajamizga va bu yerdagi hayotimiz davomidagi
.harakatlarimiz sifatiga bog'liqligini yodda tutishimiz kerak

Bizning haqiqiy qarindoshlarimiz kimlar? Dono odam
uchun hamma qarindosh va har biri "qo'shni". Albatta, dono
odam farqlay oladi va quyosh o'z nurini ko'mir bo'lagi va
olmosga sochsa ham, olmos, ko'mirdan farqli o'laroq,
yorug'likni ajoyib tarzda qabul qilish va aks ettirishning
noyob qobiliyatiga ega ekanligini tushunadi. Fikrlari va his-
tuyg'ulari olmos kabi sof bo'lganlar bilan muloqot qilish va
samimiy do'stlar topishga vaqt ajratish kerak. Toza va halol
hayot kechiradiganlar poklik va halollik bilan ajralib
turadigan do'stlarni jalb qiladilar, farqlamasdan oddiy
instinktlar bilan yashaydiganlar esa xuddi shunday do'stlarni
.jalb qiladilar

Agar siz yuksak ideallar va yuksak tamoyillarni
qadrlasangiz, bu ideallar va tamoyillarga ishonmaydigan,
fikrlarni chalkashtirib, kayfiyatni buzadigan odamlar bilan
muloqot qilishdan saqlanish tavsiya etiladi, toki ularning
tebranishlari sizning tebranish darajangizni pasaytirmasin.
Shu bilan birga, hech kimni sevgi doirangizdan chiqarib
.tashlamang

Bundan tashqari, inson nafaqat sevgi berishi, balki
tinchlik o'rnatishi kerak, toki qayerga borsa ham, uyg'unlik
va xotirjamlik yaratib, atrofdagilarni o'zining mehribon

ishtiroki bilan tetiklashtirsin. Hech kim badbo'y hidli skunsga yaqinlashishni istamaydi - uzr so'rayman - hamma undan qochadi. Xuddi shunday, asabiy, dürtüsel va bahsli odam boshqalarni bezovta qiladi va ularni itaradi. Biz qalbni quvontiradigan yoqimli hid taratadigan gullaydigan atirgullar kabi bo'lishni xohlaymiz. Keling, qayerga borsak va qayerda yashasak ham, tinchlik hidini va yaxshilik shabadasini .tarqatishga intilaylik

Xudoning Shohligi bulutlar orasida yoki kosmosdagi ma'lum bir joyda emas. U ko'zlarimizni yumganimizda ko'radigan zulmatdan tashqarida, meditatsiya qilganimizda va ibodat qilganimizda, peshonamizda joylashgan ruhning ko'zi ichimizda ochiladi va biz muborak nurni ko'ramiz va tanamizning har bir hujayrasiga singib ketgan quvonchni his qilamiz va parda ko'tarilganini va Xudoning Shohligiga .maxfiy eshik ochilganini his qilamiz

Xudo doimo yangilanib turadigan quvonch, hamma narsani qamrab oluvchi quvonchdir. Biz ichimizda yashaydigan va cheksizlikni o'rab turgan quvonch bilan .birlikni his qilishimiz kerak

Zich materiyaning tebranish chegaralaridan tashqarida cheksiz, hamma narsani qamrab oluvchi ong, o'zining barcha shon-shuhrati, kengligi va cheksizligida ta'riflab bo'lmaydigan darajada yashiringan. Bu osmon shohligi, .abadiy, cheksiz va cheksiz ongli saodatdir

Ruhning idroki kengayganda va u hamma joyda o'zining .mavjudligini his qilganda, u ilohiy ruh bilan birlashadi

Osmon okean bilan uchrashadigan ufqda taxtga o'tirgan Mutlaq Cheksizga shon-sharaflar bo'lsin va ichimizdagi tinchlikda taxtga o'tirgan Oliy Cheksizga shon-sharaflar bo'lsin; ichimizdagi Cheksizga e'tibor qaratish orqali biz .uning cheksiz kuchini olishimiz mumkin

Kitob o'qish yoki odamlardan olingan bilim cheklangan bilimdir, to'g'ridan-to'g'ri Xudodan olingan bilim esa donolik kuchini, aniqlik ulug'vorligini, qalb xotirjamligini va qalb .xotirjamligini beradi

Ey Rabbim, menga chuqur diqqat bilan ibodat qilishni va meditatsiyani samimiy istaklar bilan uyg'unlashtirishni o'rgat va qalbim har kuni Senga bo'lgan sof sevgim bilan .tozalansin

Karma cheklovlaridan xalos bo'lish

aqliy yoki jismoniy, ongli yoki ongsiz bo'lishidan qat'i , nazar, inson hayotiga ma'lum bir ta'sir ko'rsatadi. O'tmishdagi harakatlar nafaqat kunlar, oylar yoki yillar oldin qilingan harakatlar, balki o'tmishdagi hayotdagi harakatlar .hamdir

Sizlar o'lik edingizlar, U sizlarni tiriltirdi, keyin o'ldirdi, .keyin yana tiriltirdi, so'ngra sizlar Unga qaytarilursizlar

Insonning harakatlarining yaxshi va yomon oqibatlari Uning hozirgi hayotida bu izlar ongsiz yoki ongsiz holda saqlanadi va inson oldingi mujassamlanishlardan olib yuradigan (yoki uning ruhi olib yuradigan) ta'sirlar ongsizda urug'lar kabi uxlab yotadi, ma'lum bir karmik vaqtda unib chiqishi va o'sishi uchun qulay sharoitlarni kutadi. Narsalarni muvozanatlashtiruvchi karma qonuni harakat va reaksiya, .sabab va oqibat, ekish va o'rishni o'z ichiga oladi

Har bir inson o'z taqdirini fikrlari va harakatlari orqali shakllantiradi va ular chiqaradigan energiyalar, oqilona yoki ahmoqona bo'lishidan qat'i nazar, muqarrar ravishda ularga boshlang'ich nuqta sifatida qaytadi, xuddi aylana o'zini mukammal aniqlik bilan yakunlaganidek [Savol shundaki] ixtiyoriy izlovchi o'zining irodasiga qarshi o'tmishdagi harakatlarining muqarrar oqibatlariga yoki taqdir deb

ataladigan narsaga duch kelishi kerakmi? Javob: yo'q, Xudo qonun va sevgidir va Unga samimiy intilish va to'liq imon bilan murojaat qilgan, harakatlarini ilohiy qonun bilan uyg'unlashtirgan va Xudoning shartsiz sevgisini izlagan izlovchi, shubhasiz, og'ir yuklarni yengillashtiradigan va .vaziyatni yaxshilaydigan ilohiy ne'matni oladi

Xudo bizni bu xayollarga to'la dunyoga joylashtirdi va U bizning azob-uqubatlarimizni, biz boshdan kechirayotgan sinov va qiyinchiliklarni biladi. Insonlar o'zlarini gunohga botib, uning tubidan qochishga ojiz deb hisoblaganlarida, ma'naviy johillikning ichki zulmatini chuqurlashtiradilar. Ular o'zlarini tuzatishga intilishlari, ilohiy rahm-shafqat qalbidan yordam va rahm-shafqat so'rashlari, mehribon, rahmdil va .kechirimli Xudodan kechirim umid qilishlari yaxshiroqdir

Xudo bilan yaqin aloqamizni anglaganimizda, qanday karma bizni bog'lay oladi? Hech kim sizni og'riq va qiyinchiliklaringiz karmangiz natijasi ekanligiga ishontirishiga yo'l qo'ymang. Sizning mohiyatingizdagi ruh sifatida sizda karma yo'q. Aksincha, siz o'zingizga hayot, yorug'lik va kosmik kuchlarning mohiyati bilan bir ekanligingizni tasdiqlash orqali bu haqiqatni anglab yetishingiz kerak . Agar siz bu haqiqatni anglasangiz, qo'rqishga hech narsangiz yo'q va Xudo siz uchun ko'plab eshiklarni ochadi va sizga ko'plab .imkoniyatlarni taqdim etadi

Agar hayotingiz qanday kechayotganidan noqulaylik his qilsangiz, fikrlash tarzingizni o'zgartiring va his-tuyg'ularingizni ijobiy energiya bilan to'ldiring, shunda .o'zingiz ham farqni his qilasiz

Odamlar o'tkazib yuborgan narsalari uchun afsuslanishlari va qayg'urishlari yoki baxtsiz holatlarini bu hayotda yoki uzoq o'tmishda qilgan xatolari bilan bog'lashlari shart emas, chunki bu ma'naviy beparvolikning bir shaklidir. Ular harakat qilishlari va hayot bog'idan begona o'tlarni yulib

tashlashlari kerak, shunda eng shirin va eng yorqin gullar gullab-yashnaydi va eng mazali va orzu qilingan mevalarni .beradi. Uning inoyati bilan, Xudoyi Taolo

Xudoga bo'ysunish, ishlarimizni yaxshilash uchun irodamizdan foydalanmaslik va Xudo bizning vaziyatimizni hech qanday kuch sarflamasdan hal qilishini kutish degani emas, chunki Xudo o'zlariga yordam beradiganlarga yordam beradi

Gap shundaki, biz irodamizni boshqarish va to'g'ri harakatlarimizni duo qilish va mustahkamlash uchun Xudoga murojaat qilishni o'rganamiz. Taslim bo'lishni istamaslik to'sig'ini yengib o'tganimizda, Xudoda bu dunyoda hech kim bizga bera olmaydigan himoyani va hech qanday sinov .yengib o'tolmaydigan kuchni topamiz

Agar har bir kishi Xudoga qalbini ochishni va Uning ilohiy huzurini intizorlik bilan kutsa, Xudo bilan o'zgacha munosabatlarni o'rnatishi mumkin, bu esa quvonch va .ishonch keltiradi

Inson Xudoga chuqur ehtiyoj sezganda, Usiz yashay olmasligini bilib, Xudo unga u yoki bu tarzda javob berishini ko'radi. Lekin avval ular bu kuchli tuyg'uni rivojlantirishlari .kerak, chunki javob o'z-o'zidan paydo bo'lmaydi

Agar biz Xudoga hayotimizda birinchi o'rinni bermasak, ongimiz holati xavotirli va chalkash bo'ladi va biz hayotning .cheksiz talablariga mantiqiy va to'g'ri javob bera olmaymiz

Va bu istakni rivojlantirishning yo'li qanday? Har safar baxtsizlik yoki qiyinchilikka duch kelganimizda va qalbimizda og'irlik his qilganimizda, biz Xudoga murojaat qilishimiz va Undan yordam so'rashimiz kerak, chunki kim Xudoni sevsa va U buni ongi va qalbida saqlasa, Uning ahvoli yaxshilanadi. .Uning ahvoli yaxshi tomonga o'zgarmoqda

Biz efirni aralashtirib, chayqaganimizda, samimiy
ibodatlarimiz va samimiy murojaatlarimiz bilan biz oziq-
ovqat, shifo va baxtni o'z ichiga olgan ilohiy javobning
.mohiyatini chiqaramiz

Ma'naviy ozuqaga muhtoj bo'lganlar uchun o'tmishdagi
umidsizliklar va muvaffaqiyatsizliklar ahamiyatsiz. Ulardan
saboq olish mumkin va boshidanoq urinishni takrorlab, yana
urinib ko'rish mumkin. Muvaffaqiyatsizlikdan tushkunlikka
tushmagan, fojialardan qat'iyati susamagan va Xudo sabr-
toqatlarini qo'llab-quvvatlashiga sobit ishonch bilan
ishonganlarning barchasi uchun muvaffaqiyat Xudoning
yordami bilan kafolatlanadi. To'g'ri yo'lda bo'lganlar va
ularga umid, kuch va nekinlik ato etganlar, ular o'zlarining
.asosiy maqsadlariga va hayot maqsadiga erishgunlaricha

Fikr elektr kabi kuchdir va psixologik holatlar U fikrlash
va fikrlash tarziga borib taqaladi

Elektr ham foydali, ham zararli; kim undan oqilona
foydalansa, uni o'z xizmatiga sarflaydi, aks holda uni elektr
toki urishi mumkin. Va shunday deb o'ylagandim. Agar u
to'g'ri yo'lga yo'naltirilsa, u egasiga baxt keltiradi, aks holda
.unga muammo keltiradi

Fikr yovvoyi otga o'xshaydi, lekin uni bo'ysundirish
imkonsiz emas va ijobiy fikrlash fikrni boshqarishning bir
.usulidir

Sog'lom fikrlash yaqin do'st, kasal aql esa doimiy
.dushman

Sog'lom fikrlash tinchlik va xavfsizlikni jalb qiladi,
nosog'lom fikrlash esa o'z egasiga ikki barobar ko'p zarba
beradigan halokatli o'qlarni otadi. Shuning uchun ham
"Mukofoti amal bilan bir xil" degan maqol bor. Inson yaxshi
niyatlarni yo'llagan ekan, uning fikrlari mash'alaga aylanadi,

qalb xonalarini yoritadi va zulmat uyumlarini haydab
chiqaradi, shunda u chuqur tasalli topadi va ko'zlari
mamnuniyat tabassumi bilan porlaydi! Tabassum
.ko'zlaringizdan uzoq bo'lmasin va sizga tinchlik bo'lsin

Hayot hayot nonini tayyorlash uchun samarali sinov va
tajriba urug'larini maydalaydigan tegirmonga o'xshaydi. Bu
egri-bugri yo'lga o'xshaydi, ikki tomonida yam-yashil gullar,
yorqin kapalaklar va shoxlarida mazali mevalar bo'lgan
daraxtlar, lekin biz kamdan-kam to'xtaymiz. Keling, uning
manzarasidan zavqlanib, shirinligini his qilaylik; haqiqatan
ham, biz ko'pincha chalg'ib turamiz. Kengroq hududlarga
yetib borish uchun biz ko'rganimizdan ko'ra yoqimliroq
manzaralar bor deb o'ylaymiz. Lekin asta-sekin uzoqlashib
borar ekanmiz, gulli, serhosil yo'llarda yangi emas, balki
qorong'uroq daraxtlarni topamiz, keyin gullar yo'qoladi. Va u
bilan birga kapalaklar va mevalar ham, faqat o'zimizni
.bepoyon cho'lda topamiz

Inson hayoti dengiz suvlariga o'xshaydi, ular tozalanadi
va faqat yuqori atmosferaga ko'tarilganda tetiklashadi. Bu
ertalabki tushga o'xshaydi, yosh o'tishi bilan yorqinroq
bo'ladi, chunki narsalar keyin aniqroq va ravshanroq
ko'rinadi. Bu sayohatga o'xshaydi, unda biz masofani bosib
o'tganimiz sari manzara o'zgaradi. Keyin biz unga
yaqinlashganimiz sari xuddi shu manzara o'zgaradi va
.hokazo

Hayot donolarni hafsalasini pir qilmaydi, chunki ular
bunga mohirona yondashadilar va undan zavqlanishadi, bu
ularni nazorat qilishiga va erkinliklaridan mahrum qilishiga
yo'l qo'ymaydilar. Masalan, ular suvdan zavqlanishadi. Ular
uni ichishadi va cho'milishadi, lekin o'zlarini unda
cho'ktirishga yo'l qo'ymaydilar. Ular o'zlariga yoqadigan
kiyimlardan zavqlanishadi. Yuzaki deb hisoblangan
rasmiyatchilik va rasmiyatchiliklarga haddan tashqari rioya

qilmasdan. Ular ochko'zlik ularni iste'mol qilishiga yo'l
qo'ymasdan ovqatlanishdan zavqlanishadi, chunki ortiqcha
ovqatlanish tanani zaiflashtiradi va u hislarni yutib yuboradi.
Va u uni butunlay yo'q qiladi. Shunday qilib, inson hayotdan
zavqlanishi kerak, lekin cho'milish orqali hislarni
.charchatmasdan

Boshqalar bilan til topishish bu ular bilan hamma
narsada rozi bo'lish yoki ular uchun ideallardan voz kechish
degani emas, chunki bu moslik uslubi istalmagan va
haqiqatga mos kelmaydi. Islohotchilar va buyuk odamlar
kelisha olmadilar. Atroflarida juda ko'p odamlar borligi
sababli, ular o'z ideallariga sodiq qolishdi, chunki ular
.qilayotgan ishlari mutlaqo to'g'ri ekanligini angladilar

Avvalo, inson Xudo bilan, keyin vijdon bilan va keyin
.odamlar bilan uyg'unlikda bo'lishi kerak

Prinsipdan voz kechmaslik va ma'lum bir maqsadga
erishish uchun yashirin niyatlarga murojaat qilmaslik kerak,
.chunki bu prinsipial odamlarga yarashmaydi

Xudoga ma'qul keladigan tarzda kim yashay oladi?
Boshqalarga zarar yetkazmang, chunki ularning qo'rqadigan
hech narsasi yo'q. Agar bu yondashuv boshqalarni
qoniqtirmasa, inson o'zini xotirjam his qilishi va odamlarning
roziligidan mustaqil bo'ladigan ichki xotirjamlikni his qilishi
.kifoya

Xudoga murojaat qilishda ruhning kuchi va istagi Bu
ma'naviy magnetizm deb ataladi Va bu magnetizm bilan ruh
o'ziga ne'matlar va nozik tebranishlarni va barcha yaxshi
insoniy tajribalarni tortadi Bu unga yaxshilik va solihlikni
eslatadi

ma'naviy magnetizm Bu insonni o'ziga tortadigan va
o'ziga tortadigan kuchdir Yaxshi do'stlar Va muhim va

muhim narsalar Va narsalarni intuitiv tushunish Bu kuch
Xudoning jozibador magnit kuchidan kelib chiqadi

Tinchlik shami

Aqliy qozonni oling, uni xotirjamligingiz bilan to'ldiring

Tuyg'ularim shishasini oling Uni rahm-shafqating bilan
to'ldiring

Bo'sh jon savatimni oling Uni donoligingiz mevalari bilan
to'ldiring

Sevging suvlarini qalbinga quying, men uni chanqoq
qalbning kosalariga quyaman

Ego devorlarini vayron qil Meni to'liq huzuringga
cho'mdir

Sevgi tongining nuri

U yuragimning teshiklaridan qarasin

Bu menga sevgingizning quyosh nurini eslatadi

Hayotim osmoniga yoyilib

Sevgingizning yorqin nuri porladi

O'zimga, va u ma'rifatli edi

Sizning nuringiz mening ma'naviy makonimni to'ldirdi

Sen mening tanamni qo'llab-quvvatlaydigan hayotsan

Va fikrlarimni ilhomlantiradigan aql

Va mening johilligimni yo'q qiladigan donolik

Men sevgimning nozik shamini yoqaman

Oltin kitobni o'qish uchun

Qadim zamonlardan beri ichimda saqlanib qolgan

Sizning sevgingiz bor edi va hali ham shunday

Tinchlikning ko'rinmas shami

Bu zulmatni yo'q qiladi va menga xabarlaringizni
ko'rsatadi

Blog yuraklar sahifalarida

Ey Rabbim, ulug'vorliging oshkor bo'lsin

Donoligingiz nuri yo'qolib ketsin

Jaholat, kelishmovchilik va hasad

Yer qirg'oqlaridan abadiy

Zaifligimizni kuchga aylantiring

Va biz qat'iyatli bo'lishga zaiflashdik

Tanamizni hayotiy elektr energiyasi bilan zaryadlang

Va ongingizni va qalbingizni shifobaxsh nuringiz bilan
to'ldiring

Sening g'aflat suvlarida cho'kib ketmasligimiz uchun
qo'limizdan tut va borlig'imizni Sening sevging va donoliging
bilan to'ldir. Bizga Senga juda yaqin ekanligimizni va Sening
rahm-shafqating quyoshi bizga doimo porlab turishini his
.qilaylik

Men pichirlab gapiradigan, jonli fikrlarimning gullarini
joylashtiraman

Jimjitlik tuzilishida

Uning jimgina xushbo'y hidi kuylaydi

Va u sizning shon-sharafingiz haqida kuylaydi

Va muqaddas nuringizning nuri bilan
Men sizning mavjudligingizning go'zalligini ko'raman
Mening baxtli orzularim ushaladi
Sizning nuringiz qalbimda miltillaganda
Pardalar donolik olovi bilan yonmoqda
Men Sening ulug'vorligingni ko'ryapman va quvonchim
ortib bormoqda
Alloh sizni O'z nuri bilan yoritib bersin
Va sizga qalbdan salomlar

Dunyo bizga ko'plab talablar va talablarni yuklaydi va
bizni ularning eng muhimligiga va ularsiz yashashning iloji
yo'qligiga yoki ularsiz yashay olmasligimizga ishontiradi.

Ammo asosiy talab manbalari hech qachon qurib
qolmaydigan va buloqlari hech qachon qurib qolmaydigan,
hayotdagi hamma narsaga ta'm va ma'no beradigan
.Xudoning tinchligiga erishish bo'lishi kerak

Keling, Xudo bizning borlig'imizning mohiyati ekanligini
va sevgi Uning ulug'vor yuziga qaraydigan deraza ekanligini
yodda tutaylik. Kimki ilohiy huzurni his qilishni istasa va bu
ulug'vor istakni fikr va amalda rivojlantirsa, Xudo ularning
iltimosini bajaradi va ularga muborak nurlarni ko'rishlariga
.to'sqinlik qiladigan pardalarni yirtishga yordam beradi

Kimki yo'lda oldinga intilishga qaror qilsa, u maqsadiga
yetmaguncha va qalbidagi istakni amalga oshirmaguncha
hech narsa uni to'xtata olmaydi va hech qanday to'siq unga
.xalaqit bermaydi

Ma'naviy marvaridlar va toshlar

Boshqalarning zaif tomonlarini fosh qilib, ularni
sharmanda qiladigan va xafa qiladiganlar donolik va sog'lom

fikrdan uzoqdirlar. Biz gunohkorni emas, balki gunohni
nafratlashimiz kerak, chunki u bizning ruhan birodarimizdir,
garchi uni o'rab turgan johillik zulmatiga qaramay.

Ayblashning maqsadi shifo bo'lishi kerak, maqtanish va
yaralash emas. Biz gunohkor birodarimizga uning o'rnida va
holatida bo'lganimizda bizga qanday munosabatda
.bo'lishlarini istasak, shunday munosabatda bo'lishimiz kerak

Kim bu dunyoda birodarining kamchiliklarini yashirsa,
.Alloh oxiratda uning kamchiliklarini yashiradi

Biz boshqalarni hukm qilganimiz kabi, ma'naviy qonun
ham bizni bir xil darajada hukm qiladi. Biz boshqalardan juda
ko'p narsa kutmasligimiz kerak, shuningdek, har doim ham
hech kimdan yaxshi natijalar kutmasligimiz kerak, hatto ular
.qo'lidan kelganicha harakat qilsalar ham

Inson yiqilib, qoqilib ketishi mumkin, ammo u fazilat va
solihlik zinapoyasiga yana ko'tarilish uchun qo'lidan
.kelganicha harakat qilsa, xavfsiz bo'ladi

Biz har kuni o'zimizga yoki oila a'zolarimizga yordam
berganimiz kabi, bemorning kayfiyatini atrof-muhitimizda
ham jismoniy, ruhiy yoki ma'naviy jihatdan ko'tarishga
.harakat qilishimiz kerak

Kimki bugundan boshlab qiyinchilik va baxtsizlik
keltiradigan eski xudbin hayot o'rniga ilohiy qonunlarga
muvofig yashashga harakat qilsa, u hayotda qanchalik
kamtarona rol o'ynamasin, kosmik spektakl rejissyori va
barcha taqdirlarimizning xo'jayini - Qodir Xudoning
ko'rsatmasiga binoan o'z burchini to'liq bajargan ekan, bu
.muhim rol bo'lib qolishini tushunadi

Boshqalar bilan chinakam samimiylik, chinakam sevgi
va his-tuyg'ularni hisobga olish bilan muloqot qilganimizda,
shaxsiy manfaatlarimiz yoki xudbin hisob-kitoblarimizni

hisobga olmasdan, hayotimizga yaxshi do'stlarni olib
.kiramiz; aks holda, biz haqiqiy do'stlarimizni taniy olmaymiz

Ikkiyuzlamachilik va da'vogarlikdan xalos bo'lish va
boshqalarga qasddan zarar yetkazmaydigan tarzda harakat
.qilish kerak

Do'stlar g'azablanmasligi, kamsitilmasligi yoki adovatga
berilmasligi kerak, shuningdek, ularga bizga nisbatan
do'stona bo'lmagan his-tuyg'ularni saqlash uchun hech
qanday sabab berilmasligi kerak. Do'stlarga yomon
munosabatda bo'lish, ulardan foydalanish yoki so'ralmagan
holda maslahat berish mumkin emas. Maslahat so'ralganda,
u samimiy va mehr bilan, oqibatlaridan qo'rqmasdan berilishi
kerak. Do'stlar bir-birlariga konstruktiv, birodarlik tanqidlari
.orqali yordam berishadi

Qiyin hayot tajribalari irodamizni falaj qilish va bizni
mag'lub etish uchun emas, balki qat'iyatimizni charxlash,
Xudoga bo'lgan imonimizni va o'ziga bo'lgan ishonchimizni
mustahkamlash uchun keladi. Ba'zi odamlar bu tajribalar va
qiyinchiliklarni yengib bo'lmaydigan vayronkor kuchlar deb
noto'g'ri ishonishadi va shuning uchun ular taslim bo'lishadi.
Sog'lom fikrlash tarzi hayot va uning sinovlari bilan samarali
kurashish uchun ichki kuchimizni faollashtirish uchun juda
.muhimdir

Agar inson o'zidan kuchliroq odam bilan
raqobatlashmasa, u kuchli bo'lmaydi. Xuddi shunday, biz
qiyinchiliklarga jasorat va aqliy bardosh bilan duch
.kelganimizda, biz kuchliroq va bardoshliroq bo'lamiz

Bizning ongimiz Xudoning hamma narsani qamrab
oluvchi ongining ajralmas qismidir. Bizning ongimiz to'liqini
ostida Uning cheksiz ongi okeani yotadi. To'liqin o'zining
buyuk okeanning bir qismi ekanligini unutganda, u o'zini
o'sha okean kuchidan ajratib qo'yadi. Natijada, odamlarning

onglari moddiy cheklovlar tufayli zaiflashadi va endi samarali mehnat va mo'l-ko'l ishlab chiqarishga qodir emas. Aqlar johillik changini qoqib, o'z kuchlarini bog'laydigan zanjirlarni uzib tashlaganda, ular ijodkorlik va hayot bilan ijobiy o'zaro .ta'sirga ko'proq qodir bo'ladilar

Muayyan g'oyaga mahkam yopishib, uni kuchli iroda bilan singdirganingizda, bu g'oya dinamik kuchga aylanadi.

Fikr dinamikaga aylanganda, ongda chizilgan ko'rinmas xaritaga ko'ra, u muvaffaqiyat uchun to'g'ri muhitni yaratishi .mumkin

Odamlar qiyin hayot sharoitlariga taslim bo'lmasdan qarshilik ko'rsatish o'rniga, ularga qarshilik ko'rsatmasdan .taslim bo'lganliklari uchun muvaffaqiyatsizlikka uchraydilar

Iroda kuchini mashq qilish va faollashtirish kerak

Tinchlik makoniga kirganlar Xudoni sevadigan boshqa qalblar bilan ruhiy aloqa qila oladilar va atirgullar va barcha .tirik mavjudotlarning tilini tushuna oladilar

Ey Rabbim, mening sevgim va sog'inchim ustida taxtga .o'tirgan yagona Shoh bo'l

Meditatsiya qiluvchilar chuqur xotirjamlik tuyg'usini boshdan kechiradilar va bu ichki xotirjamlik hatto boshqalar bilan birga bo'lganda ham saqlanishi kerak. Inson meditatsiyada o'rganganlarini kundalik faoliyatda va boshqalar bilan o'zaro munosabatlarda, hech kimning tinchligi yoki xotirjamligini buzishiga yo'l qo'ymasdan .qo'llashi kerak

Yaxshi odatni shakllantirishni yoki yomon odatdan xalos bo'lishni istasangiz, turli odatlarning mexanizmlari .joylashgan miya hujayralariga e'tibor qarating

Yaxshi odatni shakllantirish uchun avval jimgina o'tirib,
ilohiy yordam so'rab mulohaza qiling. Fikringizni
peshonangizda, qoshlaringiz orasidagi iroda markaziga
qarating va miyangizga singdirmoqchi bo'lgan odatingizni
qat'iy tasdiqlang. Yomon odatlardan xalos bo'lishni
istasangiz, diqqatingizni ushbu iroda markaziga qarating va
bu odatlar ildiz otgan barcha chuqurliklar o'chirilayotganini
qat'iy tasdiqlang. Diqqat va iroda bilan siz hatto chuqur ildiz
otgan eski odatlarning eng chuqur chuqurliklarini ham yo'q
qilishingiz mumkin. O'zingizni miya sohasidagi nosog'lom
odatlarni yo'q qilish uchun yetarli iroda kuchiga ega
.ekanligingizga qayta-qayta ishontiring

Bunday tasdiq uchun eng mos vaqt - bu iroda va e'tibor
.sergak bo'lgan erta tong

O'zingizga barcha buyruqlardan ozod ekanligingizni
tasdiqlab turing va bir kun kelib - Xudoning yordami bilan -
.qutulmoqchi bo'lgan odatdan xalos bo'lganingizni bilib olasiz

Nimadan qo'rqsangiz ham, fikrlaringizni undan chiqarib
tashlang va uni Xudoga qoldiring. Xudoga bo'lgan
imoningizni mustahkamlang va U sizga yordam bera olishiga
.ishoning

Ko'p azob-uqubatlar xavotir va xavotirdan kelib chiqadi.

Qo'rqqan narsangiz hali sodir bo'lmagan bo'lsa, nega azob
chekishingiz kerak? Xudoning himoya nuri sizni har
tomondan o'rab turganini tasavvur qiling, shunda siz Uning
.ajoyib himoyasini his qilasiz

Xavotirlarimizning aksariyati qo'rquvdan kelib
chiqqanligi sababli, agar biz qo'rquvni hayotimizdan yo'q
qilsak, o'zimizni erkin his qilamiz va shifo darhol keladi. Har
kecha, uxlashdan oldin, Xudo siz bilan ekanligini, sizni
himoya qilayotganini va kuzatib turganini o'zingizga
.tasdiqlang

Ushbu kosmik dramada barcha irqdagi odamlar hayot hikoyasini vaqt sahnasida sahnalashtiradilar. Biz o'tkinchi rollarimiz bilan haddan tashqari band bo'lmasdan yoki ularga haddan tashqari berilib ketmasdan hayotning ma'nosini .tushunishimiz kerak

Hayot haqidagi tasavvurimiz ko'pincha buzuvq va og'ishgan bo'ladi, chunki biz xudbinlik va cheklangan ufqlar bilan qaraymiz. Agar biz qalb ko'zi bilan qarasak, narsalarga .butunlay boshqacha nuqtai nazardan qaragan bo'lar edik

Biz donolik ko'zini ochganimizda, biz Xudoning hamma narsani qamrab oluvchi nurini ko'ramiz va shu nurda biz o'zimizning ruhiy tabiatimizni idrok etamiz, bu koinotning barcha zarralari va qismlarini qamrab oluvchi universal ong .tabiatining aksidir

Bizni o'rab turgan ma'naviy haqiqatlar, yumilgan ko'zlarimizning eshiklarini taqillatib, bizni zulmat o'rniga yorug'likni ko'rishga, johillik o'rniga donolik bilan harakat qilishga, qalbimizni nafrat o'rniga sevgi bilan to'ldirishga va tinchlik o'rnatish hamda dunyomizga mo'l-ko'lchilik va xavfsizlik olib kelishda hamkorlik qilishga undaydi. Agar biz shunday qilsak, johillik yo'qoladi, vaziyatdagi farqlar yo'qoladi, aholini ro'yxatga olishda birlikni ko'ramiz va ilohiy .iroda bilan yanada uyg'unlashamiz

Xudo bilan bo'lgan munosabatimiz ish beruvchi va xodim o'rtasidagi kabi sovuq yoki mehrsiz emas. Biz Uning oilasimiz, Uning bizga bo'lgan g'amxo'rliqi doimiy va U bizni doim tinglaydi. Biz Uning borligining ajralmas qismimiz va U .bilan bo'lgan munosabatlarimiz jonli va jonli

Yaratuvchimiz bizga cheksiz sevgi, tushunish, idrok, xayrixohlik va ma'naviy kuch ato etgan, ammo ko'pchiligimiz bu boylikni Xudo bizdan olijanob va mehribon oilaga munosib bo'lgan xavfsizlik, tinchlik va do'stona hamkorlikda

yashashimizni istamagan narsalarga sarfladik, ammo
ochko'zlik va xudbinlik qalblarimizga ildiz otib, oramizda
.nizolar keltirib chiqardi

Xudo bizning xo'jayin bo'lishimizni xohlaydi, lekin biz qul
bo'lishni tanladik

Inson o'zining samoviy uyidan uzoqlashdi va Xudoga
yaqinlik va Xudo unga yaqinlik hissini yo'qotdi va u shaxsiy
.sa'y-harakatlarisiz bu jannatga qayta erisha olmaydi

Xudo bizni O'z suratida yaratdi, lekin bu haqiqat
ongimizdan chiqib ketdi. Biz taqdirimiz qiyinchilik va
taqdirimiz halokat degan illyuziyaga berilib ketdik. Biz
illyuziya pardasini donolik xanjari bilan yirtib tashlashimiz
.kerak, uning ortidagi yorqin haqiqatni ko'rish uchun

?Biz kimmiz va asl tabiatimiz nima

Insonlar psixologik yoki hissiy tuzilishida, hayotdagi
rollarida, intilayotgan ishlari va faoliyatlarida yoki his
qilayotgan istaklarida aniq farqlarga ega. Ammo bu
farqlarning barchasi ostida har bir inson istisnosiz istaydigan
va muhtoj bo'lgan ikkita narsa yotadi. Birinchisi - barcha
turdagi og'riq va istaklardan ozodlik. Ikkinchisi - to'liq va
abadiy baxt - tinchlik, sevgi, donolik va quvonch
.yashaydigan to'liq qoniqish

Darhaqiqat, insonlar bu nomni ishlatishlaridan qat'i
nazar, Xudoga erishishga intiladilar. Donolar Xudo baxtning
mohiyati va baxt ruhi, deyishadi. Va agar inson to'g'ridan-
to'g'ri kosmik manbadan foydalanmasa, to'liq qoniqishni his
qila olmaydi. Bu insonning holatini tushunish uchun muhim
.nuqta

Lekin odamlar izlayotgan narsalarini qaerdan
?qidirishadi

Ular buni faqat dunyoviy narsalarda: mol-mulkda, tashqi sharoitlarda va boshqa odamlar bilan munosabatlarda izlaydilar. Ammo yaratilishning o'ziga xos xususiyatini hisobga olgan holda, uni bu dunyoda hech narsada, hech .kimda yoki biron bir sharoitda topishning iloji yo'q

Yaratilish ikkilik tamoyiliga asoslangan. Faqat bitta rangdagi rasmga ega bo'lishning iloji yo'q, chunki uning aksisiz hech qanday yo'l yo'q. Xuddi shunday, mavjudlikning biron bir jihati ikkilikdan alohida mavjud bo'lishi mumkin emas. Biroq, odamlarni rag'batlantiradigan istaklarni o'rganib chiqsak, har birimiz faqat yaxshi, yoqimli, chiroyli va ijobiy narsalarni xohlayotganimizni, yoqimsiz yoki istalmagan narsalar bilan kurashish istagisiz ekanligini aniqlaymiz. .Ammo bu mumkin emas

Bu dualistik dunyoda og'riqsiz zavq, zulmatsiz yorug'lik, yomonliksiz yaxshilik, o'limsiz hayot yo'q. Tanganing ikki tomoni ajralmasdir. Bu shuni anglatadiki, biz o'zimizning .ichimizda orzu qilgan narsani bu dunyodan ololmaymiz

Odamlar izlaydilar — ha, ular bor kuchlari bilan izlaydilar — lekin ular izlayotgan narsasini topa olmaydilar, bu esa umidsizlik va umidsizlikni keltirib chiqaradi. Bu nafaqat umidsizlikka, balki katta norozilik va kuchli g'azabga, natijada zo'ravonlik harakatlariga olib keladi. Bularning barchasi ular izlayotgan narsasini to'g'ri joyda izlamaganliklari va natijada qalblari xohlagan narsani topa .olmaganliklari uchun sodir bo'ladi

Bizning davrimizdagi odamlar hayotning mazmuni va maqsadi haqida ko'p narsa bilishmaydi va shuning uchun .ular chalkashlik va hayratdan aziyat chekishadi

Tabiatan, insonlar maqsadga yo'naltirilgan mavjudotlardir. Agar ular hayotda maqsadga ega bo'lmasalar va ularning ongi, energiyasi, irodasi va his-

tuyg'ulari ijobiy va konstruktiv tarzda yo'naltirilmasa, ular
alkogol va giyohvand moddalarni suiiste'mol qilish,
zo'ravonlikka murojaat qilish va boshqalar kabi halokatli
yo'llarga murojaat qilishadi. Hayotning asosiy maqsadi
Xudoni bilishdir va shaxslar o'z rollari va tashqi faoliyatlarini
solih harakatlar, sog'lom nuqtai nazarlar, ijobiy munosabatlar
va his-tuyg'ularini foydali yo'naltirish orqali
.uyg'unlashtirishlari shart

Tabiatimizning bu ikki jihati - ichki yoki ma'naviy jihati
va tashqi jihati - to'g'ri tushunilsa, qarama-qarshi emas.
Aksincha, ular bir-birini qo'llab-quvvatlaydi va jismoniy,
psixologik, hissiy va ma'naviy qobiliyatlarimiz va
salohiyatimizni rivojlantirish va kuchaytirishga yordam
.beradi

Odamlar intellektual yoki psixologik rag'batlantirishsiz
katta bo'shliqda yashaydilar. Ular maqsad yo'qligi va
hayotlariga qiymat va ma'no beradigan hech narsa yo'qligi
sababli zerikishni his qiladilar. O'rtacha odam psixologik va
ruhiy jihatdan sog'lomdek ishlay va o'zini tuta olishi mumkin,
?ammo ular baxtlimi

Hayotning asosiy maqsadi - biz kimligimizni va asl
tabiatimizni bilishdir. Agar biz hayotning chuqurroq
jihatlariga ular munosib e'tibor bersak, muqarrar ravishda
baxtni his qilamiz, chunki inson baxti insonning ma'naviy o'zi
bilan bog'lanish bilan bog'liq bo'lib, usiz insonning mavjudligi
.yoki mavjudligi yo'q

Muvaffaqiyatsizlik yoki kasallik qo'rquvi,
muvaffaqiyatsizlik g'oyasi ongli ongdan ong ostiga singib,
oxir-oqibat yuqori ongga yetguncha, bu haqda doimiy o'ylash
orqali rivojlanadi. Keyin, ong osti va yuqori ongda
mustahkam o'rnashgan qo'rquv ko'payib, o'sib bora
boshlaydi, toki u ongli ongni unib chiqqanida dastlabki fikr
kabi osonlikcha yo'q qilinmaydigan qo'rquv begona o'tlari

bilan to'ldirguncha. Bu zararli begona o'tlar oxir-oqibat zaharli va halokatli mevalarni beradi. Yaxshiyamki, uning ildizlarini jasoratga kuchli e'tibor qaratish va Xudoga va U o'zlariga yordam berishni va ularni zarardan himoya qilishni istaganlarga yordam berishga qodir ekanligiga mutlaq .ishonchni singdirish orqali ichkaridan yo'q qilish mumkin

Bir paytlar dengiz yuzasida bo'ronlar va chaqmoqdan ehtiyot bo'lib, kichik bir pufakcha suzib yurgan edi, to'satdan u bir ovozni eshitdi: "Hayotning kichkina pufagi, senga nima
"?bo'ldi

Hayot okeanining bir qismi ekanligingizni bilmaysizmi?

Kichkina pufakcha atrofga qaradi va bu haqiqatni angladi

Inson ongi kosmik ong dengizi yuzasida mayda pufakcha kabi suzib yuradi, uni vaqtinchalik pufakcha deb o'ylaydi, kasallik, qashshoqlik va o'lim qo'rquvidan titraydi. Voy pufakcha, siz okeandan qo'rqasizmi? Atrofga qarang va diqqat bilan kuzating. Nuqtai nazaringizni yaqin atrofingizdan Xudoning cheksiz olamiga o'tkazing. Chuqurroq o'rganing, tushunchangizni kengaytiring, shunda siz Uning ulkan dengizi bilan bir ekanligingizni va Xudo siz bilan ekanligini bilib, ishonch hosil qilishingiz mumkin. U sizni .himoya qiladi, sizni qo'llab-quvvatlaydi, hozir va abadiy

Tuzoq va tuzoqlardan qochish

Qachonki qalbingizda kuchli istak paydo bo'lsa, uni amalga oshirishga undaydigan kuchli istakni his qilsangiz, aql-idrokka ega bo'ling va o'zingizdan so'rang: "Bu bajarilishi mumkin bo'lgan yaxshi istakmi yoki bajarilmasligi kerak bo'lgan yomon istakmi?" Nosog'lom moddiy istaklar bizga yolg'on umidlar va xayoliy baxtni berish orqali yomon odatlarimizni rag'batlantiradi. Bunday hollarda, haqiqatni ochib berish uchun aql-idrok kuchidan foydalanish kerak. Yomon odatlar oxir-oqibat baxtsizlikka olib keladi. Ularning

asl mohiyati fosh bo'lganda, ular odamni azob-uqubatlar va
.baxtsizlik tuzoqlariga ilintirishga ojiz bo'lib qoladilar

Fikrlar va hikoyalar

Hayotda ham, o'limda ham, qayg'u va musibatlarda
ham, Senga bo'lgan imonim kuchli va sobit, mustahkam va
.tebranmas bo'lib qoladi, ey Rabbim

Sog'inishim va iltijolarimning har bir nafasi qalbimda
eshik va derazalarni ochadi, ular orqali men Xudoning
.saodatiga o'taman

Quyosh eng gavjum joylarga porlaganidek, men ham
hayotimning barcha sohalarida va kundalik faoliyatimda
.ilohiy sevgi nurlarini ko'raman

Ey Rabbim, menga baraka ber, toki men ruhimni tong
.bilan uyg'otib, uni muborak ostonangizga olib kelay

Mushk kiyiklari haqidagi hikoya

Musk - bu Himolay tog'larining baland qismida yashovchi
mushk kiyiklarining kindigida topilgan kuchli xushbo'y hidli
.qimmatbaho modda

Kiyik ma'lum bir yoshga yetgandan so'ng, uning
kindigidan maftunkor mushk hidi yashirincha chiqib keta
boshlaydi va kiyik o'sha jozibali hiddan bezovtalanib, raqsga
.tushib, yoqimli hid manbasini izlay boshlaydi

U bir joydan ikkinchi joyga ko'chib yuradi, toshlar
orasidan va daraxtlar ostidan hidlaydi, o'sha hayajonli
hidning manbasini hamma joyda qidiradi

Nihoyat, u so'z topa olmay, sog'inch va ishtiyoq bilan
izlayotgan narsasini topa olmay, g'azablanib, yanada
.bezovta va xavotirga tushadi

Mushk manbaiga yetib borish uchun oxirgi urinishda, u
taqdiriga duch kelish va o'lim bilan yuzlashish uchun baland
qoyali jarliklardan chuqur vodiya sakraydi, shu payt
ovchilar uni tutib, undan mushk xaltachasini yoki bezini
.chiqarib olishlari mumkin

Shu munosabat bilan ma'rifatparvar shoirlardan biri
:quyidagi mazmunda bir narsani aytib berdi

!Ey mushk kiyigi, ahmoq

?Nega azob chekyapsan? Nega uyqusizsan

Bu mushk mavjud

!Qorningiz bilan, ahmoq

Buruningizga tegsangiz ham

Sizdan maxfiy hid keladi

Siz umid qilgan narsangizni yutgan bo'lar edingiz

Va siz sarflamasdan yashadingiz

Do'stlarim, ko'pchilik odamlar mushk kiyiklari kabi o'zini
tutadi deb o'ylamaysizmi? Ular doimo va abadiy o'zlaridan
.tashqari hamma joyda baxt izlaydilar

Ha, ular baxtni o'yin-kulgidan izlaydilar va o'zlarini istak
va ehtirolardan charchatib, boylikning sirpanchiq yo'llaridan
ko'tarilishadi, oxir-oqibat ular qalblarining eng tubida
saqlangan haqiqiy baxtni topa olmaganlarida katta umidlar
qoyalaridan umidsizlik va muvaffaqiyatsizlik qoyalariga
.sakrab o'tishadi

Agar fikrlarimizni ichkariga qaratsak va chuqur
mulohaza qilsak, qalbimiz xotirjamligida biz izlayotgan
.haqiqiy va abadiy baxt manbaini topamiz

Biz baxtni noto'g'ri joylarda qidirib halok bo'layotgan
mushk kiyiklariga o'xshamasligimiz kerak. Aksincha, hushyor
bo'lishimiz va baxtni o'zimizdan tashqarida emas, balki
.o'zimizdan topishga harakat qilishimiz kerak

Tugmaning hikoyasi

Bir kuni bir kishi mening oldimga kelib, surunkali yurak
:kasalligidan aziyat chekayotganini aytdi va qo'shimcha qildi

Men ko'p narsalarni sinab ko'rdim, lekin yurak"
"og'rig'idan qutula olmayapman

Xotirjam o'ylab bo'lgach, undan qaychi olib kelishini
:so'radim. U menga titroq bilan qaradi va dedi

"?Janob, yuragimni yorib yubormoqchimisiz"

Men kulib javob berdim: "Men shifokor emasman.
Jarrohlik amaliyotini qaychi yordamida amalga oshirgan
"!?odam haqida eshitganmisiz

Nihoyat, u ikkilanib qaychi olib keldi, shuning uchun
men uning paltosidagi tugmalardan birini kesib tashladim va
uning o'rniga boshqa tugma tikmaslikni va tugma yo'qolgan
joyga qo'lini qo'ymaslikni aytdim. Shuningdek, unga ikki
haftadan keyin yonimga qaytib kelishini aytdim va shu vaqt
.ichida u tuzalib ketishini kutgandim

Erkak kulib dedi: "Men sizga ishonganim uchun
so'raganingizni bajaraman, lekin menimcha, bu menga
"!buyurilgan eng g'alati dori

Ikki hafta o'tgach, u mening oldimga yugurib kelib,
:hayrat bilan dedi

Mutaxassislar menga yurak xastaligidan tuzalganimga"
ishontirishdi. Xo'sh, Xudo haqqi, nima qildingiz? Tugmadan
"?jin chiqardingizmi

Men tabassum bilan javob berdim: "Ha! Qo'lingiz doimo
."tugma bilan o'ynardi va tugma yurak bilan bir tekisda edi

Bu tugma yuragingizni og'ritayotgan jin edi. Shuning
uchun men tugmani kesib, uni almashtirmaslikni yoki
qo'lingizni yuragingizga qo'ymaslikni aytdim. Shu tariqa
yuragingiz bosimdan xalos bo'ldi va sizga zarar yetkazishni
!to'xtatdi

Hamma narsa tez rivojlanmoqda va odamlar ko'p
narsalar bilan band. Tabiiyki, vaqtni behuda sarflashdan,
mavsumni o'tkazib yuborishdan va bo'sh qo'l bilan
tugashdan ko'ra, dunyoning ne'matlarini yig'ib olish
yaxshiroqdir. Lekin inson hayotning eng boy hosilini yig'ib
olishi kerak: Xudoga yaqinlashish va Uni bilish. Haqiqiy
baxtga erishishning yagona yo'li bu dunyoda biror narsaga
.erishish va shuningdek, ma'naviy muvaffaqiyatga erishishdir

Xudoni biladiganlar kundalik vazifalarini avval Xudo
haqida mulohaza yuritishdan va onglari va tanalarini
muborak ilohiy energiya bilan to'ldirishdan oldin
.boshlashmaydi

Dunyoning ko'plab talablari ma'naviy maqsadlarini
izlayotganlarni to'xtatishi va ularni tanlagan yo'llaridan
chalg'itishi mumkin. Ammo qat'iyatli bo'lganlar hech
narsaning ularni yo'ldan adashtirishiga yo'l qo'ymaydilar;
ular qiyin yoki noqulay sharoitlarga qaramay, qat'iyat bilan
.davom etadilar

Dunyo bizga nima bermasin, u dunyo xazinalari va
boyliklaridan ko'ra barqarorroq, muhimroq va qadrliroq
narsani orzu qiladigan qalblarimizning istaklarini qondira
.olmaydi

Inson vafot etganda — umringiz uzoq bo'lsin — yer
yuzida hech qanday kuch ular uchun hech narsa qila

olmaydi. Bu dunyodan ketganimizdan keyin bizga kim yordam bera oladi? Xudoyim. Shuning uchun, biz har doim shuni yodda tutishimiz kerakki, bu dunyo shunchaki samoviy uyimizga boradigan yo'limizdagi vaqtinchalik to'xtash joyidir, .u yerda biz Rahmli Zot huzurida abadiy yashaymiz

Haddan tashqari boylik sog'liq, xotirjamlik va samaradorlikni kafolatlamaydi, ammo xotirjamlik va samaradorlikka erishish ham ma'naviy, ham moddiy .darajada muvozanatli muvaffaqiyatga olib keladi

Ko'pchilik odamlar aqliy samaradorlikni faqat moddiy muvaffaqiyatga erishish uchun rivojlantiradilar. Ammo inson o'zini o'zi boshqarib, psixologik kuchlarini boshqarib, ilohiy rejaga muvofiq harakat qilganda, uning hayoti barakali bo'ladi va u bu yerda ruhning nektarini tatib ko'radi. U endi odatlar va istaklar asiri bo'lmaydi, balki uning ongi ilohiy mavjudotning qalbiga aylanadi va u yerda ta'riflab bo'lmaydigan yangilangan zavqlardan bahramand bo'lib .yashaydi

Tana eng buyuk dorixonadir

Tibbiyot tadqiqotchilari shuni aniqladilarki, biz cheksiz quvonchni his qilganimizda, tanamiz shifokorlar tomonidan buyurilgan dorilar kabi kuchli va samarali bo'lgan antidepressantlar va boshqa stressni kamaytiruvchi moddalarni ishlab chiqaradi. Tanamiz Yer yuzidagi eng buyuk dorixona bo'lib, Xudo bizda o'rnatgan ma'naviy muvozanat bilan uyg'unlikda bo'lganimizda, to'g'ri narsani .to'g'ri vaqtda ishlab chiqarishga qodir

Hamma stress ham zararli emas; stress tanamiz orqali oqib o'tadigan hayotiy energiyani uyg'otadi va faollik va harakatni rag'batlantiradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, .yetarli miqdorda stress foydalidir

Ammo muammo stress sog'lom darajadan oshib
ketganda paydo bo'ladi

Har birimizning stressga bo'lgan shaxsiy chegaramiz bor
va bu chegaradan oshib ketganda, biz kerak bo'lgandan
ko'ra ko'proq stressga tushamiz va tanada, his-tuyg'ularda
va ongda muammolar paydo bo'la boshlaguncha buni
.sezmasligimiz mumkin

Xudo bilan hayot quvonch va baxtdir, Xudosiz esa
tashvish, tartibsizlik, qiyinchilik va hatto falokat ham bor.
Xo'sh, qanday qilib falokatlarni va fojialarni hukmronlik qiladigan
hayotda tinchlik va osoyishtalikni topib, bu yerga bir oz baxt
?keltirishimiz mumkin

Birinchi talab - hayot bosimi ularning ta'siri ostida
.bo'lganimizda ulardan xabardor bo'lishdir

Xudo dono va bilimdonidir va U tanamizga qulaylik,
noqulaylik, xotirjamlik va xavotir kabi signallarni bergan va
biz bu signallarga e'tibor berishimiz kerak. Tanamizda bizga
biror narsa aytishga harakat qiladigan ilohiy aql bor va biz
stress yoki dam olish paytida bu xabarlarini tinglashimiz
kerak. Stressni his qilganingizda, ongingizni tanangizning
stressni boshdan kechirayotgan qismiga qarating, keyin
chuqur nafas oling va shu bilan birga, u tebranguncha o'sha
qismni muloyimlik bilan tarang. Keyin bo'shashing va
taranglikni yo'qoting. Bu tanada energiya va hayotiy
muvozanatni saqlashga va uni stressning zararli ta'siridan
.himoya qilishga yordam beradi

Shuningdek, biz hissiy stressni nafas olish orqali
boshqarishimiz mumkin. Qo'rquv yoki boshqa zararli his-
tuyg'ularni his qilganingizda, bir necha marta sekin, chuqur
va ritmik nafas oling va chiqaring, bu har bir nafas
chiqarishda tanangizga bo'shashishga imkon beradi. Bu
yurak urishini sekinlashtirishga, normal qon aylanishini

tiklashga, asablaringiz orqali hayotiy energiya oqimini
osonlashtirishga va ongingizni tinchlantirishga va
.fikrlaringizni tozalashga yordam beradi

Hayot favqulodda vaziyat emas; bu go'zal ilohiy ifoda va biz undan zavqlanishimiz kerak. Tabassum kuch ekanligini yodda tutaylik; agar biz undan foydalanmasak, hayotning .muhim jihatini yo'qotamiz

Insonlar his-tuyg'ular va tuyg'ularga ega ruhlardir va ularning kiyim yoki tashqi palto kabi kiyadigan tanasi bor. Ammo biz faqat tana va his-tuyg'ular darajasida yashasak, .stress va keskinlikning salbiy ta'siriga tushib qolamiz

Biz o'zimizning asosiy tabiatimiz, ya'ni ruh bilan
uyg'unlikda bo'lganimizda, ruhning quvonchi qalbga oqib
keladi va sevgiga aylanadi. Ruhning tinchligi va osoyishtaligi
bilan bog'liq bo'lgan bu sevgini his qilish va uning uyg'un
ta'siri ostida harakat qilish va o'zaro ta'sir qilish, ziddiyatlar
va qarama-qarshiliklarga to'la dunyoda tabiiy yashashning
eng mos usuli hisoblanadi. Bu quvonch bilan uyg'unlik hayot
.muammolarining yechimidir

Izoh: "Organizm antidepressant va stress va taranglikni kamaytiradigan boshqa moddalarni ishlab chiqaradi, ular shifokorlar tomonidan buyurilganidan kam bo'lmagan kuchli va samarali" degan bayonotga kelsak, bu tibbiy maslahat va retseptlarsiz voz kechish tavsiyasi emas, shuning uchun .aniqlik kiritish zarur

Magnit tenglamalar

Kuchli mavjudligi va yomon moyilligi bo'lgan odam + mehribon, ammo irodasi zaif odam = yovuzlik magnetizmi mehrdan ustun keladi

Yomon moyillikka ega zaif irodali odam + yaxshi
moyillikka ega kuchli irodali odam = yaxshilik magnetizmi
yovuzni yengadi

Zaif ma'naviy magnitlanish + yovuz biomagnetizm =
kuchli yovuz magnitlanish

Kuchli axloqiy kuch + zaif axloqiy kuch = katta axloqiy
kuch

G'azablangan va zo'ravon odam + muloyim va mehribon
odam = g'azabning jozibasi muloyimlikdan ustun keladi

Kuchli, muvozanatli va xotirjam temperament + ba'zan
norozilikka moyil bo'lgan temperament = xotirjamlikning
jozibasi ustunlik qiladi

Surunkali chuqur ildiz otgan muvaffaqiyatsizlik +
kamroq chuqur ildiz otgan muvaffaqiyatsizlik = kuchli
muvaffaqiyatsizlik magnitlanishi

Kuchli ijobiy muvaffaqiyat + kamroq ijobiy muvaffaqiyat
= kuchaytirilgan muvaffaqiyat

Kuchli muvaffaqiyatsizlik tebranishi + kuchli
muvaffaqiyat tebranishi = muhit va sharoitlarga qarab kuchli
muvaffaqiyatsizlik magnitlanishi yoki kuchli muvaffaqiyat
magnitlanishi

Kuchli, sog'lom aql + to'liq johillik = yoki ayyorlik va
mahorat, yoki johillik va ahmoqlik

Ajoyib ma'naviy kuch + ajoyib amaliy kuch = Ma'naviy
magnetizm - chinakam ajoyib amaliy kuch

Agar odamlar atrofdagi efirdagi ko'plab sayyoraviy
mavjudotlarni ko'ra olsalar, ehtimol ba'zilar o'zlarining vafot
etgan yaqinlarini topishga harakat qilishar edi. Xudo mening
ruhiy ko'zlarimni ochdi va men yer olamini tark etgan ko'plab

ruhlarni ko'rmoqdaman. Ma'naviy ko'zga (peshonaning markaziga) chuqur e'tibor qaratish orqali inson ichki ko'rish qobiliyati bilan efir tekisligiga ko'tarilgan barcha yaxshi ruhlar yashaydigan nurli dunyoni ko'rishi mumkin. Rahmdil .Zotning huzuriga

Odamlarda yurak simsiz qabul qilgich, ruhiy ko'z esa uzatuvchi vazifasini bajaradi. Agar siz vafot etgan yaqinlaringizni ko'ra olmasangiz ham, his-tuyg'ularingizni xotirjamlik bilan qalbgaga qaratsangiz, endi osmon tanalarida yashayotgan, Xudoning tinchligi va xavfsizligidan bahramand bo'lib, tananing cheklovlaridan ozod bo'lishlaridan xursand bo'lgan azizlaringizning borligini his qilishingiz mumkin, shunda siz ularning tinchligida taskin .topasiz va qalbingiz ular haqida xotirjam bo'ladi

Xudoning ismini tilga olganimda, butun vujudim oliy quvonchga to'ladi. Lekin bu holat menga faqat katta kuch sarflagandan keyin keldi. Avvaliga men sog'inchga moyil emas edim, chunki o'shanda ongim chalg'igan edi. Lekin endi, fikrlarim va ongimni ruhiy markazga - qoshlar orasidagi bo'shliqqa qaratganim zahoti, barcha fikrlar yo'qoladi, nafas olish o'z-o'zidan to'xtaydi, yurak urishdan to'xtaydi, ongning notinchligi pasayadi va ruhga mavjudlik holatlari tushadi, shunda men ruhiy ekstazni boshdan kechiraman va ilohiy .saodatga to'laman

Oltin so'zlar

Baxt mening huquqim, merosim va yashirin ilohiy xazinamdir. Meni o'zimda shohlarning orzularidan ustun .bo'lgan xazinalarni topishga yo'naltir

* * *

Hayot - bu muntazam ritmga ega aqlli harakat. U o'zini jonsiz narsalarda shakllantiradi yoki tirik va harakatlanuvchi shaklga kiradi. Hayot hamma narsani qamrab oladi va .hamma narsaga singib ketadi

* * *

Ey eng buyuk sevgilim, Sen hayotsan, Sen mening
.maqsadim va intilishimsan

* * *

Menga samoviy bog'ingda gullab-yashnayotgan atirgul
yoki yorqin sevgi marjoningda yaltiroq munchoq yasa, yoki
.menga eng katta sharafni ber: yuragingdagi eng kichik joyni

* * *

Yaxshilik qilishdagi harakatlarimni boshqalar
qadrlaydigan joyda men eng katta xizmatni ko'rsata olaman

* * *

Keling, shirin xotiralar va nafis fikrlarning ipak iplari
bilan orzularning oltin gilamini to'qaylik

* * *

Sevgi ongni sayqallash va xarakterdagi qo'pollikni
.ketkazadigan zimpara qog'oziga o'xshaydi

* * *

Pandemiyalar, falokatlar va tabiatdagi vayronagarchilik,
halokat va keng tarqalgan zarar keltiradigan zo'ravon
o'zgarishlar "ilohiy farmon" emas. Bu ofatlar inson fikrlari va
harakatlaridan kelib chiqadi. Dunyoning yaxshilik va
yomonlikning nozik muvozanati insonning yomon niyatlari va
noto'g'ri harakatlari natijasida yuzaga keladigan zararli
to'lqinlar va tebranishlarning to'planishi bilan qayerda
bo'lmasin, betartiblik hukmronlik qiladi va keng tarqalgan
.vayronagarchilik yuzaga keladi

* * *

Men har bir xalqning eng yaxshisini olaman va barcha
millatlarning kamchiliklariga e'tibor qaratmasdan, ularning
.yaxshi fazilatlarini qadrlayman

* * *

Kundalik ovqatimizning ozuqaviy qiymatiga g'amxo'rlik
qilganimiz kabi, har kuni ongimizga beradigan psixologik
.ozuqalarga ham e'tibor berishimiz kerak

* * *

Yaxshi so'zlar ko'plab kasalliklar uchun ajoyib davo
bo'lib, kuchli, deyarli sehrli, magnit kuchga ega bo'lib,
so'zlovchiga mo'l-ko'l baraka va farovonlik keltiradi.
Yumshatuvchi, muloyim so'zlarni ishlatadiganlar ular orqali
uzluksiz oqayotgan nozik oqimni his qilishadi va ular chuqur
xotirjamlik hissi bilan to'ladilar. Buning sababi, bu oqim
o'zining yuqori manbai bilan bog'liq, doimiy oqim bo'lib, u
shu manba bilan uyg'unlikda qalblarga yetib boradi va ularga
.tinchlikni orzu qilganlarga baxtni etkazish imkonini beradi

* * *

Qanchadan-qancha mehrli so'zlar ko'plab qayg'ularni
yo'q qildi va qanchadan-qancha dono ovozlar qorong'u
!yo'llarni quvonch va xotirjamlik chiroqlari bilan yoritib berdi

* * *

Biz boshdan kechirgan har bir tajriba orqali o'sib
boramiz, agar ulardan qimmatli saboqlar olishimiz
mumkinligini anglasak. Chunki biz boshdan kechirgan har bir
.og'riq va azob-uqubatlarning ma'nosi va maqsadi bor

* * *

Tajribalarning qattiqqo'lligiga qaramay, ular temir
rudasini eritib, uni chiroyli, bardoshli va ko'p qirrali po'latga
.aylantiradigan olovga o'xshaydi

* * *

Hayotimdagi barcha ajoyib yutuqlar Xudo bilan
uyg'unlikdagi ong kuchi orqali erishildi. Ilohiy generator
ishlayotganida, men xohlagan hamma narsa istisnosiz
amalga oshadi, avval ko'rinmas, efirdagi dizayn sifatida
shakllanadi, keyin esa haqiqatda qarshilik ko'rsatmaydigan
.kuch bilan namoyon bo'ladi

* * *

Aql Xudoga intiq qalbning tubidan samimiy, g'ayratli
pichirlaganda, ruhning chaqirig'i koinot qalbiga ta'sir qiladi
va javob keladi, bu esa ulkan quvonch keltiradi. Bu
intellektual pichirlash irodani kerakli maqsadga erishish
.uchun zarur bo'lgan kuchga ega bo'lguncha rivojlantiradi

* * *

Insonning ongi va irodasi Xudo bilan uyg'un bo'lganda,
ular cheksiz kuchga ega bo'ladilar, shuning uchun biror narsa
haqida o'ylashning o'zi unga erishish uchun yetarli, chunki
ilohiy qonun oliy iroda bilan uyg'un bo'lganlar foydasiga
.ishlaydi

* * *

Inson Xudo unga bergan barcha intellektual
qobiliyatlarini o'tkinchi narsalarga sarflamasligi kerak, aks
holda ular materializm labirintida o'zlarini yo'qotib qo'yishadi
va o'zlari uchun keraksiz cheklovlar va cheklovlarni
yaratadilar. Buning o'rniga, ular o'zlarining intellektual
kuchlaridan hayot ehtiyojlarini qondirish uchun
foydalanishlari va to'g'ri va noto'g'rini, zararli va foydali
narsalarni farqlash uchun axloqiy qobiliyatlarini
.rivojlantirishga intilishlari kerak

* * *

Haqiqat fikrlar va nazariyalardan tashqarida va bu
yondashuvni qo'llaydiganlarning ko'pchiligi o'zlarining
.sub'ektiv xulosalariga bog'lanib qoladilar

* * *

Ey Rabbim, xotirjamlik darvozalarini och va ruhiy
fikrlarim ma'badi maskanini yovuz pichirlashlar hujumlaridan
saqla. Sening kelishing tongini kutar ekanman,
.sog'inchlarimning atirgullari qalbim bog'ida gullasin

* * *

Nazariy bilim ilohiy bilimga ega bo'la olmaydi va
qimmatli vaqtingizni haqiqatda qo'llay olmaydigan
nazariyalarga sarflamaslik tavsiya etiladi, aks holda inson
o'zini zich intellektual o'rmonlar orasida topadi va
.nazariyalar doirasidan chiqa olmaydi

* * *

Baxt - bu hayotning o'zgaruvchan sharoitlari ustidan
.ruhiy g'alabaning samarasidir

* * *

Xudo tanigan odam dunyoga noma'lum bo'lishi mumkin

* * *

Agar inson o'zini nazariy bilimlar bilan dasturlashtirsa
[haqiqiy sinovsiz], u maqollarni takrorlaydigan va yuksak
iboralarni aks ettiradigan ko'chma yozib olish moslamasiga
o'xshaydi va boshqalar uni bilimdon olim deb hisoblashadi,
ammo bunday bilim haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri idrok etish
bilan mustahkamlanmaydi va ma'naviy yutuqlar bilan
.tenglashmaydi

* * *

Dunyoda muammolar davom etaveradi, shuning uchun
yo'l-yo'riq va yo'l-yo'riq uchun qayerga murojaat qilish
mumkin? Odatlar, xurofotlar, tarafkashliklar va fanatizm
ta'sirida bo'lgan insonning fikrlari hech qanday foyda
bermaydi va atrof-muhit, oila, mamlakat yoki dunyoning
ta'siri haqiqiy yo'l-yo'riq ko'rsatishga qodir emas. Shuning
uchun inson Xudoga murojaat qilishi va qalb tubidan
chiqayotgan xotirjam, osoyishta ovozni, haqiqat bilan uyg'un
.ovozni tinglashi kerak

* * *

Ilohiy yog'in sizdan oqib o'tishi va hayotingizni ma'naviy
ne'matlar va yaxshilik bilan to'ldirishi uchun qalblaringizni
.ilohiy yog'inga oching

* * *

Qaysi ish bilan shug'ullanishingizdan va qanday
yutuqlarga erisha olishingizdan qat'i nazar, doimo yodda
tutingki, Xudo sizga ishlash va erishish uchun zarur bo'lgan
.barcha kuchni beradigan manbadir

* * *

Ey Rabbim, Seni qashshoqlikda ham, farovonlikda ham,
kasallikda ham, sog'lig'imda ham, johillikda ham, donolikda
ham eslagin va bir zumda sog'liq va shifo beradigan
.muborak nuringni ko'rishimga ijozat bergin

* * *

Fikrlarimning yolg'izligida, muborak ovozingizni
eshitishni orzu qilaman Xotiramning burmalarida yashiringan
qo'pol, dunyoviy ovozlarni mendan haydab chiqaring Men
sizning xotirjam, ohangdor ovozingizni qalbimning
xotirjamligida abadiy tinglashni istayman

* * *

Hayot zulmatga burkangan va ba'zan biz qoqilib, oldinga
siljishdan ikkilanamiz. Hayotning qorong'u yo'llaridan
yurganda, Xudoning nuri bizga yo'l ko'rsatuvchi chiroq
bo'lishiga yo'l qo'yishimiz kerak. U johillik va zulmat tunlarida
to'lin oy, uyg'onish soatlarida nur quyoshi, yo'l-yo'riq mayoqi
va yer yuzidagi, o'tkinchi hayot dengizlarida kezib
.yuruvchilar uchun yo'l ko'rsatuvchi yulduzdir

* * *

Inson uchun unutuluvchanlik uyqusidan ruhning uyg'onishiga
.qadar ongini uyg'otish vaqti keldi

* * *

Ey Rabbimiz, biz Sendan xabardorligimizni johillik va tor,
cheklangan fikrlar tubidan tinchlik, yorug'lik, sevgi va
.umuminsoniy mehr-shafqat ufqlariga ko'tarishni so'raymiz

* * *

Oxir-oqibat hamma narsa yaxshilanadi, chunki Xudoning
kuchlari va mo''jizalari inson hayotining qarama-qarshiliklari
ortida yashiringan va kimki vaziyatning muqarrarligiga
ishonch hosil qilmasa va o'z ongi va imoni bilan parda
ortidagi narsaga kirishga harakat qilsa, u uchun eshik
.ochiladi, bu eshikni har bir iymonli qo'l taqillatadi

* * *

Imon hech qachon beparvolik yoki vaziyatlarga oqilona
munosabatda bo'lmaslik degani emas. Aksincha, nima
bo'lishidan qat'i nazar, inson o'zini faqat Xudo qiyin va
stressli vaziyatlarda, agar u butun qalbi, joni va his-tuyg'ulari
bilan Unga murojaat qilsa, uni qo'llab-quvvatlashga qodir
.ekanligiga ishontirishi kerak

* * *

Agar sezgi organlarimiz bizga butun haqiqatni
yetkazganda edi, biz Yerni elektronlar daryosi sifatida ko'rar
edik va har bir chang zarrasini yorug'lik massasi sifatida
.ko'rar edik

* * *

Materiyadan ruhgacha bo'lgan tushunchalari bilan kirib
boradiganlar illyuziyaning mohiyatini tushunadilar va
.haqiqatning mohiyatini biladilar

* * *

Inson Afrika o'rmonlarida bo'ladimi, jang maydonida
bo'ladimi, kasallikdan yoki qashshoqlikdan aziyat chekadimi,
u o'zini Xudoning qo'li xavfdan kuchliroq va Undan panoh
izlaganlarni himoya qilishga qodir ekanligiga ishontirishi
.kerak

O'zini himoya qilishning bundan samaraliroq usuli yo'q.
Albatta, voqealar bilan ishlashda mantiqdan foydalanish va
.shu bilan birga ilohiy yordamga to'liq ishonish kerak

* * *

Barcha mavjudotlarning qalbida yashaydigan sevgi —
barcha onalar, otalar, do'stlar va yaqinlarning sevgisi —
.ilohiy sevgidan kelib chiqadi

* * *

Katta va kichik vazifalar o'rtasida farq bo'lishi kerak,
shunchaki muhimlaridan ko'ra eng muhimini
ustuvorlashtirish kerak. Bundan tashqari, hech bir vazifa
boshqasiga zid kelmasligi kerak. Muqaddas Yozuvlarda
aytilishicha, bir vazifa boshqasi bilan ziddiyatga kirsam, bu
.uning haqiqiy burch emasligidan dalolat beradi

* * *

Quyoshning hayotiy nurlari tarqalib borar ekan, men
kambag'allar va tashlab ketilganlarning [jamiyat tashlab
ketganlarning] qalbiga umid nurlarini sochaman va o'zlarini

muvaqqiyatsiz deb o'ylaydiganlarning qalbiga yangi
.qat'iyat bag'ishlayman

* * *

Ustoz Paramahansa shogirdlaridan biriga shunday
degan edi: "Hech kimni sevgi doirangizdan chetlashtirmang,
hammani qalbingizda saqlang, shunda ular sizni o'z
."qalblarida saqlaydilar

* * *

Rabbim, menga har doim foydali va xayrli ishlarni
bajarish uchun irodamdan foydalanishimga yordam ber
Barcha fikrlarim maqsadlaringizga javob berishi va
irodang bilan uyg'un bo'lishi uchun menga irodangga
moslashishga yordam ber
U menga barcha qiyinchiliklar va sinovlarni yengib
o'tishim uchun ichimdagi yashirin, muborak kuchni
uyg'otishga yordam berdi

* * *

Sherlarning kuchini kaptarlarning muloyimligi bilan
birlashtirgan jasur va kamtar ruhiy shaxsga uyg'oning

* * *

Meni achchiq, yolg'on tanqid ham, dabdabali maqtov va
xushomad ham bezovta qilmaydi. Mening yagona istagim -
Sening irodangni bajarish, ey Rabbim, va Sening
.marhamatingga sazovor bo'lish

* * *

Ilohiy huzurni his qilganingizda sizni to'ldiradigan ulkan
quvonchni tasavvur ham qila olmaysiz. Shunda qalbingiz
Xudoning cheksiz sevgisidan mast bo'ladi. Bu har qanday
insoniy sevgidan millionlab marta ustun bo'lgan sevgi -
barcha istaklaringizni ro'yobga chiqaradigan va qalbingizni
.quvonch va mamnuniyat bilan to'ldiradigan sevgi

* * *

Ichki diqqatni jamlash orqali siz o'zingizda va
atrofingizda ma'naviy baxtni bevosita his qilishingiz mumkin.
Agar siz ushbu ongni rivojlantirsangiz, shaxsiyatingiz uyg'un

ravishda o'sadi va odamlar va boshqa mavjudotlar uchun
.jozibali jozibaga ega bo'lasiz

* * *

Ey Buyuk Himoyachim, taqdirim tufayli hamma narsani
yo'qotsam ham, baribir, bu mening o'zim yaratgan narsa,
lekin Sendan, yagona panohimdan, senga bo'lgan sevgim
shamini beparvolik va unutish shamollaridan himoya
.qilishingni so'rayman

* * *

Keling, ijobiy fikrlash va optimistik qarashga bo'lgan
qat'iy qarorimiz bilan mustahkamlangan, qulay sharoitlar
buloqlaridan oqib chiqayotgan sof, tetiklantiruvchi tinchlik
.suvlaridan to'yguncha ichaylik

* * *

Vijdon - bu insonning asl tabiati va niyatlarini ochib
beradigan intuitiv tuyg'u. Vijdoningiz toza bo'lsa va to'g'ri ish
qilayotganingizni bilsangiz, qo'rqishga hech narsa yo'q.
Vijdoningiz toza bo'lsa, Xudodan kelgan yaxshi xulq-
atvorning dalilidir. Vijdon sudida oqlanish baxtga erishish va
.Xudoning marhamatlarini olish demakdir

* * *

Ko'pchilik qilmaydigan jasur va yoqimli ishlarni qilishga
harakat qiling va boshqalar e'tiborsiz qoldiradiganlarga sevgi
va tinchlik bering

* * *

:Ustoz Paramahansa shogirdlaridan biriga shunday dedi
Agar siz ongni rivojlantirishga vaqt sarflamasangiz,"
hech qanday moddiy farovonlik sizni qoniqtirmaydi. Bu
o'stirish qiynoq emas, balki baxtga olib boradigan fikrlar va
".harakatlarni oziqlantirish uchun ongni mashq qilishdir

Baxtingiz - bu sizning muvaffaqiyatingiz, shuning uchun
uni hech kim sizdan o'g'irlashiga yo'l qo'ymang. Sizni
bezovta qilishga urinayotganlardan o'zingizni himoya qiling.

Bolaligimda, ba'zi odamlar men haqimda yolg'on mish-mishlar tarqatganda, sabrim tugab qolardi. Keyinchalik, xotirjamligim odamlarning roziligi yoki hayratidan muhimroq .ekanligini angladim

* * *

Qani endi siz ba'zi dindorlar Xudo bilan boshdan kechiradigan ilohiy sevgi haqidagi hikoyani bilsangiz edi! Hayotdagi boshqa hech bir tajriba bu quvonchga teng kela olmaydi. Men doimo Xudoning sevgisiga berilib ketgan va yuzidan muqaddas sevgi nuri sochilib turgan bir avliyoni bilardim. Xudoning nigohi doimo Uni sevuvchilarda va U .ularni bir lahza ham tark etmaydi

* * *

Aqliy va ma'naviy kuchlarini rivojlantirishga .qiziqadiganlar kam

* * *

O'zingizni kechiktirish tubiga cho'ktirishga yo'l qo'ymang. Zerikarli oddiy haqiqat uyqusidan turing va yutuq, quvonch va tinchlik hukm suradigan nafis hayot ufqlariga .yo'l oling

* * *

Sizning ichingizda investitsiya qilishni kutayotgan ulkan salohiyat yotadi va siz uni faollashtirish va undan foyda olish .imkoniyatiga ega bo'lgan yagona odamsiz

* * *

Yomon odatlar va nosog'lom ehtiroslar diktaturasidan ozod bo'lish moddiy muvaffaqiyatdan ko'ra ko'proq baxt .keltiradi

Adabiy muvaffaqiyat tashqi sharoitlar sizdan tortib ololmaydigan psixologik baxt keltiradi

* * *

Siz butun vaqtingizni pul yig'ishga sarflashingiz mumkin, ammo bu pul sizga izlayotgan uzoq muddatli tinchlik va xavfsizlikni bermaydi. Aksincha, bu sizga ko'proq baxtsizlik

keltiradi, chunki baxt va xotirjamlik narsalarning o'zida
.emas, balki ongda yashaydi

* * *

Zaiflikning ongingizga singib ketishiga yo'l qo'ymang va salbiy fikrlarga va pessimistik qarashlarga ega odamlar bilan muloqotda ehtiyot bo'ling, aks holda ularning zaif fikrlari ongingizga singib ketmaydi, agar ongingiz boshqalarning fikrlari uni zaiflashtira olmaydigan darajada kuchli bo'lmasa, aksincha, u boshqalarning fikrlarini kuchaytirishga va o'ziga .bo'lgan ishonchini oshirishga qodir bo'lmasa

* * *

Xudo birinchi o'rinda turadi va biz kunimizni U haqida
o'ylamasdan boshlamasligimiz yoki tugatmasligimiz kerak.
Biz Xudodan oladigan kuch va quvvatsiz hech bir vazifamizni
bajara olmasligimizni yodda tutishimiz kerak. Bu bizning
.Unga bo'lgan eng katta burchimizdir

* * *

Urf-odatlar va an'analarni baholash va hukm qilishning bir yo'li bor Dastlab, har bir an'ananing asosi bor edi. Agar biz asos hali ham haqiqat ekanligini aniqlasak, unda an'ananing ma'nosi va foydasi bor. Biroq, an'analarga ko'r-ko'rona ergashish oqilona emas. Biz nima to'g'ri ekanligini bilib, unga amal qilishimiz, bizga nima baxt keltirishi .mumkinligini ajratib olishimiz va keyin uni qo'llashimiz kerak

* * *

Baxt yoki muvaffaqiyatsizlikka uchragan juda ko'p odamlarni ko'rsangiz, bu ularning taqdiri deb o'ylamang. Siz o'zingizni xohlagan narsangizga aylantirishingiz mumkin. Sizning ichki muvaffaqiyatingiz sizni chinakam .muvaffaqiyatga olib keladi

* * *

Agar ichingizda hech narsa bo'lmasa, baxtli bo'lmaysiz.

Lekin agar atrofingizda hech narsa bo'lmasa va ichingizda baxtli bo'lsangiz, shubhasiz muvaffaqiyatlisiz. Shunday qilib, .odamlarni tashqi sharoitlariga qarab baholab bo'lmaydi

* * *

Keng olomon orasida ruhiy yuksalish darajasiga yetgan
va ichki xotirjamlik va oliy ma'naviy baxtdan bahramand
.bo'lgan odam bo'lishi mumkin

* * *

Menga kerak bo'lgan hamma narsa menga kelishini aniq
bilaman va shuning uchun kelajakda nima bo'lishi haqida
qayg'urmayman. Bu maqtanish yoki da'vo emas, chunki men
hayotimda bu muborak kuchning ishini va samaradorligini
.ko'p marta boshdan kechirganman

* * *

Hayot yuzasida suzib yursam ham, dengiz tubida cho'kib
ketsam ham, men Xudo bilan birga ekanligimni va U men
bilan ekanligini va hech narsa menga zarar yetkaza
olmasligini bilaman. Bu bilim menga ta'riflab bo'lmaydigan
.va chuqur baxt bag'ishladi

* * *

Yangi narsa sotib olish yoqimli tajriba ekanligiga shubha
yo'q. Ammo bir muncha vaqt o'tgach, bu quvonchli tuyg'u
asta-sekin yo'qoladi va siz hatto unga bo'lgan qiziqishni
butunlay yo'qotishingiz, uni unutib, boshqa narsani
xohlashingiz mumkin. Biroq, bu buyum uchun to'lov
unutilmaydi, ayniqsa uni to'lov asosida sotib olgan
!bo'lsangiz

* * *

Inson o'z hayotini nazorat qilishi va uni iloji boricha
soddalashtirishi kerak. Ular zaruriy va favqulodda vaziyatlar
uchun pul yig'ishlari, hashamatli narsalarga sarflashdan
ko'ra tejashga ustuvor ahamiyat berishlari va boshqalarga
qo'llaridan kelganicha yordam berishlari kerak. Boshqalarga
yordam berganingizda, yordam sizga u yoki bu tarzda keladi
va siz hech narsadan mahrum bo'lmaysiz va hech narsadan
.mahrum bo'lmaysiz

* * *

Ey Rabbim, barcha qalblarning quvonchida men Sening
ne'mating aks-sadosini eshitaman va barcha sodiqlarning
do'stligida Sening sevgingni his qilaman. Men quvonaman va
do'stlarimning muvaffaqiyati va farovonligidan yuragim
quvonadi, xuddi men o'z farovonligim va xotirjamligimdan
xursand bo'lganim kabi. Boshqalarga donolik ilhomlantirar
ekanman, o'z donoligim xazinalarini ko'paytiraman va
.barchaning baxtida o'zimning donoligimni topaman

* * *

Baxtning eng katta dushmani - hashamatli buyumlar
sotib olish uchun qarz olish. Odamlar biron bir aniq narsaga
ega bo'lmaguncha baxtli bo'la olmasliklariga noto'g'ri
ishonishadi. Lekin o'sha narsaga ega bo'lgandan keyin ham,
u keltiradigan vaqtinchalik quvonchga qaramay, ular haqiqiy
baxtni his qila olmaydilar. Faqatgina sindirib tashlashni va'da
qilgan dunyoviy baxt sarobining orqasidan quvishning nima
keragi bor? Odamlar doimiy e'tibor talab qiladigan ko'plab
.narsalarga muhtoj bo'lmasdan, sodda yashashlari kerak

* * *

Jannati mening ichimda. Xudoning ne'matlaridan
bahramand bo'lar ekanman, Unga shukur qilaman va ichki
quvonchim oshadi. Bu ichki mamnuniyatsiz, hatto dunyoviy
zavq va quvonchlar ham do'zaxga aylanadi. Men shuni
angladimki, bu ichki quvonchsiz menga yuklangan mas'uliyat
yuki meni tinchligimdan mahrum qilib, baxtimdan mahrum
.qilgan bo'lar edi

* * *

Agar boylik kasallik va muammolar bilan birlashsa,
oqibatlari juda ko'p bo'ladi. Gigiena va sog'liqni saqlash
G'arbning kuchli tomonlaridan biridir. Rivojlangan
mamlakatlarda zararli hasharotlar va halokatli mikroblar
samarali nazorat qilinadi, boshqa mamlakatlarda esa ular
ko'p. Ammo bu zararkunandalarni yo'q qilish yutuqning
cho'qqisi emas, chunki rivojlangan mamlakatlarda boshqa

turdagi muammolar, masalan, to'lash qiyin bo'lgan to'lovlar
va to'lovlarni amalga oshirish tizimlari tufayli bo'g'uvchi
moliyaviy inqirozlar mavjud - bu uyquni buzadigan va
.xotirjamlikni buzadigan muammolar

* * *

Biz bu buyuk olam paydo bo'lgan ongning ajralmas
qismimiz

* * *

Siz hech qachon qo'y podasini ko'rganmisiz? Agar
ulardan biri sakrasa, qolganlari ikkilanmasdan unga taqlid
qilishadi. Ko'pchilik odamlar shunday. Kimdir g'oya o'ylab
topishi yoki yangi tendentsiyani joriy qilishi mumkin,
boshqalari esa darhol unga qo'shib, uni taqlid qilishadi. Bu
naqsh avlodlar davomida saqlanib qolgan. Har bir xalqning
o'z urf-odatlar va an'analari bor va biz ularning barchasi
to'g'ri yoki asosli deb da'vo qila olmaymiz. Lekin kim biladi?
Balki bu urf-odat va an'analarning ba'zilari ma'nosiz va
.befoydadir

* * *

Fikrlarning notinch bo'roni pasayganda, biz tinchlik
.shohligiga kiramiz va ilohiy huzurga tegamiz

* * *

Xudoni yoki tinchlikka ilhomlantiruvchi go'zal manzarani
yoki quvonchli va yoqimli tajribani tasavvur qiling. Ijobiy,
.xotirjam aqliy faoliyat tetiklantiruvchi va tetiklantiruvchidir

* * *

Biz tartibsiz va notinch dunyoda yashayapmiz. Siz pul
baxt degani deb o'ylashingiz mumkin, lekin uni qo'lga
kiritganingizda ham, baribir baxtsiz ekanligingizni anglaysiz.
Siz boylik orttirishingiz va — Xudo saqlasin — sog'lig'ingizni
yo'qotishingiz mumkin. Yoki sog'lig'ingiz yaxshi bo'lib,
pulingizni yo'qotishingiz mumkin. Yoki siz ham boylik, ham
sog'liqqa ega bo'lishingiz mumkin, lekin boshqalar bilan
ko'plab muammolarga duch kelishingiz, mehr-oqibat
ko'rsatishingiz va buning evaziga g'azab va nafrat bilan

javob berishingiz mumkin. Xudosiz bu hayotda hech narsa
.sizni chinakamiga qoniqtira olmaydi

* * *

Yer ilohiy rejadan bexabar yashovchilar uchun qiynoq
kamerasiga aylanadi. Ammo hayot tajribalarini o'zingizning
ustozingiz sifatida ko'rsangiz va ulardan bu dunyoning asl
mohiyatini va kosmik dramadagi sizga yuklatilgan rolni
o'rgansangiz, bu tajribalar abadiy mamnuniyat va baxtga
.erishish yo'lida qimmatli yoritgichlarga aylanadi

* * *

U yerda, qorong'ulik, jimjitlik va yaratilmagan yo'qlik
ortida, mavjudlikning kelib chiqishi va barcha kuchlar va
mavjudotlarning, ko'rinadigan va ko'rinmas manbai bo'lgan
.abadiy mohiyat yotadi

* * *

Xudo bu yerni bizni shunchaki ovqatlanish, uxlash va
o'lish uchun yaratmagan, balki biz Uning irodasini bilishimiz
va mavjudligimizning maqsadini tushunishimiz uchun
yaratgan. Bir nechta dono odamlar kosmik rejaning
ma'nosini tushunishgan, ammo ko'pchilik odamlar ko'r va bu
.maqsaddan bexabar

* * *

Pul hech qachon hayotimdagi maqsadim bo'lmagan;
maqsadim insoniyatdagi birodar-uka va opa-singillarimga
xizmat qilish edi. Shuning uchun Xudo menga o'zimni
ta'minlash va vazifamni bajarish uchun ko'plab imkoniyatlar
.eshiklarini ochdi

* * *

Xudo bu koinotni qat'iy va o'zgarmas qonunga muvofiq
ishlash uchun yaratgan. Agar biz ushbu universal
qonunlarning birortasini buzsak, o'zimizni jazolaymiz. Baland
binoning tomidan sakragan odam suyaklarini sindirib
tashlaydi. Shuning uchun biz tortishish qonunini e'tiborsiz
.qoldirib, oqibatlarini boshdan kechira olmaymiz

* * *

Dunyo tsivilizatsiyalariga chuqur nazar tashlasak va
qadimgi tsivilizatsiyalarning yashirin sirlarini o'rgansak,
o'zaro bog'liq chiziqlar, xilma-xil boblar va aniq tafsilotlar
bilan keng manzara paydo bo'ladi va biz insonning bir
vaqtning o'zida ham individual, ham ijtimoiy tabiatga ega
.ekanligini aniqlaymiz

* * *

Agar Xudo bizning faqat moddiy ongda yashashimizni
istasa, biz moddiy narsalardan to'liq qoniqamiz va dunyoviy
.hayotdan mamnun bo'lamiz

* * *

Orzulardan tashqari poklik, tinchlik va baxt nurlari
bizning asosiy tubimizda miltillaydi va raqsga tushadi

* * *

Bu yer yuzidagi sayohatimiz davomida hayotimiz
osmonida paydo bo'ladigan har bir tajriba bilan biz ongimizni
kengaytirishni va bizni o'rab turgan yoki boshdan
kechirayotgan vaziyatlarni yaxshiroq tushunishni
o'rganishimiz kerak, shunda biz odamlar va hayot bilan
.yanada uyg'un va xavfsizroq munosabatda bo'la olamiz

* * *

Ko'p odamlar boshqalarga taqlid qilishadi. Inson o'ziga
xos va ijodiy bo'lishi va qilayotgan barcha ishlarini mohirona
.bajarishi kerak

Sharqda asosiy e'tibor ma'naviy baxtni rivojlantirishga
qaratilgan bo'lsa, hayotning moddiy jihatlari ko'pincha
e'tibordan chetda qolgan. G'arbda ba'zi moddiy qulayliklar
mavjud, ammo psixologik baxt juda kam. Kerak bo'lgan
narsa bu ikkalasi o'rtasida muvozanatdir, chunki hayotning
faqat bitta jihatiga e'tibor qaratish nomutanosiblikka va
.hayot talablariga oqilona yondasha olmaslikka olib keladi

* * *

Ilohiy baxtdan keyingi eng katta baxt - inson uchun
yilning har kuni birga yashashi kerak bo'lgan yaqin
.qarindoshlari bilan tinch-totuv yashashdir

* * *

Odamlar ko'p vaqtlarini shoshilib va impulsiv harakatlarga
sarflaydilar, ammo ko'p narsaga erisha olmaydilar. Hayot
nimani taklif qilayotganini tushunish va mulohaza yuritish
.uchun deyarli to'xtamaydilar

* * *

Biz tinchlik bog'larida ajoyib ma'naviy fazilatlarning son-
sanoqsiz gullari bilan gullab-yashnaydigan va porlaydigan
donolikning ichki inshootlarini qurish uchun ishlashimiz
.kerak

* * *

Ichki uyg'unlik kuchning boy manbaidir va qayta
tiklanadigan energiya ishlab chiqaradi

* * *

Hayotga nazar tashlasak, muvaffaqiyatga erishish oson
emasligini ko'ramiz. Hayot ko'pincha qattiq va shafqatsiz
bo'ladi va biz tirikchilik qilish uchun kurashishimiz kerak.
Tanangizni saqlash va uni sog'lom va kasallikdan xoli
saqlash uchun zarur bo'lgan kuch haqida o'ylang! Agar
bunga erishsangiz ham, bu muvaffaqiyat vaqtinchalik. Tana
— uzoq umr ko'ring — oxir-oqibat dam olishga qo'yiladi.
Kerakli muvaffaqiyatga erishish uchun ichki va tashqi ko'plab
kuchlarga qarshi kurashish zarurati tug'iladi. Bu kuchlar sizni
har qanday chinakam muhim yutuqlardan mahrum qilish
.uchun tinimsiz ishlaydi

* * *

Har qanday vaziyatda xotirjamlikni saqlashga harakat
qiling va tinchligingiz urug'i quvonch va mamnuniyat
.tabassumi bilan gullab-yashnasin

* * *

Hatto eng buyuk avliyolar ham o'zlarining
muvaffaqiyatlarini, ya'ni ma'naviy tajribalari va oliy

bilimlarini boshqalar bilan baham ko'rmaguncha, ularga
muqaddas bilimlarga erishishda yordam bermaguncha to'liq
.najatga erisha olmaydilar

* * *

Shu sababli, ushbu bosqichlarga erishgan va ushbu
holatlarga erishganlar, agar siz chinakam muvaffaqiyatga
erishmoqchi bo'lsangiz, nafaqat o'zingizning shaxsiy
.baxtingizni, balki boshqalarning baxtini ham ta'minlaysiz

* * *

Aqlga ega bo'lgan har bir kishi pul topishi mumkin. Lekin
agar ularning qalbida sevgi bo'lsa, ular bu pulni hech qachon
xudbinlik maqsadlarida ishlatmaydilar; aksincha, ular uni
boshqalar bilan baham ko'rishadi. Pul xudbin va baxil
odamlar qo'lida la'nat va baxtsizlik, mehribon qalb va
.saxovatli odamlar qo'lida esa ne'mat va sovg'adir

* * *

Kimdir uzoq vaqt jim turishni tanlashi mumkin, bu vaqt
ichida oila a'zolari bilan gaplashishdan bosh tortishi mumkin.
Bu odam natijada ichki xotirjamlikka erishishi mumkin bo'lsa-
da, uning xatti-harakati xudbinlik va oilasining baxtiga zarar
keltiradi. Agar ularning yaqinlari ham ularning yutuqlaridan
foyda ko'rmasa, ularni chinakam muvaffaqiyatli deb
.hisoblash mumkin emas

* * *

Xuddi shunday, moddiy muvaffaqiyatga erishish nafaqat
bizning farovonlikdan mustaqil ravishda bahramand bo'lish
huquqimiz, balki boshqalarga nisbatan ularning moddiy
sharoitlari va yashash sharoitlarini yaxshilashga yordam
.berish borasidagi axloqiy mas'uliyatimizdir

* * *

Men toza vijdonim devorlari ortida himoyalanganman,
qorong'u o'tmishni yoqib yubordim va faqat bugun bilan
.qiziqaman

* * *

Bugun men eng buyuk yaxshilik nuri bilan bir
ekanligimni va qayg'u dengizi to'lqinlariga qarshi
.kurashayotganlar uchun mayoq ekanligimni anglayapman

* * *

Odamlar hayotdagi ambitsiyalariga qarab muvaffaqiyat
haqida turli xil qarashlar va nazariyalarga ega. Ba'zi odamlar
muvaffaqiyatni o'g'irlik bilan tenglashtirib, "U muvaffaqiyatli
o'g'ri edi!" kabi gaplarni aytishlari odatiy hol. Bu barcha
shakl va navlardagi muvaffaqiyat orzu qilingan va intiladigan
narsa ekanligini ta'kidlaydi. Biroq, bizning muvaffaqiyatimiz
.boshqalarga zarar yetkazmasligi kerak

* * *

Muvaffaqiyatning yana bir mezoni bor: o'zimiz uchun
uyg'un va foydali natijalarga erisha olsak,
muvaffaqiyatimizga boshqalarni ham qo'shishimiz va uning
.samarasini ular bilan baham ko'rishimiz kerak

* * *

Muvaffaqiyat insonning o'z muhitidan qoniqishi va
qoniqishini anglatadi. Haqiqiy muvaffaqiyat adolat
tamoyillariga asoslangan harakatlarning natijasidir va u
boshqalarning baxti va farovonligini o'z baxtining ajralmas
qismi sifatida qamrab oladi. Agar biz ushbu tamoyilni
moddiy, intellektual, axloqiy va ma'naviy hayotimizga
qo'llasak, muvaffaqiyatning to'liq va keng qamrovli ta'rifi
.ega bo'lamiz

* * *

Bu cheklangan dunyoda biz uzunlik, kenglik va zichlikni
idrok etamiz, ammo o'lchamlar mavjud bo'lmagan yana bir
daraja mavjud; hamma narsa aniq va shaffof - hamma narsa
ong va idrokdir. Ta'm hissi idrokdir, hid hissi ham xuddi
shunday. Bizning his-tuyg'ularimiz, fikrlarimiz va tanamiz
ong holatidir. Xuddi tushlarda ko'rish, eshitish, hidlash, ta'm
bilish va teginishimiz kabi, yuqori darajada ham biz bu
.hislarning barchasini sof ong orqali boshdan kechiramiz

* * *

Ey Rabbim, bizni O'zingning yaqinligingni his qilish orqali
baxtli qilgin, bizni istaklar kishanlaridan ozod qilgin va bizga
hayot tajribalari va uning o'zgaruvchan voqealari ta'sir
.qilmaydigan ichki quvonchni ato et

* * *

Ongimiz yuqori idrok bilan uyg'unlashganda, ichimizda
ma'naviy ong uyg'onadi va biz ilohiy donolik va sevgining
.ajoyib mo''jizalarini boshdan kechiramiz

* * *

Agar biz Xudoni to'liq sevsak va Unga butun fikrlarimiz
va qalbimiz bilan murojaat qilsak, biz Unga yaqin bo'lamiz va
U hayotdagi eng buyuk xavfsizlik boshpanasi ekanligini bilib
.olamiz

* * *

Bo'sh va bo'm-bo'shdek tuyulgan makonda bizni
koinotdagi barcha tirik va jonsiz mavjudotlar bilan
birlashtiradigan kosmik aloqa va abadiy hayot mavjud bo'lib,
ulkan hayot to'lqini mavjudotdagi hamma narsadan oqib
.o'tadi

* * *

Abadiylik bizning haqiqiy uyimiz va doimiy
maskanimizdir va bu tanalardagi mavjudligimiz vaqtinchalik
mavjudlikdir, xuddi cho'l bo'ylab sayohat qilayotgan karvon
.uchun qisqa dam olish kabi

* * *

Biz o'zimizni ruhning ijodiy kuchlari bilan
uyg'unlashtirganimizda, bizni yo'naltirishga va
muammolarimizni hal qilishga qodir bo'lgan universal va
cheksiz ong bilan bog'lanamiz. Ijodiy kuch bizga
borlig'imizning eng buyuk manbaidan uzluksiz ravishda oqib
keladi va bu bizga faoliyatimizning har qanday sohasida
.ijodiy muvaffaqiyatga erishish imkonini beradi

* * *

Sevgi ishonch, bag'rikenglik va o'zaro hurmat muhitida
o'sadi va gullab-yashnaydi

* * *

Ey Rabbim, bizni sof fikrlar va yaxshi odatlar nuri bilan barakala, toki yomon odatlar va buzuq fikrlar zulmati bizga yaqinlashsa, u darhol yo'q bo'lib ketsin va bizga Seni shunday chuqur sevgi bilan sevishga yordam berki, na moddiy illyuziyalar, na dunyoviy vasvasalar bizni tuzoqqa .ilintira olmaydi yoki ongimiz va qalbimizni egallay olmaydi

* * *

Osonlik bilan qo'lga kiritiladigan narsalar kamdan-kam hollarda qadrli bo'ladi. Biz buni buyuk erkaklar va ayollarning hayotini va ularning iste'dodlarini rivojlantirish, burchlarini bajarish, axloqiy qadriyatlarini shakllantirish, chuqur o'rganish va xudbinlikdan qochish orqali qanday qilib buyuk bo'lganliklarini o'rganish orqali bilamiz. Ammo ular erishgan natijalar va erishgan yutuqlari sarflagan kuchlaridan beqiyos .darajada katta edi

* * *

Haqiqiy erkinlik donolik bilan boshqariladigan va tushunish, to'g'rilik va qat'iy iroda bilan qo'llab- .quvvatlanadigan tanlov erkinligidadir

* * *

Irodangizni, qat'iyatingizni va ongli idrokingizni uyg'otganingizda, ko'rinmas kuchlar yuqori ongdan - ruhning idroki orqali - sizga yordam berish va Xudoning yordami bilan psixologik tasalli va baxtga olib boradigan yo'llarni .yoritish uchun ozod qilinadi

* * *

Inson o'z kuchi bilan qalb kanallarini ochishi kerak Hech kim tinchlik va baxtdan ko'ra azob-uqubat va baxtsizlikni ixtiyoriy ravishda tanlamaydi Jaholat azob-uqubatlarning ildizi va olib tashlanishi va yo'q qilinishi kerak bo'lgan to'siqdir Jaholat insoniyat bog'ida o'sadigan va foydali va .foydali o'simliklarni siqib chiqaradigan zararli begona o'tdir

* * *

Jaholatni sobit iroda va qat'iyat bilan yengish kerak. Aql
tuprog'ini diqqat bilan [ijobiy narsalarga] o'stirish va yaxshi
urug'larni imon suvi bilan sug'orish kerak. Sevgining hayotiy
va iliq nurlari porlaganda, yaxshilik urug'i o'sib chiqadi va
begona o'tlar va parazit o'simliklarni yengib chiqadi, chunki
.yorug'lik bor joyda zulmat bo'la olmaydi

* * *

Moddiy narsalarning zavqlari so'nadi va yo'qoladi, lekin
ilohiy quvonch hech qachon xiralashmaydi. Bu cheksiz va
.ta'riflab bo'lmaydigan ilohiy baxtdir

* * *

Biz baxtga erishish uchun hech qachon noto'g'ri
usullardan foydalanmasligimiz kerak, shuningdek,
o'zimizdagi xotirjamlik va ma'naviy boylikdan voz kechib,
xayoliy qulaylik va halokatli ta'sirga ega do'zax harakatlar va
xatti-harakatlar bilan oldinda osilib turishi mumkin bo'lgan
.yorqin hayotni izlamasligimiz kerak

* * *

Xotirjamlik ilohiy mavjudlikni suratga olish uchun eng
yaxshi kameradir. Sof va aniq yo'naltirilgan xotirjamlik
linzalari orqali muborak tasvir mukammal ravshanlik bilan
.namoyon bo'ladi

* * *

Darhaqiqat, barcha donolik sizning ichingizda va sizga
kerak bo'lgan yagona narsa - bu ongli ravishda xabardor
.bo'lishdir

* * *

Haqiqiy qoniqish o'zini takomillashtirishda yotadi,
shuning uchun boshqalar sizni siz ularni izlamasdan
qidiradilar. Sevgi va do'stlik umid va talabsiz tekinga berilishi
kerak. Kutish faqat baxtsizlik va baxtsizlikni keltirib
chiqaradi. O'zini takomillashtirishga intilayotganingizda ham,

inson o'zining fazilatlari va qadr-qimmati qal'asida yolg'iz,
.xavfsiz va xotirjam turishi kerak

* * *

Yuragimdan quvonch va nekbinlik sharsharalari doimo
oqib chiqsin va ularning tetiklantiruvchi spreyi uchratgan
.barcha odamlarga ta'sir qilsin

* * *

Ma'naviy quvonch qalbda boshqalarga har tomonlama
yordam berish istagini uyg'otadi va baxtga olib boradigan
nafis axloqiy zavqlarni qadrlash qobiliyatini rivojlantiradi, shu
.bilan qo'pol zavqlarga moyillikni kamaytiradi

* * *

Rolingiz qanchalik kichik bo'lishidan qat'i nazar, u ruhlar
hayot sahnasida ijro etadigan kosmik spektaklning
muvaffaqiyatiga hissa qo'shish nuqtai nazaridan eng buyuk
.rollar kabi muhim bo'lib qolmoqda

* * *

To'liq ong - bu mutlaq, cheksiz ong bo'lib, u doimo o'zini
yangilab turadi va uning ijodkorligi hech qachon tugamaydi
va siz orqali u o'zining noyob jihatini ifoda etishga harakat
.qiladi

* * *

Agar siz ilohiy sevgini bir marta bo'lsa ham tatib
ko'rsangiz, undan hech qachon voz kechmaysiz, chunki
.butun koinotda bunga o'xshash narsa yo'q

* * *

Xudoni biladiganlar juda rivojlangan ruhiy bosqichlarga
yetib kelishgan, shuning uchun ular gunohkorlarga
shunchaki ruhiy maslahat berish bilan kifoyalanmaydilar,
balki Xudoning marhamati va yordami bilan ularni gunohkor
ishlarining oqibatlaridan ozod qiladigan ruhiy kuch bilan
.zaryadlashlari mumkin

* * *

Barcha yaxshi va yomon amallar miya hujayralarida
yashiringan bo'lib, fikrda yaxshi yoki yomon odatlar yoki
moyilliklar sifatida namoyon bo'ladi

* * *

Miya hujayralari ushbu odatlarning kuchi bilan
zaryadlanganligi sababli nosog'lom odatlardan aziyat
chekadigan odam o'zini iroda kuchi, meditatsiya, samimiy
ibodat va doimiy ijobiy tasdiqlar orqali ozod qilishi mumkin,
toki barcha nomaqbul odatlari tinchlik va osoyishtalikning
yaxshi odatlariga aylanmaguncha. Bu to'g'ri yo'naltirilgan
hayot kuchi miya hujayralarining g'ayritabiiy tabiatini
o'zgartirish uchun ishlaganda sodir bo'ladi, shunda bu
hujayralar barcha yaxshi, fazilatli va go'zal narsalar bilan
.to'ladi

* * *

Tushunish - bu ichki ko'z, qalbning ko'rish qobiliyati va
qalbning teleskopi. Bu ongning xotirjamligi va vijdon pokligi
.o'rtasidagi muvozanatdir

* * *

Har kuni biz turli xil manzaralarni ko'ramiz va har kuni
o'rganish kerak bo'lgan yangi saboq olib keladi. Inson o'z
hayotining asosiy maqsadiga, ya'ni o'z mavjudligining
manbasini va hayotining poydevorini anglash orqali saboq
.olishi kutilmoqda

* * *

Keling, o'tmishdagi qayg'ularni unutishga va ular haqida
o'ylamaslikka qaror qilaylik. Qat'iy qat'iyat va faol iroda bilan
hayotimizni yangilaylik, muvaffaqiyatlarimizni oshiraylik va
.o'zimizda yaxshi odatlar va olijanob fazilatlarini tarbiyalaylik

* * *

Boshqalarning zaif tomonlarini fosh qilib, ularni
sharmanda qiladigan va xafa qiladigan har qanday odam
.donolik va sog'lom fikrlashdan yiroqdir

* * *

Barcha zamon va joylar uchun maqollar

Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganlar hayratlanarli
go'zallikni ko'rishadi va boshqa hech qanday tarzda his qilib
.bo'lmaydigan yuksak shirinlikni tatib ko'rishadi
Jonim Senga iltijo qilganida, Sening sukunating bulutlari
otilib chiqdi, ey Xudo, va Sening rahm-shafqating yomg'iri
to'lqinlar bilan yog'di, toki u Sening inoyatingning to'lib
toshqiniga aylandi. Sening muborak daryong mening
borlig'imni qamrab oldi va mening jonim abadiyat suvlariga
sho'ng'idi va mening kichik hayotimning pufagi Sening
hamma narsani qamrab oluvchi borlig'ing okeanida erib
.ketdi

Ustozim menga ilohiy huzurga loyiq ma'bad qurish
uchun donolik o'ymakorligidan qanday foydalanishni o'rgatdi
Agar siz ezgu maqsadga erishmoqchi bo'lsangiz, avval
uning uchun aqliy model yaratishdan boshlang. Endi agar siz
ongingizga kuchli g'oyani eksangiz, ongingizda istalgan
yo'nalishni mustahkam o'rnatishingiz mumkin; shunda butun
vujudingiz shu g'oyaga moslashadi va harakatlaringiz unga
.mos keladi

Ilohiy qalbgaga tegsangiz, muammolaringiz yo'qoladi,
sevgi qalbingizni to'ldiradi va ajoyib ruhiy tajribalar ongingiz
.bog'larida sof favvoralar kabi raqsga tushadi
Ko'plab bulutlar sizni yashirishga va mendan yashirishga
harakat qilishadi, lekin sog'inchi ko'z yoshlari shudringi orqali
sizning muborak ismingiz menga barcha pardalar va
.pardalar ortidan yorqin oltin harflar bilan porlab ko'rinadi

Vijdon pokligi haqiqatga shaffof munosabatda bo'lishni
anglatadi

Aslida keraksiz va ortiqcha bo'lgan asosiy ehtiyojlar va
ba'zilar "zarurat" deb hisoblagan narsalar mavjud. Hayotni
asosiy ehtiyojlarga e'tibor qaratish va keraksiz hashamatlarni
.yo'q qilish orqali soddalashtirish kerak

Ey do'stlik, sen naqadar yuksaksan va tuprog'ing
naqadar unumdor va muqaddas! Sevgi sening ozuqang,
.sadoqat esa ichimligingdir

Ikki kishi, farqlarga qaramay, uyg'unlikda va
hamjihatlikda yurganlarida, ularni bitta maqsad birlashtiradi:
sof sevgi va o'zaro sadoqatda qalb tinchligi va osoyishtaligini
topish va agar sevuvchi sevganining hisobidan zavq
izlamasa, altruizm bog'ida do'stlikning xushbo'y gullari
.gullab-yashnaydi va o'zlarining yoqimli hidlarini tarqatadi
Dunyo bizning ongimizni boshqacha tarzda tarbiyalaydi,
bizni shunchalik ko'p narsalarga ko'niktiradiki, ularsiz baxtga
erishib bo'lmaydi deb o'ylay boshlaymiz. Lekin hayot,
ayniqsa bolalar hayoti soddalashtirilishi kerak; aks holda
.hayot ularga achchiq umidsizliklar orqali o'rgatadi

Haqiqat shunchaki fikr yoki tasavvurdan ko'ra aniqroq
va realistikroq, ammo biz o'ylagan yoki tasavvur qilgan
.narsalar ba'zan amalga oshishi mumkin
Tasavvur ijodiy fikrlash jarayonida muhim element
hisoblanadi. Biroq, tasavvur yetuk bo'lishi va qat'iy
ishonchga aylanishi kerak va bu kuchli irodasiz mumkin
.emas

Agar siz biror narsani butun irodangiz bilan tasavvur
qilsangiz, tasavvuringiz shaxsiy e'tiqodga aylanadi va bu
...e'tiqodni saqlab qola olsangiz

Barcha qarama-qarshi fikrlarga qaramay, sizning
ishonchingiz haqiqatda amalga oshadi
Inson o'zining fazilatlari va o'ziga bo'lgan ishonchi bilan
.mustaqil bo'lishni o'rganishi kerak

Ma'naviy quvonch yangilangan quvonchdir va Xudo
haqida chuqur o'ylaydiganlarda tobora ko'proq namoyon
bo'ladi. Bu to'g'ri qarorlar qabul qilish va to'g'ri ishlarni
qilishda yordam beradigan quvonchdir va u topilganda,
nosog'lom istaklar va ishtiyoqlar yo'qoladi, chunki ular
.ma'naviy quvonchga nisbatan jozibadorligini yo'qotadi

Qudratli Yaratguvchimiz bizga hayot, kuch va donolik
ato etgan va bizning burchimiz Unga e'tiborimizni qaratish
va qalbimizni Unga sevgi, minnatdorchilik va Uning
.marhamati va mehr-oqibatini e'tirof etish bilan ko'tarishdir
Ey Xudo, menga g'azab olovini yoqmaslikka yordam ber,
aks holda o'zim va boshqalarning ichimdagi tinchlikning
yashil vohalarini g'azab olovi bilan kuydiraman. Sevgimning
.doimiy yomg'iri bilan g'azab olovini o'chirishga yordam ber
Mening muloyimligim va xotirjamligim ko'li tinch va
sokin bo'lib qolsin, faqat baxtsizlik keltiradigan norozilik
.bo'ronlari uni bezovta qilmasin
Burch hissi bilan harakat qilish yoki boshqa odamga
xizmat qilish va unga bo'lgan muhabbat yo'lida shaxsiy
istaklaridan voz kechish, qo'rquv tufayli buni qilishdan ko'ra
.ancha yaxshi

Inson ilohiy qonunlarni buzishni bas qilgan taqdirda
ham, u buni Xudoning jazosidan qo'rqib emas, balki Xudoga
.bo'lgan muhabbat tufayli qilishi kerak
Nimadan qo'rqsangiz ham, fikrlaringizni undan
uzoqlashtiring, uni Xudoga qoldiring va Unga bo'lgan
ishonchingizni mustahkamlang
Qo'rquv har doim inson bilan birga bo'ladi va undan
qutulish Xudo haqida o'ylash va Uning borligini his qilish
.orqali mumkin

Avvaliga fazilat yo'llaridan yurish qiyin bo'lishi mumkin,
ammo bu xotirjamlik va chinakam baxtga olib boradigan
.muborak yo'llardir

Xudoning ulug'vorligi hayotimizning har bir burchagida
porlasin, Uning sevgisi qalbimizda yashasin va Uning nuri
.ongimizni to'ldirsin

Ey mening ilohiy sevgilim, gullar ochiladi va fasllar
o'zgaradi va hamma siz haqingizda gapiradi To'lin oy sizning
tabassumingizning xususiyatlarini ochib beradi va quyosh
sizning samoviy chiroqingizni ko'taradi Men ko'z yoshlar
dengizida suzaman, sizga bo'lgan sog'inch bilan to'lib-

toshganman Daraxtlarning barglarida va insoniyat
tomirlarida sizning hayotingiz va hayotiyligingiz oqadi va
men sizning kosmik yuragingizning urishini o'zimning
ichimda his qilaman

Sizning huzuringizni his qilganimda, o'zimni boshqa
dunyoda uyg'oqdek his qilaman va vaqti-vaqti bilan bu yerni
va bu kichkina tanani - o'zimniki haqida orzu qilaman. Men
cheksiz baxtda uyg'oqman va yerdagi hayot haqidagi orzuim
siz bilan uyg'oq onlarimning baxtli xotiralari bilan
xushbo'ylanadi. Men tushlar bog'idan kabuslarning begona
o'tlarini yulib tashladim va ularning o'rniga ilhom atirgullarini
ekdim, u yerda sog'inchimning xushbo'y hidi sizni o'ziga
tortadi va siz meni abadiy baxt ufqlariga olib ketish uchun
.kelasiz

Ey Xudo, meni poklik va poklik bilan shaffof qil, toki
ichimda shifobaxsh nuringni paydo qilay
Cheksiz yuzingizni aks ettirishi uchun ongimning titroq
oynasini tinchlantiring
lymon darchalarini keng oching, toki men sizning
.tinchligingiz hididan nafas olay

Ey O'zingda nur sohib turgan Zot, ey ta'riflashga erishib
bo'lmaydigan Ulug'vorlik, Senga intiq ko'zlarim bilan qara,
toki men Sendan boshqa hech narsani ko'rmaylik
Hayotning barcha hodisalari va ko'rinishlari ortida
Xudoning jimgina ovozi yashiringan, u bizga doimo gullar,
muqaddas kitoblar, vijdonimiz va hayotni yashashga
.arziydigan barcha go'zal narsalar orqali murojaat qiladi
Izlovchining ma'naviy cho'qqilarga erishish uchun qilgan
har bir sa'y-harakati Xudo tomonidan u uchun hisoblanadi va
.buning uchun yaxshi mukofotlanadi

Ey Rabbimiz, biz Sendan ongimizni haqiqating nuri bilan
yoritishingni, qalblarimizni sevging bilan urtirishingni va
qalbimizni quvonching va inoyatingning mo'lligi bilan
.to'ldirishingni so'raymiz

Aql kira olmaydigan shaffof ufqdan Xudo O'zining abadiy
nurini yog'diradi va kosmik ongdan ulug'vor ilhomlar va
muborak kuchlar keladi va ijodiy faoliyat ochiq va uyg'un
.onglarga oqib keladi

Qalbingiz, qalbingiz, har bir ilhom uchquni, moviy
osmon, porlayotgan yulduzlar, tog'lar, yer, qushlar va
gullarning barchasi kosmik ritm, ma'naviy quvonch va
umuminsoniy birlikning yagona ipi bilan bog'langanini
anglaganingizda, ularning barchasi qirg'oqsiz ilohiy okean
.ko'kragidagi to'lqinlar ekanligini anglaysiz

Agar biz Yaratuvchimizni unutsak, azob-uqubatlarga
loyiqmiz. Biz Xudo bizning sevimlimiz ekanligini va bizni
sevishini anglashimiz kerak va bu bilim bizni muammolarimiz
.va azob-uqubatlarimizdan xalos qiladi

Xudoning chinakam sevgilisi, hatto ko'p urinishlardan
keyin ham Uni topa olmasa ham, Uni izlashni hech qachon
to'xtatmaydi. Xuddi bo'ron tinchlangandan keyin to'lqin
okeanning yuragiga qaytishi kerak bo'lganidek, astoydil
izlovchi ham shundaydir; u to'siqlar qulab tushishiga va
ertami-kechmi muqarrar ravishda kosmik okean bilan - u
kelib, qaytib keladigan cheksiz okean bilan birlashishiga
.yashirin ishonchga ega

Aql doimo ilohiy sevgilisi haqida o'ylaganida, yurak
.quvonch va baxt qo'shiqlarini kuylaydi
Ma'naviy emanatsiya - bu insonning hozirgi holatidan
.kelajakda kim bo'lishiga ko'tarilishi

Inson o'zining asl mohiyatini boshqalardan yashira
olmaydi, uning fikrlarining tebranishlari qandaydir tarzda
uning xatti-harakatlarida aks etadi va harakatlarida namoyon
.bo'ladi

Erkinlik haqida noto'g'ri tushunchaga ega bo'lganlar
ko'p; ular erkinlikni inson xohlagan narsani qilish deb
.bilishadi va men bu erkinlikni injiqlik erkinligi deb atayman

Erkinlikning asl mohiyatini noto'g'ri tushunish tufayli
ba'zi ota-onalar farzandlarini darhol istaklarini bajarish orqali

an'analarga qul qilib qo'yadilar. Keyin bola istaklari ro'yobga chiqsa, ular baxtli bo'lishadi va hayotning maqsadi har bir istakni ro'yobga chiqarish deb ishonib ulg'ayadi. Biroq, keyinchalik ular yanglishganliklarini anglaydilar, chunki tashqi dunyo uy hayotidan butunlay farq qiladi va har bir istakni ro'yobga chiqarish oson emasligini bilib oladilar! Boshqalar ularni chetga surib, o'z istaklarini amalga oshirish uchun ularni e'tiborsiz qoldirishlari mumkin. Natijada, bola o'z istaklarini qondirishga bo'lgan kuchli istak tufayli qotib qoladi va hissiy jihatdan karaxt bo'lib qoladi. Shuning uchun ota-onalar farzandlariga dunyoda uning tuzoqlari va tuzoqlariga tushmasdan yashashlari uchun iroda va idrokni .rivojlantirishga yordam berishlari kerak

Ona: "Unga mehr bilan o'rgating", deydi. Albatta, bolalarga mehr bilan munosabatda bo'lish odatda yaxshi, lekin juda ko'p shirinlik tishlarni buzadi va shunga o'xshab, juda ko'p erkalash bolalarni buzadi. Ma'lum darajada qat'iyat va qat'iyat zarur, ammo agar bola xatosi uchun qattiqqo'llik bilan muomala qilinsa va jazolansa, oqibatlari dahshatli bo'ladi. Bolalarga qanday munosabatda bo'lish va ularga qanday munosabatda bo'lishda muvozanat bo'lishi kerak ; har bir ota o'z fe'l-atvorini sevgi va muloyimlik bilan yumshatishi kerak va har bir ona o'z sevgisini donolik va aql- .idrok bilan ziravorlashi kerak

Inson Xudoga bo'lgan muhabbat va sog'inchning barqaror psixologik holatini saqlab turishi kerak. Men ko'p ishlarni sinab ko'rdim, lekin ishimning tabiati qanday .bo'lishidan qat'i nazar, fikrlarim doimo Xudo bilan qoladi Biz bu yaratilishdan zavqlanishimiz kerak, lekin uning bizni qul qilishiga yo'l qo'ymasdan. Va tajriba menga Xudoni .topish quvonchi mislsiz ekanligini o'rgatdi Muhim ishlarni boshlashdan oldin, odam jimgina o'tirishi, his-tuyg'ulari va fikrlarini tinchlantirishi, chuqur mulohaza yuritishi va ma'naviy yo'l-yo'riq va to'g'ri yo'nalish olish .uchun ilohiy yordam so'rashi kerak

Tong yuzidagi, gullar lablaridagi va olijanob erkaklar va
ayollarning yuzlaridagi tabassum sizning tabassumingiz
.ekanligini anglab yetay

Menga baxtsizliklar, omadsizliklar, kasalliklar yoki
kutilmagan to'siqlarning ketma-ket tasvirlari ta'sir qilmaydi,
chunki men kosmik ong bilan chambarchas bog'liq bo'lgan
intizomli ong bilvosita muvaffaqiyatsizliklar va
.bezovtaliklardan aziyat chekmasligini tushunaman
Erkinlik ehtirosalar, odatlar va injiqliklar buyrug'iga emas,
balki donolikka muvofiq harakat qilish qobiliyatini anglatadi.
Egoga bo'ysunish qullikka olib keladi, ruhning ilhomlariga
.bo'ysunish esa cheklovlardan xalos bo'lishga olib keladi
Xudo men bilan ekan, hashamatli saroyda yoki oddiy
.uyda yashashimning farqi yo'q

Men halol topgan pulimni isrofgarchilikdan voz kechib,
oddiy hayot kechirishga sarflayman

Xudoga ishonish va iroda kuchidan foydalanish orqali
inson kasallik, muvaffaqiyatsizlik va johillikni yengib o'tishi
mumkin, agar iroda tebranishlari jismoniy yoki ruhiy
kasalliklar tebranishlaridan kuchliroq bo'lsa. Kasallik
qanchalik surunkali bo'lsa, iroda shunchalik kuchli va
qat'iyatli bo'lishi va kerakli natijaga erishish uchun imon
.shunchalik chuqur va mustahkam bo'lishi kerak

Ey Rabbim, menga faqat Senga ishonishga ilhom ber,
insoniy himoya vositalariga emas. Qo'rquv va xavotir hayot
sinovlariga dosh berish uchun cheksiz kuchimni falaj qilishiga
yo'l qo'yma. Baxtsiz hodisalar, falokatlar va baxtsizliklarni
ularning fikr va tasavvur orqali namoyon bo'lishidan qo'rqib
tasavvur qilma. Ey Rabbim, uyg'oqmi yoki uxlab yotganmi,
uyg'oqmi yoki tushlarda adashib qolganmi, tirikmi yoki
o'layotganmi, Sening himoya huzuring meni hali ham o'rab
.oladi va himoya qiladi

Donolar aytadilar: Xudoga bo'lgan sevgi va fazilat bilan
rag'batlantirilgan yaxshi ishlarning samarasi uyg'unlik va
poklikdir. Xudbin istaklar va ambitsiyalar bilan

rag'batlantirilgan ishlarning samarasi og'riq va azobdir.

.Yomon ishlarning samarasi johillik va ahmoqlikdir

Yaxshi amallar baxt keltiradi, o'zini sevish bilan

boshqariladigan dunyoviy harakatlar esa azob-uqubat va og'riqqa olib keladi. Biroq, davom etayotgan yomon amallar

.insonning idrok va tushunish qobiliyatini yo'q qiladi

Agar tinchlik va hamjihatlikda yashashni istasangiz,

niyatlaringiz yaxshi bo'lishi kerak va mehr-oqibat fikrlari va sevgi tuyg'ularini tarqatishingiz kerak. Agar siz fazilatli hayot

kechirsangiz, o'zingizning namunangiz va yaxshi xulq-

.atvoringiz orqali boshqalarga yordam berasiz

Xavotir va ruhiy chalkashlikni his qilganimda, o'zimni

qo'lga olgunimcha jimjitlik va tafakkurga chekinaman va har

bir kunimni Xudo haqida o'ylash va Undan yordam va yo'l-

.yo'riq so'rash bilan boshlayman

Nafratning bo'g'uvchi begona o'tlari o'sib, hayotingiz

bog'iga, olijanob ruhning fazilatlariga to'la bog'ga kirib

borishiga yo'l qo'ymaslikka qaror qiling. Va bu xushbo'y,

atirgulga o'xshash fazilatlarni qanchalik ko'p

rivojlantirsangiz, Xudo sizga ichingizdagi mavjudlikning eng

.buyuk sirini shunchalik ko'p ochib beradi

Hayotning maqsadi tinchlik, qoniqish, o'lmaslik,

xavfsizlik va haqiqatni bilishdir va bizda uyg'onadigan bu

.istaklarning markazida ichimizdagi ilohiy mohiyat yotadi

Ey Rabbim, ozodligimni Senda topsam va mening

haqiqiy uyim Sening to'liq mavjudliging ekanligini va men

Sening kosmik ongingning ajralmas qismi ekanligimni

.anglasam edi

Ey ulkan, ilohiy dengiz, to'siqlar va to'siqlar cho'llaridan

oqib o'tayotgan orzularim daryolari nihoyat sizning buyuk

.tubingizga aralashsin

Biz faqat ilohiy qal'ada himoya va xavfsizlikni topamiz

va Xudoga yaqinlikni his qilish va Uning huzuriga teginishdan

.ko'ra xavfsizroq boshpana yo'q

Insonlar o'zlarining moyilliklari, moyilliklari, xarakterlari
va istaklarini shakllantiruvchi odatlar tomonidan
boshqarilganligi sababli, agar bu odatlar yomon bo'lsa,
xarakter zararli bo'lib, harakatlar yomonlikka aylanadi.
Shuning uchun, yaxshi odatlarga ustuvor ahamiyat berish
tavsiya etiladi, chunki ular bizning harakatlarimiz va
fikrlarimizni ezgu maqsadlar sari yo'naltiradi va bizga sog'liq
.va baxt keltiradi

Qayerda qayg'uli va azob chekayotgan qalblar bo'lsa,
men ularga xizmat qilish va ularni yupatishdan taskin
topaman. Men boshqalarga quvonch baxsh etish uchun
qo'limdan kelganini qilaman va ularning his-tuyg'ulariga
.o'zimnikiday hamdard bo'laman

Aqliy qobiliyatlar odamlarda mavjud, ammo ular
ko'pchilik odamlarda rivojlanmaganligicha qolmoqda va bu
qobiliyatlarni rivojlantirmaslik jiddiy oqibatlariga olib keladi.

Tana singari, ong ham sog'liq va hayotiylik uchun to'g'ri
.ovqatlanish va jismoniy mashqlarga muhtoj
Olmos yorug'likni qabul qiladi va aks ettiradi, Xudoni
biladigan va Uning huzuri bilan porlaydigan sof, shaffof
.qalblar ham shunday

Ey Rabbim, Sen hayotdagi haqiqiy boylikсан va Seni
birinchi bo'lib topsam, Sendan kerakli hamma narsani
.topaman

Odamlar odatda sog'lig'ini saqlash uchun faqat oziq-
ovqat, havo va quyosh nuriga e'tibor qaratishadi, ammo
hayotning bu tashqi manbalarining ko'pligiga qaramay,
sog'liq yomonlashadigan vaqt kelishi mumkin. Aynan
o'shanda tananing energiya zaxiralarini ichkaridan qayta
.tiklash zarurati tug'iladi

Agar ongimning qayig'i johillikning shiddatli bo'ronlari
tomonidan boshqariladigan xavf va xatarlarni o'z ichiga
olgan ochko'z istaklar qoyalariga yaqinlashsa, ey Xudoyim,
mening mayoqim bo'l va meni doim solihliging va
.yaxshiliging qirg'oqlariga yo'naltir

Fikr olovga o'xshaydi, uning jamlangan kuchi
muvaffaqiyatga xalaqit beradigan to'siqlarni yoqish uchun
.ishlatilishi kerak

Xudoni doimiy ilohiy sevgi orqali topish mumkin. Agar
biz Xudoni Uning in'omlaridan ko'ra ko'proq sevsak, U bizga
keladi. U bizga iroda erkinligi va tanlov kuchini berdi, toki biz
dunyoning o'tkinchi va ahamiyatsiz in'omlari bilan Unga
yaqinlik in'omi va Uning muborak huzurining quvonchini
.ajrata olaylik

Bizga xotira berilgan edi, toki biz nihoyat eng buyuk
yaxshilikni eslay olgunimizcha yaxshi narsalarni eslab
qolishimiz mumkin bo'lsin: Xudo
Ey Xudo, Sening sevging shabadasi mendan oqib o'tadi!

Va hayotim barglari Sening kelishingdan quvonch bilan
raqsga tushadi. Ularning yoqimli shitirlashi havoda uchib
yuradi, charchaganlarni Mening ruhiy tinchligim soyasida
.dam olishga taklif qiladi

Hayotdagi qiyinchiliklar bizga zarar yetkazish uchun
mo'ljallanmagan; aksincha, muammolar va kasalliklar bizga
saboq beradi. Bizning og'riqli tajribalarimiz bizni yo'q qilish
uchun emas, balki bizni poklash va bizga yordam berish va
bizni samoviy uyimizga qaytarish uchun har tomonlama
ishlaydigan sof manbamiz - Xudoga qaytishimizni
.tezlashtirish uchun mo'ljallangan

Cheksizlik bizning haqiqiy uyimiz va bu yerga va bu
jismoniy tanalarda sayohatimiz qisqa muddatli viza safariga
.o'xshaydi

Rabbim, bilamanki, maqtov meni yuksaltirmaydi, tanqid
ham meni pasaytirmaydi. Men vijdonim va Sening oldingda
qanday bo'lsam, shundayman. Men bu yo'lda davom
etaman, barchaga xizmat qilish uchun qo'limdan kelganicha
harakat qilaman va Sening marhamatingga erishishga
.intilaman — mening baxtim shunda

Siz noyob mavjudotsiz va mohiyatingiz ajoyib, shuning
uchun o'zingizning asl o'zingizni bilib oling

Kelishingiz tongida, sog'inchimning kurtaklari xushbo'y,
jonli gullarga aylanadi
Ey Parvardigor, shudringli gullardan marjon to'qib, uni
muborak ostonangizga qo'yadigan kunning kelishini
.tezlashtir

Doimiy ravishda faqat o'zini rozi qilishga intilishning
o'rniga, u boshqalarga ham baxt keltirishga harakat qilishi
kerak. Boshqalarga ma'naviy, intellektual yoki moddiy
yordam ko'rsatishga harakat qilganda, u o'z ehtiyojlari
.qondirilganini va hayot kosasi quvonchga to'lganini ko'radi
Yer yuzida zulmat ustidan yorqin g'alabaga erishganlar
ulush sifatida shon-sharaf nuriga ega bo'ladilar va ichki
.xotirjamlik va baxtdan bahramand bo'ladilar

Ey Rabbim, ne'matlaring urug'larini duo bilan
shudgorlangan qalbim tuprog'iga doimo sepib turgin, toki
ular shoxlari o'zini anglashning eng mazali va eng shirin
.mevalarini beradigan soyali daraxtlarga aylansin
Biz ko'pincha o'zgarishga harakat qilmasdan azob
chekamiz va shuning uchun biz uzoq muddatli xotirjamlik va
qoniqishni topa olmaymiz. Agar biz sabr-toqat qilsak va
harakat qilsak, barcha qiyinchiliklarni yengib o'tishimiz
mumkin edi. Biz baxtsizlikdan baxtga, umidsizlikdan
.jasoratga o'tishga harakat qilishimiz kerak

Ey Ilohiy Sevgi, mening sevgimni Sening sevging bilan
birlashtir, hayotimni Sening quvonching bilan, ongimni
Sening kosmik onging bilan uyg'unlashtir va chanqog'imni
.Sening abadiy quvonching bulog'idan qondir

Samimiy izlovchining qalbi doim pichirlaydi: "Ey
Xudoyim va mening sevgilim, men bu xayoliy dunyoning
notinchligiga g'arq bo'lishni istamayman va men faqat
odamlar qalbida Sening sevgingni uyg'otishni istayman.
Mening yuragim, jonim, tanam, ongim va menda bor narsa
Seniki, ey Rabbim". Bu izlovchi Xudoga yetib boradi va Uni
.taniydi

Rabbim, bizga birodarlik haqida yangi va haqiqiy
tushuncha bergin. Keling, urushlardan voz kechib,
xalqlarning yaralarini sevgi balzami va rahm-shafqatli
.tushunishning abadiy tasallisi bilan davolaylik

Bizni ochko'zlik ta'siridan, aldamchilik hukmronligidan
va illyuziyalar nazoratidan xalos qilishimiz uchun baraka ber
va kasallik, johillik va ocharchilik faqat qorong'u va g'amgin
o'tmishning orzulari bo'lgan yangi dunyoni qurishga yordam
.ber

Keling, barcha muammolarni o'rmon mantig'i bilan
emas, balki Sizga va ilohiy adolatingizga bo'lgan tushuncha,
.haqiqat va sobit ishonch bilan hal qilaylik
Hayot bizni bir muddat shu yerda birlashtirdi, shundan
keyin biz alohida yo'llarimizdan ketamiz. Lekin agar
Xudoning sevgisi bizda yashasa, qayerga borishimiz muhim
emas, chunki qanchalik uzoqqa ketsak ham, biz ilohiy sevgi
.doirasida qolamiz va hech qachon chinakam ajralmaymiz
Ey Xudo, meni tor fikrlash va ekstremizm xiyobonlaridan
.baland ko'tariladigan ma'naviy taraqqiyot burguti qil
Meni quyosh nurini to'sib turgan kuchli yer silkinishlari
.va bulutlardan nariga, tobora yuksak ufqlarga chaqir
To'g'ri yashash uchun muvozanat qanotlarini ko'taray va
keng ufqlar va ulug'vor idroklar mavjud bo'lgan barcha
.bo'ronlar va dovullar ustidagi baland osmonlarga ko'tarilay
Tinchlik qalbimizni sevgi va mehr-oqibatga
ochganimizda keladi. Mehribon qalbga ega va yaxshi
ishlarda faol bo'lganlar tinchlikni his qilishadi, chunki u
ularda yashaydi. Tinchlik jannat ma'badi va baxtli hayotning
.poydevoridir

Biz har doim gullar ortidagi ilohiy go'zallik, quyosh
ortidagi kosmik yorug'lik va har bir ko'zda miltillovchi buyuk
.hayot haqida o'ylashimiz kerak

Agar inson chinakam mehribon bo'lsa, boshqalarga
hurmat ko'rsatsa va maqtovlarga ham shunday javob bersa,

unga doimo minnatdorchilik va hurmat bilan munosabatda
.bo'lishadi

Men sevgimni boshqalarga tarqataman, toki Xudoning
sevgisi menga kelishi va qalbimda joylashishi uchun eshik
.ochay

Rabbim, qayg'u tubida cho'kib ketganlar uchun mayoq
bo'lishimga ijozat ber. Menga bergan ruhiy quvonch uchun
minnatdorchilik bildirib, boshqalarga quvonch baxsh
.etishimga yordam ber

Men nafratni sevgim olovida eritib yuboraman,
boshqalarni kechiraman va barcha chanqoq qalblarga sevgi
bag'ishlayman

Haqiqiy sevgi - bu sevganining tasallisidan
zavqlanadigan sevgidir

Ey Rabbim, nuring bizga porlasin va sevging
qalblarimizni abadiy to'ldirsin

Tashabbuskorlik ruhiga ega bo'lish, insonga ilgari hech
kim qilmagan narsani ixtiro qilish imkonini beradigan ijodiy
tasavvur kuchiga ega bo'lishni anglatadi. Har bir inson Xudo
.tomonidan unga berilgan bu sovg'a bilan tug'iladi

Eng buyuk sevgi - bu ilohiy sevgi, u hayotni so'z bilan
ifodalab bo'lmaydigan darajada go'zal qiladi. Xudoni siz bilan
birga his qilganingizda, qayerda bo'lsangiz ham sizga
yaqinlashayotganini va qadamlaringizni yo'naltirayotganini
.his qilganingizda, ilohiy sevgi boshlandi

Haqiqat kuchi shamolga qarshi yo'naltiriladi

Rabbim, vaqtinchalik qiyinchiliklarga duch kelganimda,
o'tmishda menga bergan mo'l-ko'l ne'matlaringni eslagin,
chunki Sening yordaming meni hech qachon tark etmasligini
va g'amxo'rliging doim men bilan ekanligini bilaman. Senga
saxovatli qo'lingdan kelgan har bir ne'mat uchun chin dildan
.minnatdorchilik bildiraman

Sevgi tomchilari yaxshi qalblarda porlaydi va Xudoni
.faqat sevgi dengizida topish mumkin

Tushunish insonning yo'lini yoritadigan va unga
.muvaffaqiyat keltiradigan chiroqdir
Bahorda Xudo tabiatni eng go'zal atirgullar va gullar
.bilan nafis liboslar va yorqin ranglar bilan bezatadi
Tinchlik Ilohiy huzurga yaqinlashishni e'lon qiluvchi
birinchi xabarchidir. Shundan so'ng, tinchlik cheksiz
.quvonchdan yorqinroq nurlarga aylanadi
Meditatsiya dengiziga chuqurroq kirganimda,
borlig'imda muborak bir tebranish his qilaman va "Men
.yaqinman" degan pichirlagan ovozni eshitaman
Inson ichkariga, ruh o'zini ifoda etadigan joyga burilishi
kerak. Ruh tubidan ichki hayotning barcha tajribalari paydo
.bo'ladi

Ruh o'zini ilohiy ong bilan anglab yetganda, u katta
.quvonch va cheksiz makonga kengayishni his qiladi
Agar siz yo'lingizda to'siq bo'lishi mumkin bo'lgan
barcha to'siqlarni yengib o'tish uchun tabiiy
qobiliyatlaringizdan tashqari, mavjud bo'lgan barcha tashqi
vositalar va resurslardan foydalansangiz, Xudo sizga bergan
kuchlarni rivojlantirasiz: borlig'ingizning eng tubidan kelib
.chiqadigan cheksiz kuchlar

Sevgi Xudoga olib boradigan oltin yo'ldan yuradi
Tushunmovchilik zulmati kirib kelgan har bir joyga ezgu
.tilaklar va ezgu niyatlar quyoshini sochaman
Qiyinchiliklar sizga hujum qilganda, lekin siz barcha
to'siqlar va to'siqlarga qaramay, urinish va harakat qilishni
to'xtatmasangiz, Xudo sizga javob beradi va
.harakatlaringizni muvaffaqiyat bilan to'jlaydi
Ey Rabbim, men qalbim bog'idan sog'inch gulini uzib
olaman va uni muqaddas ostonangizga sevgi qurbonligi
.sifatida qo'yaman

Fikrlarimiz va so'zlarimiz bizga kelajak hosilini olib
keladigan urug'lar bo'lgani uchun, men bugun ongimni
.yaxshi, ijobiy fikrlar bilan to'ldirishni boshlayman

Men ongim tekisligida yuqoriga va pastga, shimolga va
o'ngga, ichkariga va tashqariga va hamma joyga uchib,
kosmosning har bir burchagida Xudoning huzurida
.ekanligimni va hozir ham shunday ekanligimni angelayman

Har bir lahzani cheksiz Mutlaq bilan bo'lgan
munosabatingizni anglab yashang. Ongoingizning cheki yo'q
va barcha narsalar sizning borlig'ingiz osmonidagi yulduzlar
.kabi miltillaydi va porlaydi

Ajralish yoki bog'lanmaslik - bu izlovchining dono yo'li
bo'lib, katta narsalar uchun arzimas narsalardan ustun
turadi. U yangilangan ichki quvonchni izlab o'zini
vaqtinchalik shahvoniy zavqlarga bog'lamaydi. Ajralish o'z-
o'zidan maqsad emas, balki u ruhning fazilatlarini va ma'naviy
.kuchlarining paydo bo'lishiga yo'l ochadi

Ma'naviy g'olib hayot yo'llarida dadil qadamlar bilan
oldinga siljiydi

Inson hozirgi hayotidan unumli foydalanishi, qalbining
derazalarini ochishi va qalbining uxlab yotgan qobiliyatlarini
.uyg'otishi va jonlantirishi kerak

O'zgarish va o'zgarish niqoblari ortida ilohiy mavjudlik
yashiringan. Va kimki o'z ongining oynasini barqarorlashtira
olsa va uning tebranishiga yo'l qo'ymasa, o'sha tiniq oynada
.kosmik sevgilining yuzini ko'radi

Sevgi o'limdan va vaqtning vayronagarchiliklaridan
kuchliroqdir

O'z-o'zini tahlil qilish muvaffaqiyat kalitidir va mulohaza
qilish - bu aks holda bizning ko'zimizdan yashiringan ichki
burchaklarni ko'radigan oyna. Biz kamchiliklarimizni
aniqlashimiz, ijobiy va salbiy tendentsiyalarni farqlashimiz va
taraqqiyot va muvaffaqiyatga to'sqinlik qiladigan narsalarni
.aniqlashimiz kerak

Ey do'stlik, sen naqadar ajoyibsan! Sen samimiy,
do'stona tashvish suvlaridan suv olayotgan va barglaring
samimiy va sodiq qalblar tubidan chiqadigan ichki va tashqi
.shirinlik shudringi bilan namlangansan

Bir safar men kichkina chumolining qum uyumiga
chiqmoqchi bo'lganini ko'rdim va o'zimga shunday deb
o'yladim: chumoli Himolay tog'lariga chiqayotganini
o'ylayotgan bo'lsa kerak! Qum uyumi chumoliga ulkan bo'lib
tuyulgan bo'lishi mumkin, lekin mening ko'zimga emas.
Xuddi shunday, bizning millionlab quyosh yillarimiz Xudoning
ongida bir daqiqadan ham kamroq vaqtni tashkil qilishi
.mumkin

Biz o'zimizni abadiylik va cheksizlik kabi buyuk narsalar
haqida o'ylashga o'rgatishimiz kerak

Men cheksizlik olamida kezib chiqdim va yorug'lik
diyoridagi porlab turgan tumanga guvoh bo'ldim va o'sha
jonli yorqinlikda vaqt sahifalarida yozilgan sirlarning
.ma'nosini o'qidim

Siz uxlayotganingizda, siz passiv ravishda fikrlar va his-
tuyg'ularni tinchlantirasiz. Ammo meditatsiya orqali fikrlar va
his-tuyg'ularni ongli ravishda tinchlantirganingizda, birinchi
navbatda tinchlik holatini boshdan kechirasiz va yuz
mushaklaringiz tabiiy ravishda ichki xotirjamlikni aks
ettiruvchi tabassumni hosil qiladi. Ammo qalbingizning
pokligini - hissiy stimullar yoki his-tuyg'ular bilan bog'liq
fikrlarga avtomatik reaksiyalar bilan bulg'anmagan poklikni
anglash uchun siz bu tinchlik holatidan tashqariga
qarashingiz kerak. Keyin siz boshdan kechiradigan holat
.doimiy, doimo yangilanib turadigan baxtdir

Agar siz oy nuri ostiga bir piyola suv qo'yib, keyin
aralashtirsangiz, oyning buzilgan tasvirini yaratasiz. Suv
idishga cho'kkanda, aks ettirish aniq bo'ladi. Idishdagi suv
tinch bo'lib, oyning yuzini mukammal aniqlik bilan aks
ettiradigan lahzalarni tafakkur tinchligi va chuqur sukunat
holatiga qiyoslash mumkin. Tafakkur tinchligida barcha his-
tuyg'ular va fikrlar to'liqlari ongdan oqib chiqishni
to'xtatadi. Va bu chuqurroq tinchlik holatida, tafakkur
qiluvchi inson, o'sha xotirjamlikda, ruh ko'lida aks etgan
.ilohiy mavjudlikning to'lin oyini ko'radi

O'rtacha odamga tanish bo'lgan to'rtta holat mavjud:
istak amalga oshgandagi baxt, rad etilganda baxtsizlik, na
baxtli, na tushkunlikka tushganda zerikish va bu his-
tuyg'ularni yoki zavq, og'riq va zerikishning psixologik
.holatlarini yengganda xotirjamlik

Tinchlik - bu juda orzu qilingan holat bo'lib, u ham
qayg'u, ham zavq, ham zerikishning yo'qligidan kelib
chiqadi. Bu holatlar doimo ruh yuzasida o'zgarib turadi va
to'lqinlanadi. Og'riq va zavqning notinch to'lqinlarida,
jumladan, charchoq tubiga bir necha bor sho'ng'iganlardan
so'ng, tinchlikning sokin dengizida suzishda quvonch bor.

Ammo tinchlikdan ham buyukroq narsa ruhiy ekstaz -
ruhning baxti - eng yuqori baxtdir. Bu hech qachon
so'nmaydigan, balki abadiy ruh bilan qoladigan abadiy
quvonchdir. Bu oliy quvonchga faqat ilohiy mavjudlikni
.anglash orqali erishish mumkin

Haqiqiy tabassum - bu Xudo haqida mulohaza yuritish
va Uning borligini his qilishdan kelib chiqadigan ma'naviy
.baxt tabassumidir

Mening tabassumim ichimdagi chuqur quvonchdan kelib
chiqadi - hamma uchun ochiq bo'lgan quvonch. Bu gullab-
yashnayotgan atirgulning qalbidan taralayotgan xushbo'y
hidga o'xshaydi. Bu buyuk zavq boshqalarni baxtning
.muqaddas suvlariga cho'mishga undaydi

Muborak kechirim nurida, yillar davomida to'plangan
nafrat zulmati yo'qoladi

Xudo O'z ibodat qiluvchilarining har qanday ehtiyojini
tezda qondiradi, chunki ular o'zlarini sa'y-harakatlarni
barbod qiladigan va umidlarni puchga chiqaradigan xudbin
.niyatlardan ozod qilishgan

Xudo kimni himoya qilsa, uni hech narsa yo'q qila
olmaydi

Biz bu dunyoda yolg'iz emasmiz, chunki Xudo biz
bilandir va biz qo'llab-quvvatlash va quvonch oladigan
.mustahkam, yaqin va do'stona munosabatlar mavjud

Ey donolik osmonidagi porloq hidoyat yulduzi, sening yorqin chaqnog'ing meni muborak ufqlaringni o'rganishga taklif qiladi va mening sog'inch qushim katta tezlikda yugurib, zich, g'amgin atmosferani teshib o'tadi, seni sog'inish va eng muqaddas nuringda cho'milish bilan .harakatlanadi

Insonning shaxsiyati ichki, intuitiv sezgi orqali bu qattiq jismoniy tana emas, balki tanadagi abadiy ruhiy oqim ekanligini his qila olganda rivojlana va gullab-yashnay .boshlaydi

Shogirdning qalbi Xudoga bo'lgan muhabbat bilan to'lib-toshganda, uning yuzi tinchlik va donolik tabassumi bilan porlaydi va qalbini o'rab turgan johillik qatlamlari .parchalanib, butunlay yo'q bo'lib ketadi

Biror gulga yoki daraxtga qaraganingizda, bu go'zal hayot shakllari o'z-o'zidan paydo bo'lmaganligini bilasiz. Ularni shakllantirgan va ularga xushbo'y hid va nafis go'zallik .ato etgan Xudodir

Har doim kichik va katta vazifalaringizni chuqur diqqat bilan bajaring, Xudo sizning qadamlaringizni boshqarishini va ezgu maqsadlaringizga erishish uchun harakatlaringizni .kuchaytirishini yodda tuting

Inson o'zining ma'naviy mohiyati bilan bog'langanda, uzoq vaqt unutilgan, o'tmishdagi davrlar va ruhning o'lmas kuchlari uning ongiga qaytadi. Meditatsiya paytida inson .o'zining o'lmas jon ekanligini, o'lmas tana emasligini eslaydi

Hamma joyda yaxshi va yomon odamlarni uchratamiz, ular o'z yo'llarida baxt izlaydilar. Hech kim o'ziga zarar yetkazishni xohlamaydi. Xo'sh, nega ba'zi odamlar muqarrar ravishda ularga og'riq va qayg'u keltiradigan yo'l tutishadi? .Chunki bu harakatlar johillik va aldanishdan kelib chiqadi

Ey Rabbimiz, biz Sendan donoliging nuri bilan bizga nur sochishingni va bizdan johillik va aldanish zulmatini olib .tashlashingni so'raymiz

Ongli inson qo'rqqoqlikdan ko'ra ehtiyotkor bo'lishi va qo'rquv va xavotirni keltirib chiqarishi mumkin bo'lgan holatlarga duch kelmaslik uchun o'zida ehtiyotsizlik va .shoshqaloqliksiz jasorat tuyg'usini rivojlantirishi kerak Donolik tashqaridan ma'lumot kiritishga emas, balki ichki qabul qilish kuchiga bog'liq bo'lib, bu esa olinishi mumkin bo'lgan haqiqiy bilim miqdorini va bu bilimga .erishish tezligini belgilaydi

Bu dunyo shunchaki biz Ilohiy Direktor rahbarligi ostida o'z rollarimizni bajaradigan sahnadir. Bizga yuklatilgan rollarning xususiyatidan qat'i nazar, biz yaxshi ishlashimiz kerak, doimo bizning asosiy tabiatimiz abadiy saodat .ekanligini yodda tutishimiz kerak

Donolarning eng donosi Xudoni bilishga intilgan kishidir va muvaffaqiyatga erishganlarning eng muvaffaqiyatlisi .Xudoni topgan kishidir

Ey Ilohiy Sevgilim, hayotimizda birinchi o'rinni egallagin, shifobaxsh sevging qalblarimizni to'ldirsin va muborak nuring .qalbimizdagi tashvishlar zulmatini yo'q qilsin

Erkinlik odat va istak ko'rsatmalariga emas, balki vijdonga muvofiq harakat qilishni anglatadi. Ego va uning injiqliklariga bo'ysunish cheklovlarni keltirib chiqaradi, donolikning ilhomlariga quloq solish esa bu cheklovlardan .ozodlikni beradi

Xotirjamlikka yaxshi fazilatlarni ongli va qasddan rivojlantirish orqali erishish mumkin, bu fazilatlar to'liq voyaga yetgandan so'ng, agar u o'z xohishi bilan ulardan voz .kechishni tanlamasa, undan tortib olinmaydi

Ko'p odamlar noto'g'ri usullardan foydalanib baxt izlashadi. Ba'zilar noto'g'ri xatti-harakatlar va nosog'lom harakatlarni qabul qilish orqali baxtlarini ikki baravar oshirish mumkinligiga ishonishadi, bu esa ulkan va uzoq muddatli baxtning yorqin va'dalarini taqdim etadi va ular bu yolg'on va'dalarga aldanadilar, chunki haqiqiy baxtning ta'mini

yolg'on illyuziyalar va noto'g'ri harakatlar do'zaxida tatib
.ko'rish mumkin emas

Har bir daqiqa abadiylikdir, chunki abadiylikni shu
daqiqada boshdan kechirish mumkin. Kunlar, daqiqalar va
soatlar biz abadiylikni ko'rishimiz mumkin bo'lgan
derazalardir. Hayot qisqa, ammo ayni paytda cheksiz va
cheksizdir. Ruh o'lmasdir va inson hayotining bu qisqa
bobida biz mavjud bo'lgan har bir salohiyat va imkoniyatdan
.maksimal darajada foydalanishimiz kerak

Ma'naviy so'zlar unib chiqishi, o'sishi, gullashi va meva
berishi uchun unumdor tuproqqa muhtoj urug'larga
.o'xshaydi

Ma'naviy o'sish o'zini o'zi tahlil qilishni, hayotdagi
ustuvorliklarni qayta ko'rib chiqishni, zararli odatlarni
aniqlash va yo'q qilishni, shuningdek, rivojlanayotgan
ma'naviy tushuncha va o'sib borayotgan aqliy kuchga
muvofiq sog'liqni saqlash qoidolari va qonunlariga rioya
.qilishni talab qiladi

Shogird ilohiy quvonchni tatib ko'rganda, u Xudo uning
uchun boshqa har qanday narsadan ko'ra haqiqiyroq bo'lib
qolganini anglaydi va ilohiy huzurga teginish hech qanday
hissiy zavq bilan tenglasha olmaydigan baxt ekanligini
.anglaydi

Xudo insonning ma'naviy ongini uyg'otish va uning
irodasini fazilat go'zalligi, bag'rikenglikning buyukligi,
donolikning ulug'vorligi va ma'naviy baxtning ulug'vorligi
.orqali to'g'ri yo'nalishga yo'naltirish uchun ishlaydi

Men boshqalarni begona deb hisoblamayman, chunki
hamma mening akam yoki opa-singilim deb o'ylayman. Men
hayotimni muvaffaqiyatli va mazmunli qilaman, toki
boshqalarga muvaffaqiyat qozonish va yutuqlarga erishishga
yordam bera olaman. Men boshqalarga hamdard bo'laman
va o'zimni ko'rsatib, ularga rahm-shafqat ko'rsataman. Men
Xudoni payg'ambarlar va avliyolar Uni sevganidek sevaman

va boshqalarga bo'lgan sevgim qudug'iga xudbinlikni
.tashlayman

Bu o'tkinchi, yer yuzidagi hayotdan tashqari, o'limga
bo'ysungan holda, abadiy, o'zgarmas hayot yotadi. Tana
parchalanib, yo'q bo'lib ketadigan kimyoviy elementlardan
iborat, ammo bu o'tkinchi mavjudlikdan tashqari, Xudoning
huzurida abadiy, samoviy hayot yotadi. Shuning uchun, biz
barcha e'tiborimizni bu o'zgarmas tanaga qaratmasligimiz
kerak va uni istaganlar uning sinovlariga chidashlari va uning
.xo'jayinlariga aylanishlari kerak

Bugun men muhtojlarga yordam berishga va ochlarga
qo'limdan kelganini berishga harakat qilaman

Men Xudoning himoyasida xavfsiz va xotirjamman va
tiniq vijdonim devorlari ortida, men sarosima va xavotir
dengizida qayg'u to'lqinlari bilan chayqalib ketgan qalblar
.kemalarini boshqaradigan yaxshilik nuri bilan birdamman

Bugun men Xudoni ichimda titrayotgan va yuragim
torlarini qo'zg'atadigan tinchlikning uchqunida his
.qilyapman

Men o'zimni baxtli qilishga intilganim kabi, boshqalarni
ham baxtli qilish uchun qo'limdan kelganini qilaman va
ma'naviy baxtim orqali ilohiy sevgi uyidagi barchaga xizmat
qilaman va vijdonimni aldashga harakat qilsam, faqat
.o'zimdan qo'rqaman

Ruh bog'laridan

Siz biron joyga borishni niyat qilgansiz va u yerga tezda
yetib borishga shoshilasiz. Yetib borganingizda, o'zingizni his
qilayotgan ishtiyoq, xavotir va hatto tartibsizlik tufayli bu
joyni yoqtirmasligingizni sezasiz. Buning o'rniga, xotirjamroq,
xotirjamroq va muvozanatliroq bo'lishga harakat qiling. Agar
fikrlaringiz xavotir va bezovtalikka moyil bo'lsa, ular o'zlarini
.xotirjam his qilmaguncha ularni kuch bilan bostiring
Hayajonlanish asab tizimining muvozanatiga salbiy ta'sir
qiladi, chunki u tananing ba'zi qismlariga katta miqdorda

energiya yuboradi, boshqalarini esa tabiiy ulushidan mahrum qiladi. Energiya taqsimotidagi bu nomutanosiblik asabiylashishning sababidir. Sokin va bo'shashgan tana asablarni tinchlantiradi va psixologik farovonlikni ta'minlaydi. Xudo bilan uyg'unlikda, ichki ko'rish asta-sekin rivojlana boshlaydi. Xudo har bir samimiy ibodatga javob berishiga to'liq ishonish kerak. Kim Unga ma'rifat izlab murojaat qilsa, uning ko'rish qobiliyati ochiladi va ongi va qalbi yorishadi. Idrok ochilganda, u qalbdan chiqadigan tuyg'u, chuqur ravshanlik va aniqlik hissi sifatida namoyon bo'ladi. Bu tuyg'u orqali izlovchi to'g'ri yo'ldan borish uchun qat'iy ishonch va ishonchli yo'l-yo'riq oladi va asta-sekin bu tuyg'uni taniy boshlaydi va unga ishonadi.

Bu fikrlashdan butunlay voz kechish degani emas; xotirjam, xolis fikrlash ham tushunchaga olib keladi. Behuda va o'zini o'zi qadrlash bilan boshqariladigan hissiy fikrlash tushunmovchiliklar va noto'g'ri xulosalarga olib keladi. Vayronkor shubha va yolg'on e'tiqodlarni chin dildan rad eting va qalbingiz va ruhingizni imon va Xudoga to'liq ishonish sohasiga qarating. Tafakkur sukunatida ongingiz haqiqat va to'g'ri tushunchaga e'tibor qarata oladi. Bu tajribada imon gullab-yashnaydi va rivojlanadi va tushuncha orqali siz hech bir ko'z ko'rmagan, hech bir quloq eshitmagan va hech bir inson aqli tasavvur qilmagan narsani boshdan kechirasiz.

Sog'inishim va iltijolarimning har bir nafasi qalbimda eshik va derazalarni ochadi, ular orqali men Xudoning saodatiga o'taman.

Quyosh eng gavjum yo'llarda porlaganidek, men kundalik faoliyatimning barcha gavjum joylarida ilohiy sevgi nurlarini ko'raman.

Ey Rabbim, menga baraka ber, toki men ruhimni tong bilan uyg'otib, uni muborak ostonangizga olib kelay.

Ey Rabbim, menga bor narsamni boshqalar bilan baham ko'rish uchun saxovatli ruh ato et va ongimning sokin ko'lida

Sening huzuring nuri bilan porlayotgan qalbimning oyining
.aksini ko'rishga yordam ber

Bugun men donolik va ilohiy quvonch durdonalarini
topmagunimcha, Xudo haqida tafakkur va mulohaza
.dengiziga chuqur sho'ng'iyman

Yo Rabbim, men seni hamma narsadan ko'proq
sevaman, chunki sensiz men biron bir insonni yoki boshqa
hech narsani seva olmayman

Tog'lar tubida va sokin osmonda, qalbim tubida va
sukunat g'orida men Xudoning borligini his qilaman va Uning
doimiy quvonchini his qilaman hamda abadiy
to'xtamaydigan va qurib qolmaydigan Uning sof buloqlaridan
.ichaman

Ey Rabbim, men Seni sevaman va sajda qilaman, Uning
sevgisi har bir mehribon va sevuvchi qallda oliy hukmronlik
qiladi

Kimdir o'qituvchi Paramahansadan unga jozibali va
jozibali shaxsni rivojlantirish yo'lini ko'rsatishini so'radi va u
shunday dedi: Boshqalar bilan muloqotda aqliy jihatdan hozir
bo'lishingiz kerak, chunki beparvolik insonning xarakteriga
boshqa har qanday narsadan ko'ra ko'proq zarar keltiradi.

Albatta, men buyuk odamlarning beparvoligi haqida
gapirmayapman, ularning fikrlari odatda chuqur masalalarga
.bag'ishlangan

Doim hushyor va ogoh bo'ling, shunda siz jozibali
magnitga aylanasiz

Hech kim e'tibordan chetda qolishni yoqtirmaydi.
Barchamiz his-tuyg'ularimiz e'tiborga olinishini va hisobga
olinishini istaymiz, shuningdek, uyg'unlik va tushunishga
erishish uchun boshqalarning his-tuyg'ularini hisobga
olishimiz va ularga e'tibor berishimiz kerak. Buning uchun siz
atrofingizdagilarga hushyor, sezgir va e'tiborli bo'lishingiz
.kerak

O'liklar boshqalarni haqorat qilishga qodir emas, lekin
.ularga e'tibor bermaydigan odam haqorat qila oladi

Boshqalar davrasida bo'lganingizda, ular bilan diqqat
bilan, g'ayrat bilan va qiziqish bilan muloqot qiling, lekin
.o'zingiz haqingizda gapirishdan qoching

Hamma o'zi haqida gapirishni xohlaydi, ammo bu zaif
yondashuv. Agar xohlasalar, boshqalarga o'zlari haqida
gapirishga ruxsat bering; ularning gaplarini tinglang. Ularga
muammolari, yutuqlari va taassurotlari haqida gapirishga
ruxsat bering, lekin sizning jozibangiz siz uchun gapirsin.
Chiroq nuri o'zi uchun aniq gapirsin; jim tebranishlaringiz siz
.uchun bir xil aniqlik bilan gapirsin

Xudo menga bir vahiyda jangda halok bo'lganlarning
dahshatli o'lim tushini ko'rishlarini, ammo yaxshilar tanadan
tirilishi bilanoq, xuddi bezovta qiluvchi dahshatli tushdan
uyg'ongandek va undan xalos bo'lganidan xursand
.bo'lishlarini ko'rsatdi

Bizning barcha hayot tajribalarimiz kosmik tushning bir
qismidir. Insoniyat urush kabusini yaratdi, ammo bu kabus
qurbonlari tanalarini tark etgandan so'ng, ular bu dahshatli
tushdan uyg'onganliklarini angladilar va o'lmaganliklarini
.angladilar. Bu chuqur metafizik haqiqat

Agar biror kishi tush ko'rayotganini bilsa, bezovta
qiluvchi tush tajribalaridan aziyat chekmas edi. Lekin agar u
tushida o'zini anglab yetsa va kimdir unga halokatli zarba
bersa, tushdagi o'lim haqiqiy va dahshatli sinov bo'lib
tuyuladi, toki ular uyg'onib, bu haqiqat emasligini
.anglamaguncha

Bu o'limdan keyingi holatga ham tegishli. Tanamizni tark
etishimiz bilanoq, ongimiz o'lmaganini, balki tanadan va
uning moddiy cheklovlari va cheklovlaridan ozod
bo'lganimizni va bu ozodlikda buyuk erkinlik yotishini
.anglaymiz

Biz hech qachon o'limni so'ramasligimiz kerak, aksincha,
Xudo bilan uyg'unlikda bo'lish va U haqida mulohaza yuritish
orqali ongimizni tayyorlashimiz kerak, toki o'lim o'z vaqtida
.kelganda, biz unga shunchaki tushdek qaray olamiz

Men xohlagan vaqtda hayot va o'limning orzuy tabiatini
ko'ra olaman Shuning uchun, men bu tanaga unchalik
ahamiyat bermayman

Asab tizimining asosida odamlarga ong rivojlanishining
eng yuqori bosqichlariga erishishga imkon beradigan noyob
.ruhiy fiziologiya mavjud

Kitlar va fillardan tashqari ko'pgina hayvonlarning
miyasidan kattaroq bo'lgan inson miyasi murakkabroq va
fikrlash qobiliyati yuqoriroq. Bu inson miyasini boshqa
jonzotlarga qaraganda ancha rivojlangan ongga ega bo'lgan
odamlar uchun mos vositaga aylantiradi. Miyaning murakkab
va murakkab konvolyutsiyalari odamlarga chuqur va chuqur
fikrlash imkonini beradi. Shuning uchun faqat insoniyatgina
ilg'or idrok darajalariga erishishga va natijada o'z
Yaratuvchisini bilishga qodir. Dono inson o'zining intellektual
qobiliyatlarini moddiy, intellektual va ma'naviy darajalarda
insoniyatga xizmat qilish va foyda keltirish uchun
.ishlatadigan odamdir

Qish sovuq, oq, nilufarga o'xshash plashida keldi
Yozning quvonchlariga bo'lgan istaklarim so'nib ketdi
Menga mehribon qalbingizning iliqligini izlashim aytilgan
edi

Va bahor paydo bo'lganda, raqsga tushib, har xil gullar
bilan bezatilgan
Dalalar va tepaliklarning xushbo'y hidi bilan menga seni
sevishim aytildi, Xudoyim
Yoz keldi, mayin barglar orasida yashil ohanglarini
kuyladi, teraklarning shitirlashi va qarag'ay daraxtlarining
shitirlashi

U sizga o'qib berishimni talab qildi
Hatto yumshoq, mayin tuproq ham shoshilgan
oyoqlarimni silab turardi
Va u ulardan sizning mavjud bo'lgan muqaddas
joyingizga yaqinlashishlarini so'radi

Yumshoq xushbo'y hid menga uning yo'lidan borishimni
aytdi

Tebranayotgan atirgullar va rayhonlar qalbidagi
muqaddas ma'badingizga
Va qushlar menga senga ular kabi qo'shiq aytishimni
aytishdi

Va oqimlar va soylar ustidan to'lqinli shabada
Senga bo'lgan muhabbatim pufakchalarini uyg'otdim va
ular sening katta ko'kraging ustida o'ynay boshladilar
Va maysaning egri tolalari bilan men qanday qilib
egilishni o'rgandim

Senga ta'zim qilaman, ey Rabbim
Xushbo'y tutatqi menga sizning atiringizning ajoyib
hidini ham aytib berdi

Va qanday qilib cheksiz taxtingiz oldida yuragimni
?muqaddas hidingiz bilan to'ldirishim kerak
Va kichkina, jim, sabrli toshlar menga seni hatto mening
baxtimni o'g'irlashga urinayotganlarda ham ko'rishim uchun
aytdi

Unutilgan yillar mendan har daqiqa va soniyada o'ralgan
sevgi va mehr xabarini insoniyatga yuborishimni so'radi
Va har bir fikr menga seni uning yuragida izlashimni
aytdi

Sevgim meni siz orqali mavjud bo'lgan hamma narsani
sevishga ilhomlantirdi
Va sevgim menga pichirladi: "Meni bor kuchim bilan sev,
."ey Xudoyim

Bir safar men o't va gullar to'shagida yotdim va
tushimda mavjud bo'lgan hamma narsa go'zal va quvonchli
.ekanligini ko'rdim

Boshim baland, yashil va qalin o'tlar ustida yotardi, ular
meni yoqimli hid taratuvchi shabada bilan yelpitardi
Keyin qo'limga va tanamga tegishga majbur bo'ldim va
uning Yaratuvchisining buyukligidan hayratda qoldim. Ha,
tanamning asl mohiyatiga amin bo'lganim uchun, bir kun

kelib uni yerda qoldirishimdan hayratda qoldim. Bu tana o'lim paytida sovuq, rangpar va harakatsiz bo'lib qoladi, hozir esa u hayot bilan to'la bo'lib, yuzlab his-tuyg'ular, millionlab fikrlar va milliardlab xayollar va idroklarni o'zida .mujassam etgandek tuyuladi

Bu tana hayot boblari ochiladigan, tabassum kurtaklari gullaydigan, keyin esa muqarrar ravishda o'lim keladigan bosqichdir. Bu yerda, go'sht, suyak va qon orasida, go'zal teri niqobi ortida kasallik bo'rilari va nafs hayvonlari yashiringan. Va bu yerda ham, tana ostida, yorug'lik saltanatiga yashirin yo'l bor. Bu tana xo'jayini - ruh - uni qaytarib bo'lmaydigan tarzda tark etganda so'lib, so'nadi. Va nega? Chunki jismoniy makonning ma'rifatli xo'jayini doimiy g'amxo'rlikni talab qiladigan asab arqonlari bilan bog'langan, loyqa, maydalangan materiya kulbasida yashashdan charchaganida, u Xudoning yer yuzining biron bir burchagidagi boshqa bir uyda - quvonch hidi hamma joyda va tinimsiz tarqaladigan to'liq mavjudlik olamida taskin .topadi

O'lmas ruh abadiy tabassum bilan hayot va o'lim rolini .o'ynaydi, keyin esa abadiy uyiga jo'nab ketadi Kino tomoshabinlari spektakl tugaganidan keyin ham kinoteatrda abadiy qolishlari shartmi? Albatta yo'q. Odamlar uyga qaytishlari kerak. Xuddi shunday, ruhlar bu yerga hayotning kinematografik tomoshasidan bahramand bo'lish uchun kelishadi, keyin ketishadi va yana qaytib kelishadi. Ular filmlar va spektakllarni tomosha qilishni yaxshi ko'radilar va orzu qilgan spektakllaridan charchaganlarida va Xudo ulardan o'rganishlarini istagan saboqlarni o'zlashtirganlarida, ular abadiy saodat maskaniga bir marta .va butunlay qaytadilar

Qadriyatlar adolatga asoslanmaganida, azob-uqubat va azob-uqubatlarga olib keladigan bo'shliqlar paydo bo'ladi. Agar qadriyatlar xudbinlik, halokatli mojaro va shiddatli raqobatga asoslangan bo'lsa, natijalar bulg'angan bo'ladi,

chunki niyatlar nopokdir va bunday holatda pul baraka
.topmaydi

Inson vijdonini xudbinlikdan tozalashi va boshqalar
hisobiga o'zini boyitishga urinmasligi kerak. Haqiqiy qanoat
moddiy emas, balki ma'naviydir va hayotdagi haqiqiy yutuq
.donolik, bilim va Xudoning sevgisi xazinalariga ega bo'lishdir
Biz sodda yashashimiz va boshqalarga iloji boricha
yordam berishga va ularning ahvolini yaxshilashga
intilishimiz kerak. Ammo bu ezgu maqsad boshqalarni
.mensimasdan xudbinlik va ochko'zlik bilan mos kelmaydi
Dunyoviy odamlar muvozanatsiz va shuning uchun
muvaffaqiyatli deb hisoblanmaydi. Oddiy, muvozanatli hayot
ajoyib san'at va muvaffaqiyat belgisidir. Faqat pul topishni
maqsad qilganlar Xudoning marhamatiga sazovor
.bo'lmaydilar

To'g'ri, Xudo bizga ishlashimiz va tanamizni
ta'minlashimiz uchun ochlik tuyg'usini singdirgan, ammo
tanamizni ta'minlash hayotning yagona maqsadi emas.

Maqsad har qanday moddiy yoki vaqtinchalik
mulohazalardan ancha ulug', qanchalik ajoyib, ulug'vor va
.ko'zni qamashtiruvchi ko'rinmasin

Shogirdlardan biri ustoz Paramahansadan ilohiy
mavjudlikni qanday boshdan kechirishni so'radi. U shunday
javob berdi: "Har kecha, uxlashdan oldin, ongingiz fikrlar
dunyasini teshib o'tib, boshqa o'lchovga kirganini his
qilguningizcha meditatsiya qiling. Biroq, bu hammasi emas.
Ongni ichkariga qaratgandan so'ng, orzular paydo bo'lishi
kerak va istaklar Xudoga to'lqin kabi shoshilishi kerak.
Shogird o'zini butunlay Xudoga topshirganida, u to'satdan
Uning muborak huzuriga tegib, Uni taniganini his qiladi. U
juda yorqin nurni ko'radi va farishtalar va mehribon ruhlarni
ko'rishi mumkin. Yoki u mast qiluvchi samoviy hidni hidlashi
mumkin va shunda Xudo unga javob berganini biladi va
uning tushunchasi ochiladi va Xudo unga hayot sirlarini ochib
beradi. Yoki meditatsiya paytida u katta xotirjamlikka

o'ralgan bo'lishi mumkin. Agar u meditatsiya qilishni davom ettirsa va Xudo unga buyuk sevgisini ato etsa, u ta'riflab bo'lmaydigan ilohiy quvonchni his qiladi. Bu baxtli tajribaga ."ega bo'lgan kishi baxtlidir

Ilohiy sevgi osmon darvozasini ochadi, u orqali izlovchi

Xudoning huzuriga kiradi

Agar biror kishi marhamatli va dono Xudodan abadiy

hayot nonini so'rasa, U ularga moddiy johillik toshini bermaydi. Agar ibodat qiluvchi donolik ozuqasini izlasa, Xudo

ularga yolg'on ilonini taklif qilmaydi. Agar ibodat qiluvchi

Xudodan barcha chanqovni qondiradigan ilohiy saodat mohiyatini so'rasa, U ularga xavotir va ruhiy tushkunlik chayonini bermaydi. Agar aldangan insonlar o'z farzandlariga

yaxshi sovg'alar berishni bilsalar, barcha yaxshilik va quvonch manbai bo'lgan Rabbiiy Uni sevuvchilarga ma'naviy

!bilim va ma'rifatni qanchalik ko'p beradi

Xudo ularni izlovchilarga eng oliy donolik va eng buyuk

bilimni ato etadi va U O'zini hech qanday o'rnini bosuvchini

qabul qilmaydigan astoydil izlovchiga ato etadi. Xudoni

butun qalbi va joni bilan izlovchi donolarning eng donosi va

Xudoga eng aziz insondir. Ibodat qiluvchining sog'inchi

kuchayganda, u Xudodan noyob va sevimli javob oladi va

Sevimlini sevuvchilar boshdan kechiradigan noyob sevgi

.zavqini boshdan kechiradi

Bu kosmik tushda o'z rolini ma'naviy ong va tobora ortib

borayotgan ilohiy istak bilan o'ynaydigan dono inson Xudoga

yaqin va Unga azizdir. U sof sevgiga ega va Xudoni hech

qanday xudbin niyatlarsiz va hech qanday shartlarsiz sevadi,

masalan, "Ey Rabbim, menga sog'liq, pul va farovon hayot

.ato etishing sharti bilan Senga sajda qilaman" deyish kabi

Donolar bilan Xudo o'rtasida cheksiz va cheksiz chuqur,

o'zaro sevgi bor. Agar kimdir Xudodan aniq bir narsa so'rasa,

Xudo inson Undan ko'ra Uning in'omlariga ko'proq qiziqishini

.to'liq biladi

Inson o'z ehtiyojlarini qondirish uchun ibodat qilishi noto'g'ri emas, lekin ular Xudoni bilish va Uning ulug'vor yuzining nurini ko'rish uchun ibodat qilganda, ular bundan shaxsiy manfaat ko'zlamasliklari kerak, shuningdek, ularning fikrlari faqat in'omlarning o'zlari bilan cheklanib qolmasliklari kerak, balki Beruvchining O'ziga qaratilgan bo'lishi kerak. Izlovchi buni chin dildan qila olganda, u avtomatik ravishda saxovat bulog'i va ne'mat okeanidan boshqa barcha in'omlarni oladi

Shogirdlardan biri ustoz Paramahansadan muayyan vaziyatlarda o'zini qanday tutish va boshqalar bilan qanday munosabatda bo'lish bo'yicha maslahat so'radi va u shunday dedi

Haqiqatga ergashing va undan chetga chiqmang, sizga yoki boshqalarga zarar yetkazishi mumkin bo'lgan har qanday narsani, hatto bu haqiqat bo'lsa ham, aytishdan saqlaning, agar siz haqiqat ruhidan chetga chiqmasangiz. Shu bilan birga, siz teskari chegaraga bormasligingiz va og'riqli haqiqatlarni aytmaslik uchun yolg'on gapirishga murojaat qilmasligingiz kerak

Keraksiz narsalar haqida o'ylamasdan, o'zingizga va boshqalarga halol bo'ling. Rost gapiring va hech kimga zarar yetkazadigan yoki xafa qiladigan gaplarni aytishdan saqlaning. Barcha sirlaringizni halollik va shaffoflik nomi bilan oshkor qilmang, chunki agar siz zaif tomonlaringizni fosh qilsangiz, ular xohlagan paytda sizni xafa qilishga yoki masxara qilishga harakat qilishadi. Nega ularga sizga qarshi ?ishlatishlari mumkin bo'lgan qurol berish kerak
O'zingizga va boshqalarga baxt va xotirjamlik keltiradigan tarzda gapiring va harakat qiling

Yaxshilik keltiradigan haqiqat va ulardan kelib chiqishi mumkin bo'lgan oqibatlarni hisobga olmagan holda faktlarni aytib berish o'rtasidagi farqni bilish uchun ma'naviy idrokni rivojlantirish zarur, chunki narsalar o'z oqibatlari bilan baholanadi. Bilganlaringizning hammasini aytish tavsiya

etilmaydi, shuningdek, boshqalar o'zlari uchun bilishi kerak bo'lgan narsalar haqida yashirincha gapirish ham tavsiya etilmaydi

To'liq idrokka ega bo'lmasangiz, haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri tushunmaguningizcha va barcha uchun adolatli natijalarga erishmaguningizcha, gapirishda o'zingizni .tiyganingiz ma'qul

Xudo haqida o'ylashda davom eting va Undan yordam va yo'l-yo'riq so'rang, shunda sizning tushunchangiz ochiladi, shunda siz narsalarni aniq ko'ra olasiz va keyin yaxshiroq .ajrata olasiz

Tana hujayralarini yoshlik energiyasi bilan to'ldirish

Kosmik energiya tanaga doimiy va uzluksiz oqadi, ammo ko'pchilik odamlar bu mo'l-ko'l hayotiylikdan bexabar. Buni his qilganlar hujayralarida energiya to'lqinini va ularga yangi .kuch beradigan tetiklantiruvchi oqimni boshdan kechirishadi

Butun tabiat Olam Parvardigoriga hurmat bilan bosh egadi va Uning kuchi insoniyat orqali oqib o'tadi. Muammo insoniyat va barcha kuch manbai o'rtasida mustahkam aloqani rivojlantira olmaslikda. Biz to'g'ridan-to'g'ri ilohiy kuch bilan yashaymiz va boshqa barcha kuchlar Xudoning .qo'llab-quvvatlovchi kuchisiz foydasizdir

Oziq-ovqat, kislorod va quyosh nuri — bu elementlar bizga ma'lum darajada sog'liq berishi mumkin, ammo biz Cheksiz Manbadan to'liq sog'liqqa qanday erishishni tushunishimiz kerak. Material manbalari oxir-oqibat zaryadi tugaydigan kichik batareyalarga o'xshaydi, Cheksiz Manba esa hech qachon kamaymaydigan, ruhga doimiy ravishda hayotiylik, baxt va kuch bag'ishlaydigan qudratli generatordir. Shuning uchun, iloji boricha Cheksiz Manbaga .ishonish juda muhimdir

Xohlovchi inson bu hayotiy manbadan to'g'ridan-to'g'ri uning manbasidan foyda olishning to'g'ri yo'lini o'rganishi va fikr haqiqat ekanligini anglashi kerak, chunki barcha tabiiy

hodisalar ilohiy fikrning timsolidir, chunki Xudo bu yerni
.yaratishdan oldin u haqida o'ylagan

Ko'pchilik fikrlash tananing mahsulidir, deb hisoblashadi,
ammo tananing juda aniq shakllanishi va uning qismlari va
organlari o'rtasidagi ajoyib muvofiqlik tananing oliyjanob
.kosmik ongning yaratilishi ekanligini aniq ko'rsatadi
Aql tanani boshqaradigan asosiy elementdir va inson
uchun kasallik, zaiflik, qarish va umidsizlik kabi insoniy
kamchiliklarning ruhiy takliflaridan qochish va o'zini cheksiz
faoliyat uning ichidan oqib o'tishiga ishonch hosil qilish juda
muhimdir va bu faoliyat aql-zakovatga ega bo'lib, tana
hujayralarini sog'lomlik va yoshlik hayotiyiligi bilan
.to'ldirishga qodir

Fikr - bu har bir tirik hujayraning miyasi, his-tuyg'ulari va
sezgilari; u tanani faol va hushyor yoki sust va sust holda
ushlab turish qudratiga ega. Fikr xo'jayin, tananing
hujayralari esa uning bo'ysunuvchilari bo'lib, o'zlarining oliy
.xo'jayini - fikrning buyruqlari va taqiqlariga bo'ysunadilar
Biz har kuni iste'mol qiladigan ovqat sifatiga katta
e'tibor beramiz va shunga o'xshash tarzda har kuni
ongimizga beradigan intellektual va psixologik ovqat sifatiga
.ham e'tibor berishimiz kerak

Metafizik olimning ta'kidlashicha, tana elektromagnit
to'lqin emas, balki ilohiy ong dengizida suzib yurgan ong
.to'lqinidir

Biz har kuni jismoniy kuchimizni mustahkamlashimiz,
aqliy kuchimizni oshirishimiz va meditatsiya, sog'lom fikrlash
va tana, ong va ruhga birgalikda foyda keltiradigan ijobiy,
.samarali ish orqali o'zimizni anglashimiz kerak
Xudo menga umrimning shu uzoq yillari davomida baxt
ato etdi. Odamlar yuzimdagi mamnuniyat tabassumini
ko'rishadimi yoki yo'qmi, ilohiy quvonch doim men bilan va
meni hech qachon tark etmaydi. Baxtning buyuk daryosi
ongim qumlari ostida uzluksiz oqadi va hayotim bog'larini
.sug'oradigan muborak buloqlar kabi otilib chiqadi

Hayotning to'satdan o'zgarishi mening xotirjamligimni
buzolmaydi, o'lim arvohi ham men his qilayotgan ma'naviy
.baxtni tortib ololmaydi

Bu holatni doimiy va o'zgarmas qilish qiyin edi, lekin
men hozir zavqlanayotgan va boshqalar bilan baham
ko'rayotgan ruhning mevalari bunga sarflagan barcha sa'y-
.harakatlarimga arziydi

Men ilohiy ruh tomonidan boshqarilgan deb o'ylayman
va harakat qilaman. Pul hech qachon hayotimdagi maqsadim
bo'lmagan, balki insoniyatdagi birodar-opa-singillarimga
xizmat qilish bo'lgan. Shuning uchun Xudo o'zimni ta'minlash
va vazifamni bajarish uchun menga ko'plab yaxshilik
eshiklarini ochdi. Va menga yordam kerak bo'lganda, Xudo
.uni darhol beradi

Mening yagona istagim sizga xizmat qilish va shuning
uchun men bu yerdaman

Xudoning kuchi sizning hayotingizda ham ishlaydi.

Imoningiz mustahkamlanganda va haqiqiy boylik moddiy
muvaffaqiyatdan emas, balki Qodir Tangridan kelishini
.anglaganingizda, bu haqiqatni o'zingiz boshdan kechirasiz

Hayot oldindan aytib bo'lmaydigan, injiq va sirli,
shubhalar, har xil muammolar va g'alayonlarga to'la bo'lib
tuyulsa-da, biz Xudoning doimiy himoyasida qolamiz. Biz
vaziyatni bo'rttirib ko'rsatmasligimiz yoki voqealar oldida
xotirjamligimizni yo'qotmasligimiz kerak, chunki agar vahima
bizni bosib olishiga yo'l qo'ysak, yovuzlikka kuch beramiz va
uning ildizlarini chuqurlashtiramiz, ular qo'rquv va xavotir
.tuprog'ida o'sadi va gullab-yashnaydi

Hayot sinovlarida abadiy baxt va xotirjamlikni topishni
kutmasligimiz kerak; aksincha, ularni o'zimizda izlashimiz va
kashf etishimiz kerak. Keyin, qanday tajribalarni boshdan
kechirsak ham, biz ularga boshqa birovning tajribalarini
filmda tomosha qilganimiz kabi munosabatda bo'lamiz, xoh
.yoqimli, xoh og'riqli bo'lsin

Inson o'z ongiga yo'l qo'ysa, barcha tajribalarini og'riqli, baxtsiz sinovlarga aylantirishi mumkin. Ular sog'lig'i yaxshi bo'lishi mumkin, ammo uning qadrini anglay olmaydilar. Ammo agar ular kasal bo'lib qolishsa, o'zlarini kamtar tutib, farovonlik ne'matini qadrlashadi. Biz Xudoning marhamatini tan olishimiz va bizga bergan ne'matlari uchun Unga minnatdorchilik bildirishimiz kerak, buning uchun noqulay vaziyatlar bizni minnatdor qilishini va Uning marhamatini tan .olishini kutmasdan

Hayot mulohaza va harakatlarning uyg'unligi bo'lishi kerak. Inson psixologik muvozanatini yo'qotganda, u tashvishlar, qayg'u bulutlari va og'riq azoblariga moyil bo'lib qoladi. Agar ular sog'liq, farovonlik va donolik qonunlarini buzishga harakat qilsalar, muqarrar ravishda kasallik, .qashshoqlik va johillikdan aziyat chekishadi

Biz niyatlarimizni pok, niyatlarimizni toza saqlashimiz va xotirjamlik keltiradigan tarzda harakat qilishimiz, hayot sharoitlari tinchligimizni buzishi va baxtimizni barbod .qilishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak

shuningdek, aql-idrokimizni mustahkamlang va yillar va avlodlardan meros bo'lib o'tgan intellektual va axloqiy zaiflik yukini rad eting. Bu iflosliklar yangilangan qat'iyat va samarali harakatlar olovida yoqib yuborilishi kerak. Ushbu konstruktiv yondashuv bilan chinakam fidoyi shaxs ozodlik .va erkinlik ufqlariga yetib borishi mumkin

Baxtning abadiy qonunlari

Aytishlaricha, Hindistonning solih hukmdorlaridan birining oltin davrida uning qirolligining tinchligi va to'liq uyg'unligini buzadigan biron bir voqea, bevaqt o'lim yoki .tabiiy ofatlar sodir bo'lmagan

Oila a'zolari yanada halollik bilan yashasalar, har bir uyda ko'proq uyg'unlik, sog'liq va mehr-muhabbat bo'ladi.

Ammo oila a'zolari bir-biriga xudbinlik bilan munosabatda bo'lishsa, uy avtomatik ravishda nizo va nafratga to'ladi. Bu xalqlarga ham tegishli. Odamlar halollik va halollik bilan

yashasalar, ular Yer yuzida Xudoning Shohligiga guvoh
.bo'ladilar

Vaqt qisqa Bugun biz shu yerdamiz, ertaga ketamiz

Xudoni izlash insoniyatning eng oliy imtiyozidir Biz bu
hayotda Xudo bizga bergan erkinlikdan maksimal darajada
foydalanishimiz va undan oqilona foydalanishimiz kerak, toki
biz abadiy ma'naviy haqiqatlarni shaxsan boshdan
.kechirishimiz mumkin

Gunoh - bu inson uchun azob va azob-uqubatlarga
sabab bo'ladigan hamma narsa. Fazilat uni abadiy baxtli
qiladigan narsadir. Agar insonning fikrlari va ichki
xotirjamligida ma'naviy uyg'unlik bo'lmasa, yangi uy, yangi
mashina yoki boshqa biron bir yangi narsa uning qalbiga
baxt va xotirjamlik keltira olmaydi; aksincha, ularning ichki
azobi, hatto o'sha yangi narsalarni va boshqa narsalarni
.sotib olgandan keyin ham saqlanib qoladi

Haqiqiy baxt sharoitlarga qarshi turish va barcha tashqi
sinovlarga dosh berish qobiliyatidadir. Bu siz boshqalarning
sizga zarar yetkazish va tuzoqqa ilintirishga qaratilgan
xurofotlari va yomon niyatli urinishlari tufayli yuzaga
keladigan azobli og'riq va qattiq qiyinchiliklarga dosh bera
olsangiz va ularning gunohlariga sevgi va kechirim bilan
javob bersangiz, tashqi sharoitlarning og'riqli azoblariga
qaramay, xotirjamligingizni saqlay olsangiz, baxtni tatib
.ko'rasiz

Muqaddas Yozuvlarda ilohiy amrlarni mensimay,
ahmoqona istaklari va injiqliklariga ergashganlar baxt topa
olmaydilar va o'zlarining asosiy maqsadlariga erisha
olmaydilar, deyilgan. Ular haqiqat izlovchilarni Muqaddas
Yozuvlarni nima qilish kerakligi va nimadan qochish
kerakligini aniqlashda o'zlarining yo'l boshchi nuri va hakami
qilishga, masalalarni ajratib ko'rsatishga va donolikka
.muvofiq harakat qilishga undaydilar
O'ziga ishonganlar halollik bilan harakat qiladiganlardir.
Baxt faqat sof fikrlar va to'g'ri harakatlardan keladi. Agar siz

hozir baxtli bo'lsangiz, kelajakda ham bu dunyoda, ham
.keyingi dunyoda baxtli bo'lasiz

Mavjud imkoniyatlar quyoshi porlab turgan paytda biz
donolik mevalarini yig'ib, omad hosilini to'plashimiz kerak.

Boshqacha qilib aytganda, juda kech bo'lmasdan oldin
.imkoniyatlardan foydalanishimiz kerak

agar imkoniyatdan Fursatdan foydalaning, chunki)

(foydalanmasangiz, bu pushaymonlikka aylanadi

Xudo bizga amrlar deb nomlangan ma'naviy qonunlarni
bergan. Ammo bu amrlar har kuni va hamma joyda e'tiborsiz
qoldiriladi va buziladi. Agar odamlar ularning ma'naviy

ma'nosini tushunmasalar, ular doimo ulardan shikoyat
qiladilar va ulardan yuz o'giradilar. Bu amrlar barcha Ibrohim
dinlari tomonidan qo'llab-quvvatlanadigan abadiy xulq-atvor

qoidalaridir. Biroq, matnlar ko'pincha bu amrlarning
psixologik jihatlarini va ularga rioya qilish bilan bog'liq
foydalarni tushuntirib bermaydi. Odamlar bu amrlarni ibodat

joylarida qabul qilishadi, lekin ulardan tashqarida ularga
rioya qilishmaydi va buni bu qoidalar amaliy emas, mantiqsiz
va zamon bilan hamnafas ekanligini da'vo qilish bilan

oqlashadi. Biroq, bu amrlarning buzilishi dunyodagi barcha
.baxtsizliklarning asosiy sababidir

Lekin bu amrlarning foydasi nimada va ularning

?afzalliklari qayerda

Muqaddas kitoblar insonga Xudo haqida o'ylashni, ongini

Unga bag'ishlashni, barcha ishlarni Unga topshirishni va

Unga riyokorlik bilan aralashmagan va da'vogarlik bilan

bulg'anmagan holda chin dildan ibodat qilishni maslahat

.beradi

Xudoni bilish hayotning asosiy maqsadi bo'lishi kerak.

Dunyoviy burchlarni Xudo insoniyatga bergan kuchsiz bajarib

bo'lmaydi. Xudoni unutib, oddiy burchlarni bajarish xato va

.gunohdir

Gunoh johillikni anglatadi: insonning eng katta

yaxshiligiga zid bo'lgan tarzda harakat qilish

Nima uchun odamlar qayg'u va pushaymonlikni his qilishadi? Chunki ular to'g'ri yo'l tutishmadi, chunki Xudo .ularning qalbida birinchi o'rinda turmadi Inson hayotida hech narsa Xudodan muhimroq deb hisoblanmasligi kerak. Agar inson chinakam Xudoga g'amxo'rlik qilsa va Unga nisbatan ruhiy burchini bajarsa, uning ahvoli har jihatdan yaxshilanadi va atrofdagi barcha sharoitlarga qaramay, ular o'zlarini xavfsiz va xotirjam his .qiladilar

Inson Xudodan boshqa mol-mulk, pul, shon-shuhrat yoki boshqa biror narsaga sig'ina boshlagan zahoti, baxtsizlik ularning taqdiriga aylanadi. Barcha e'tiborini shu narsalarga qaratganlar aslida ularga sig'inadilar va shuning uchun ular Xudoga yaqinlashmaydilar, balki Undan uzoqlashadilar. Lekin Xudoni o'ylaydigan, U haqida mulohaza yuritadigan va qalblarida U bilan muloqot qiladiganlar Unga yaqinlashadilar .va U bilan jimgina muloqotda ichki quvonchni his qiladilar Faqatgina Xudo insonning orzularini va abadiy baxtga bo'lgan umidlarini ro'yobga chiqarishga qodir. Shuning uchun, qalbdagi Xudoning o'rnini hech narsa egallashiga yo'l .qo'yilmasligi kerak

Izlovchiga Xudoni eslab qolishga va Unga yaqinlashishga yordam beradigan muqaddas ramzlar mavjud. Biroq, agar inson bu ramzlarga sig'inishni boshlasa, ularning zarari foydasidan ustun bo'ladi. Ibodat faqat Xudoga qaratilgan bo'lishi kerak, chunki boshqa hech narsa ibodatga loyiq .emas

Ritualistik ibodatning tabiati qanday bo'lishidan qat'i nazar, ibodat qiluvchi uni ma'naviy ong va Unga intilish bilan bajarsa, u Xudoga ma'qul bo'ladi. Biroq, ko'p odamlar ibodatning mohiyatini tushunmaydilar va ularning fikrlari va qalblari Xudodan marosimlarga chalg'iydi, shuning uchun .ibodatlaridan ko'p foyda ko'rmaydilar Haqiqiy topinuvchilar o'z onglarini biron bir tasvir yoki shakl bilan cheklab qo'yishga yo'l qo'ymaydilar, balki ular

barcha tasvirlar va shakllar ortidagi ilohiy ruhga eng chuqur
.sevgi va to'liq e'tibor bilan e'tibor qaratadilar
Xudo mutlaq va cheksizdir, va hech qanday tasvir yoki
haykal Uni sig'dira olmaydi

Xudo Uni chin dildan sevadigan va U bilan uyg'unlikda
bo'lgan har bir kishida o'zini namoyon qiladi, deyish mumkin,
chunki U hamma joyda mavjud va shuning uchun hammada
mavjud. Biroq, hamma ham ilohiy mavjudlikni namoyon qila
olmaydi. Quyosh ko'mirga ham, olmosga ham bir xil
darajada porlaydi, lekin olmos quyosh nurini qabul qiladi va
aks ettiradi, ko'mir esa aks ettira olmaydi. Xuddi shunday,
barcha odamlar Xudoning nuriga cho'mgan, ammo bu nurni
qabul qila oladigan va uni o'z fikrlari va harakatlarida aks
ettira oladiganlar oz. Buning uchun ular meditatsiya orqali va
ilohiy ta'limotlar va amrlarga amal qilish orqali o'zlarini
.poklashlari kerak

Biz Xudoning ismini talaffuz qilganimizda, nima
deyayotganimizni chuqur va chin dildan anglashimiz kerak.

Agar siz ibodat paytida odamlarning fikrlariga nazar
tashlasangiz, ko'pchilik Xudodan boshqa hamma narsani
o'ylayotganini ko'rasiz, garchi ular Uning ismini tilga olsalar
.ham! Bunday ibodat samarasiz va befoydadir

Ibodat qilganimizda, fikrlarimizni chalg'itib, shunchaki

Uning muborak ismini takrorlash o'rniga, butun ongimizni
Xudoga qaratishga harakat qilishimiz kerak. Xolalarimdan
biri ibodatlarini kamdan-kam hollarda qo'lidan tushadigan
ibodat munchoqlariga o'qirdi. Lekin u bir kuni menga qirq yil
davomida bu ibodat odatini amalda qo'llaganiga qaramay,
Xudo uning ibodatlariga javob bermaganini tan oldi. Buning
ajablanarli joyi yo'q! Uning "ibodatlari" asabiy odatdan
.boshqa narsa emas edi

Ibodat qilganimizda, faqat Alloh haqida o'ylamasligimiz

kerak. Ibodatimizda samimiyatli va iltijolarimizda fidoyi
bo'lishga intilishimiz kerak. Duo munchoqlaridan foydalanish
va Xudoning ismini doimo tilga olish, agar bu amaliyot

qalbdan kelib chiqsa va samimiylik va diqqat markazida bo'lgan ong bilan qo'llab-quvvatlansa, juda maqbuldir. Biroq, bu amaliyot vaqt o'tishi bilan avtomatik bo'lib qolishi .mumkin

Biz Xudoning ismini qalbimizda, sog'inch va ilohiy sevgi tasbehi ostida pichirlashimiz kerak; bu Xudoning qalbiga ta'sir qiladigan haqiqiy ibodatdir. Xudoning ismini sovuqqonlik va adashgan ong bilan tilga olish kufr va hurmatsizlikdir. Ibodat qilganda, qalb va ong Xudoning sevgisi bilan to'lishi kerak. Yuqori yogik mashqlari orqali aqliy diqqatni jamlash bizga shon-sharaf va ulug'vorlikning oliy manbai bo'lgan Xudoga yaqinlashishga yordam beradi, shuningdek, U bilan fikr yuritish va muloqot qilishimizga .yordam beradi

Haftada bir kunni (iloji bo'lsa) Xudo haqida tafakkur qilish va xotirjamlik, xotirjamlik va ichki xotirjamlikni his qilish uchun ma'naviy chekinishga bag'ishlash juda muhimdir. Shu tarzda o'tkazilgan vaqt haftaning qolgan qismida duch keladigan tashvish va tashvishlar uchun .tinchlantiruvchi balzam bo'ladi

Har bir inson hissiy jarohatlari va og'riqlarini davolash uchun har hafta bir kunni yolg'izlikda yoki "ma'naviy chekinish"da o'tkazishi kerak. O'sha kun tinchlik, quvonch va mamnuniyatga aylanganda, siz uni haftama-hafta intiqlik .bilan kutasiz

Yolg'izlik - bu buyuklikning narxi. Ushbu ruhiy chekinish va ruhingiz va Xudo bilan bog'lanish orqali ongingiz, tanangiz va ruhingiz uchun erishiladigan ajoyib natijalar sizni hayratda qoldiradi. Agar siz chinakam baxtga intilsangiz, uyg'onganingizda erta tongda va kechasi uxlashdan oldin .ilohiy tinchlik okeaniga sho'ng'ishingiz kerak

Hindiston donishmandlari faqat bir kun yolg'izlikni emas, balki har kuni to'rtta aniq vaqtda tinch meditatsiya qilish zarurligini ta'kidlashadi. Tong otganda, uyg'onishdan va kimdir bilan uchrashishdan oldin, xotirjamlik va

xotirjamlikdan bahramand bo'lish kerak. Peshinda tushlikdan
oldin ongni tinchlantirish va kechki ovqatdan oldin yana bir
bor xotirjamlikdan bahramand bo'lish kerak. Nihoyat, kechasi
.yotishdan oldin yana tinchlik holatiga kirish kerak
Yolg'izlik paytida va ushbu to'rt kunlik davrda sukutni
astoydil saqlaganlar Xudo bilan uyg'unlikni his qilishlari
shart. Bu davrlarning barchasiga rioya qila olmaydiganlar
hech bo'lmaganda ertalab va kechqurun vaqtlarini
bag'ishlashlari kerak. Shunday qilib, ularning hayoti yaxshi
tomonga o'zgaradi va ular baxtni his qilishadi; tajriba eng
yaxshi dalildir

Agar siz bank hisobingizni qoplash uchun yetarli mablag'
kiritmasdan cheklar yozishda va imzolashda davom etsangiz,
pulingiz tugab qoladi. Xuddi shu narsa hayotingizga ham
tegishli. Hayotiy hisobingizga muntazam ravishda tinchlik
kiritmasangiz, energiyangiz tugaydi, xotirjamligingiz
yo'qoladi va baxtingiz yo'qoladi. Xulosa qilib aytganda, siz
oxir-oqibat hissiy, ruhiy, jismoniy va ma'naviy bankrotlikka
duchor bo'lasiz. Ammo Xudo haqida chuqur kundalik
.mulohaza yuritish qalbingizdagi kamchiliklarni qoplaydi
Dindor izlovchi har kuni meditatsiya qiladi, qalbidagi
barcha sevgi va sog'inch bilan Xudo bilan muloqot qiladi,
Undan O'zini ochib berishini yolvoradi. Agar siz Xudoning
sevgilisi bo'lsangiz va Uning huzurini his qilishni istasangiz,
ongingiz va tanangizni Uning tinchligiga cho'mdirishingiz
kerak, shunda hayot sizga tabassum qiladi va ishlaringiz ko'p
jihatdan yaxshilanadi. Xotirjam odam kamdan-kam hollarda
xato qiladi va minglab odamlar muvaffaqiyatsizlikka
.uchragan joyda muvaffaqiyatga erishadi
Xudo haqida o'ylamaydigan yoki Unga ahamiyat
bermaydiganlar tushkunlikka tushib, baxtsiz bo'lishadi. Ular
.asabiylashadi va yurish mashinalariga aylanadilar
Agar siz ruhiy kuch sarflab, qalbingizda Xudoga birinchi
o'rinni bersangiz, donolik va tinchlik quyoshi xotirjamlik

osmonida ko'tariladi va sizning borlig'ingizni shifobaxsh
.nurlari bilan qoplaydi

Tafakkur kuni, shuningdek, ruhiy va jismoniy dam olish
va ichki xotirjamlikni rivojlantirish kuni bo'lishi kerak. Donolik
va xotirjamlik keltiradigan har qanday faoliyat o'sha kuni
.muborak faoliyatdir

Ota-onani hurmat qilish haqida muqaddas kitoblarda
ularga yaxshi muomala qilish tavsiya etilgan: "Ota-onangizni
."hurmat qiling" va "Ota-onangizga mehribon bo'ling
Inson ota-onalari Xudoning vakillari sifatida hurmat
qilinishi kerak, chunki U ularga insoniyatni yaratish in'omini
bergan. Ona Xudoning sof sevgisining timsolidir, chunki
mehribon ona boshqa hech kim kechirmaydigan joyni
kechiradi. Ota Xudoning donoligi va farzandlari uchun
.himoyasining namoyonidir

Inson ota-onasini Xudodan tashqari emas, balki bu
sevgining ifodasi sifatida sevishi kerak. Himoyachi va dono.
Oliy ilohiy ruh bolaga yordam berish uchun ota va onaga
aylanadi, shuning uchun uni ota-onalar hurmat qilishlari
.kerak

Muqaddas Kitob bizga o'ldirish uchun o'ldirmaslikni ham
maslahat beradi, chunki u holda odam qotilga aylanadi.
Inson kuchli his-tuyg'ular paytida boshqa birovning hayotiga
zomin bo'lmasligi kerak. Biroq, agar yaqinlaringizga tahdid
solinsa, Xudo ularga ishonib topshirganlarni himoya qilish
uchun kurashish kerak, chunki oila va vatanni himoya qilish
.muqaddas burchdir

Zinoga qarshi taqiqqa kelsak, jinsiy birlikning ideal
maqsadi Xudoning suratida yaratilgan bolalarni tug'ish va
bir-birida Xudoni ko'rgan er-xotinlar his qiladigan sof
sevgining ifodasi bo'lishi kerak. Faqat jismoniy darajada
yashaydiganlar, haqiqiy sevgiga yoki jinsiy istakning
yaratilish maqsadiga ahamiyat bermasdan, ushbu amrga
muvofiq zino qiladilar. Bu holda, ular jinsiy istaklarini

qondiradigan va keyin o'z yo'llarida davom etadigan
.hayvonlardan farq qilmaydi

Xudo erkaklar va ayollarda oilaviy hayotda chinakam
o'zaro sevgini tug'ish va ifoda etish uchun bu ijodiy istakni
yaratdi va uni boshqa yo'l bilan noto'g'ri ishlatmaslik kerak,
.aksincha, muqaddas faoliyat va bilimga aylantirish kerak

Agar siz o'zingizning jinsiy kuchingizni nazorat qila
olsangiz va taqsimlay olsangiz, yozish, chizish yoki yashirin
iste'dodlarni boshqa ko'plab usullar bilan ochib berish uchun
.ajoyib aqliy qobiliyatlarni rivojlantira olasiz

Va nihoyat ijodiy faoliyatni nazorat qila va ma'naviy
jihatdan o'zgartira olganingizda, siz buyuk tinchlik, buyuk
sevgi va ortib borayotgan ma'naviy quvonchni boshdan
.kechirasiz

Jinsiy faoliyatini ma'naviy jihatdan o'zgartirgan avliyolar
va ruhiy yetakchilar dunyoda va haqiqatni ezoterik izlashda
hayratlanarli va hayratlanarli ishlarni bajarishga qodir
.bo'lgan ulkan shaxslardir

Shunday qilib, jinsiy istakdan eng yuqori darajada
foydalanish uning kuchini oshirish, ya'ni donolik, yuksak
g'oyalar va ma'naviy ideallarni namoyon etish uchun uning
energiyasini yuqori maqsadga yo'naltirishdir. Jinsiy fikrlardan
zavqlanmaslik yoki taqiqlangan narsani xohlamaslik kerak.
Bunday o'zini tuta bilishga erishilganda, jinsiy aloqa va uning
.oliy maqsadi haqida sog'lom nuqtai nazarga ega bo'ladi

Jinsiy masalalarga qul bo'lish sog'liqni, o'zini tuta
bilishni, intellektual xotirjamlikni va qisqasi, insonga kerak
.bo'lgan barcha baxt elementlarini yo'qotishni anglatadi
Muqaddas kitoblar bizni o'g'irlik qilmaslikka undaydi.

Agar ming kishidan iborat guruh bir-biridan o'g'irlik qilsa, har
birining 999 ta dushmani bo'ladi. Shuning uchun,
boshqalarning huquqlarini buzmaslik, ularning yerini,
tinchligini, sevgisini, qadr-qimmatini yoki ularning biron bir
moddiy yoki ma'naviy boyligini tortib olmaslik kerak. Agar
o'zingizniki bo'lmagan narsani olish istagini his qilmasangiz,

sizga kerak bo'lgan narsa yoki xohish sizga keladi. O'g'irlik
birinchi navbatda ongda paydo bo'ladi. Inson boshqalarga
hasad qila boshlaganda. Yomon niyatlarning urug'lari ongdan
sug'urib olinishi kerak. Ma'naviy altruizm - bu shunday yo'l.
Shunda inson tabiiy ravishda mo'l-ko'lchilikni jalb qiladi va
ularga bilgan va bilmagan manbalaridan ne'matlar oqib
keladi. Bu xatosiz ilohiy qonun. O'g'rilar va xudbin odamlarga
kelsak, ular hayotlarini moddiy boylik ortidan quvib
o'tkazadilar, ko'zlari doimo boshqalarda bor narsaga
qaraydilar, hatto o'z xazinalari oltin bilan to'lib toshgan
.bo'lsa ham

Moddiy xudbinlikdan voz kechilmaguncha, dunyo baxtni
bila olmaydi

Baxt faqat ma'naviy hamkorlik orqali keladi. Bu inson
boshqalarning ehtiyojlarini o'zinikidek his qilganda va
.boshqalar uchun o'zi uchun ishlaganidek ishlaydi

Yana bir muhim amr - yolg'on guvohlik berishdan
saqlanish. Haqiqatni buzib ko'rsatish orqali kimgadir zarar
yetkazish ijtimoiy uyg'unlikni buzishning yana bir usuli
hisoblanadi. Agar kimdir yaxshi munosabatda bo'lishini
istasa, boshqalarga ham shunga yarasha munosabatda
.bo'lishi kerak

Haqiqat har doim aytilishi kerak, lekin haqiqatni aytish
bilan shunchaki faktlarni aytib berish o'rtasida farq bo'lishi
kerak. Kimdirni cho'loq yoki ko'r deb atash og'riqli va
foydasiz; boshqalarning his-tuyg'ularini inobatga olish va
ularni uyaltirishdan qochish kerak. Xuddi shunday, ezgu
maqsadsiz kimgadir xiyonat qilishi mumkin bo'lgan haqiqatni
oshkor qilish ham noto'g'ri. Boshqa tomondan, haqiqatni
aytmaslik uchun yolg'on gapirmaslik kerak; aksincha,
boshqalarni uyaltirish yoki ularga zarar yetkazmaslik uchun
.ba'zi vaziyatlarda jim turish mumkin

Inson qalb xotirjamligini kemiradigan halokatli kasallik
bo'lgan hasaddan ehtiyot bo'lishi kerak. Inson boshqalarga
tegishli narsalarga qanchalik ko'p qiziqsa, uning baxtsizligi

va baxtsizligi shunchalik kuchayadi. Hasadgo'y odam tinchlikning ta'mini bilmasdan, muammoli hayot kechiradi. Ular o'zlarini hurmat qilishlari, o'zlariga ishonishlari va ichki .ma'naviy boylik izlashlari ancha yaxshi

Insonning qadr-qimmati va ichki qadr-qimmati ular xohlagan yoki egallashni istagan har qanday narsadan ancha yuqori. Xudo har bir insonda boshqa hech bir insonda namoyon bo'lmaydigan tarzda namoyon bo'ladi. Ularning yuzi boshqa hech bir insonnikiga o'xshamaydi va ularning ruhi boshqa hech bir insonnikiga o'xshamaydi, chunki ular ichida barcha yaratilishning eng buyuk xazinasini yotadi va bu .eng buyuk xazina Xudodir

Biz o'tmish bilan bog'liq emasmiz

Inson to'g'ri iymonga ega bo'lib, shunga muvofiq harakat qilsa, u iymonsiz va hayot jangida o'z burchlarini .bajarmaydiganlardan ko'ra baxtliroqdir

Sog'lom imon va solih amal (ezgu niyatlar va yaxshi niyatlar bilan qo'llab-quvvatlanadi) baxt bor joyda doimo mavjud bo'ladi va baxt yo'q joyda yo'qoladi. Bundan xulosa qilishimiz mumkinki, ular baxtning ikkita muhim sharti bo'lib, ularsiz ularga erishib bo'lmaydi. Baxtni istaganlar faqat uning poydevori va ustunlari bo'lgan ushbu ikkita asosiy .elementga ega bo'lishlari kerak

Insonlar koinotning cheksiz tarkibiy qismlarini — xohishiga ko'ra — nazorat qila olmaydi, shuningdek, ularni o'zgartira yoki yo'q qila olmaydi. Bu komponentlar inson hayotining matosi bilan chambarchas bog'liq va odamlar ulardan alohida faoliyat yurita olmaydi. Biroq, ular bu komponentlarga moslashish uchun onglarini boshqarishlari .mumkin

Unga zarar yetkazmang

Ota-bobolarimiz bizdan baxtliroq edilar, chunki ular hozirgi bizdan ko'ra ko'proq dunyoviy narsalar va zavqlarga ega edilar yoki hayot muammolariga kamroq duch kelganlari

uchun emas, balki ularga tasalli, xotirjamlik, qoniqish va .qisqasi, baxt keltiradigan psixologik muvozanatga ega edilar
Ular baxt uchun tashqi sharoitlarga bog'liq emas edilar,

shuningdek, ularni baxtdan mahrum qiladigan tashqi sharoitlarga ham berilishmadi. Ularning qulaylik, xotirjamlik,

baxt va qoniqish hissi tabiiy, normal, sog'lom va uzoq muddatli edi. Agar biz baxtga ega bo'lishni istasak, biz ham bu his-tuyg'ularni rivojlantirishimiz kerak. Va oramizda kim
?bunday qilmaydi

Taqdir - bu o'tmishdagi iroda erkinligi yoki tanlov

erkinligi natijasidir. O'tmishdagi iroda erkinligi amaliyotlarimiz orqali biz o'zimizga taqdir va taqdirni olib keldik va olib kelmoqdamiz. Biroq, biz o'tmish bilan bog'liq emasmiz va harakatlarimiz oqibatlari bilan abadiy cheklanib

qolmaymiz. Agar xohlasak va yo'limizni to'g'rilashga va hosilimiz sifatini yaxshilashga intilsak, ekanlarimizni yo'q qilishimiz va yozganlarimizni o'chirishimiz mumkin. Agar biz og'riqli oqibatlarga olib keladigan harakatlarning urug'larini yo'q qilsak va ularning o'rniga ruh tabiatiga ko'proq mos keladigan urug'larni eksak, biz, albatta, ruh tuprog'iga ekilgan yaxshi urug'lardan baxt mevalarini yig'ib olamiz.

Agar biz ko'proq baxtga erishmoqchi bo'lsak yoki azob-uqubat va og'riqni kamaytirmoqchi bo'lsak, ertaga emas, .balki hozir, hozir erkin irodadan foydalanishimiz kerak

Shuning uchun, baxtning shartlari insonning o'zida yotadi va u shunchaki xato qilmaydigan tenglama bilan jiddiy shug'ullanishi kerak va agar u eng yaxshi baho berib, unga amal qilsa, natijalar uning foydasiga bo'ladi. Lekin kuchli irodaga ega bo'lgan odam Xudo bilan uyg'unlikda bo'ladi

Konsentrlangan ong energiyasi

Quyosh nurini jamlaganingizda, kattalashtiruvchi linzani

kichkina nuqtaga qaratib, u issiqlik hosil qiladi va bu issiqlik yog'ochni yoqib yuborishi mumkin. Mato, qog'oz va boshqalar. Xuddi shunday, ongingizni diqqat bilan

jamlaganingizda, uning jamlangan energiyasi barcha muvaffaqiyatsizliklarning sababi bo'lgan shubhalarning yomonliklari va ildizlarini yoqish va donolik nurini yorqinlik va .nur bilan porlashi uchun

Fikr barcha yaxshiliklarning manbai va barcha muborak kuchlarning kelib chiqishi bo'lgan Xudo bilan uyg'un bo'lganda, u ilohiy mavjudlikni anglaydi va muvaffaqiyatning barcha elementlariga ega bo'ladi. Bu elementlar har qanday sohada muvaffaqiyat uchun yangi sabablar yaratishga qodir .bo'lgan Xudoning ulkan kuchi bilan chambarchas bog'liq Xudo xayrli ishlar va xayriya ishlariga muvaffaqiyat keltirsin

Muammolar va qiyinchiliklar insonning ma'lum bir vaqtda va joyda sodir etilgan o'tmishdagi harakatlardan bexabarligidan kelib chiqadi. Ularning hozirgi azob-uqubatlari ularning ong tuprog'ida ildiz otgan, o'simlikka aylanib, o'sha fikrlar va harakatlarning o'ziga xos xususiyatlarini aks ettiruvchi mevalarni bergan fikrlari va ishlaridan kelib .chiqadi

Kosmosda millionlab mil uzoqlikdagi quyoshga qarasangiz, bu ulkan yulduz bizning Yerimizdan ancha kichikroq ko'rinadi. Shunga qaramay, Yerning diametri taxminan 7900 milni, Quyoshning diametri esa yuz baravar katta. Agar siz sayyoramiz Yerni to'g'ridan-to'g'ri quyoshning oldiga qo'ysangiz, u unga nisbatan kichik bir nuqta bo'lib ko'rinadi. Quyoshning ulkan maydoni kengayib borayotganini tasavvur qiling, uning ulkan massasi butun moviy osmonni qamrab olguncha. Biz ko'rib turgan osmon koinotni qamrab olgan cheksiz makonning kichik bir bo'lagi, shunchaki bir zarrasi. Quyosh cheksizlikka kengayishda davom etsa ham, u baribir cheksizni qamrab ololmaydi. Kichiklik va cheksizlikning bu kosmik illyuziyasi ongning koinotning kengligini, uning kelib chiqishini va chegaralarini anglash .qobiliyatini cheklaydi

O'lchov va o'lchovlarga bo'ysunmaydigan, chegarasi va
kelib chiqishi bo'lmagan Zot - bu hamma joyda mavjud
bo'lgan va kosmosning eng chekka nuqtalarida mavjud
bo'lgan Xudodir. U sizning ichingizda va mening ichimda
bo'lgani kabi, uzoq, olis yulduzlarda ham mavjud va U
egallagan har bir makondan, qanchalik kichik yoki katta
bo'lishidan qat'i nazar, ongli ravishda xabardor. "Insonning
.asosiy maqsadi" kitobidan

Duolar

Ey Xudoyim

Qo'limni zulmatdan yorug'likka olib boring

O kosmik sukunat

Men sizning ovozingizni soylarning shovqinida va

bulbullarning chirqirashida eshitaman

Shamolning faryodida, to'lqinlarning gumburlashida va

tebranishlarning momaqaldiroq sadosida

Ey aziz Rabbim

Men senga so'zlar bilan emas, balki seni sog'inib

yonayotgan yurakning sog'inchi bilan sajda qilaman

Keng maydoningizni ko'rishga ijozat bering

Hamma narsaning orqasida sizning doimiy

mavjudligingiz

Balki men abadiy o'zgarmas mavjudligingizning bir qismi

ekanligimni anglab yetarman

Oh, toshib ketgan okean

Qani endi orzularimning o'ralgan daryolari to'siqlar va

to'siqlar cho'llaridan oqib o'tsa edi

Nihoyat, sizning eng katta tartibsizliklaringiz birlashdi

Ovozingizni tinglashga yordam bering, ey Rabbim

Koinot tebranishi paydo bo'lgan kosmik tovush

Muborak ovoz orqali Sening huzuringni sezishimga ijozat

ber (Om - Omin)

Barcha muborak ovozlari uchun muqaddas kuy

Borliq simfoniya uchun tinglar ekanman, xabardorligimni

kengaytiraman

Meni kosmik okean kabi his qilaylik
Va tananing to'liqinli harakatlari uning ko'kragida raqsga
tushmoqda

Eng muqaddas ovoz ichimda aks-sado bersin
Tanamdan koinotgacha xabardorligimni kengaytirish
Men abadiy, hamma narsani qamrab oluvchi baxtni his
qilsam mayli

To'lib toshgan yorug'lik dengizidan portlash
Oh cheksiz kuch
Ey abadiy donolik
Ruhiy tebranishingiz bilan jonimni zaryadlang
Ey muborak kosmik so'zning ovozi
Xatolarimni tuzating

Menga kerak
Qo'limni zulmatdan yorug'likka olib boring
Ey Rabbim, Seni o'ylaganimda, ichimda yonayotgan
sog'inch oqimi paydo bo'ladi, his-tuyg'ularimni larzaga soladi
va yuragimdan tanamdagi har bir hujayraga oqib o'tadi, uni
.ilohiy sevgi bilan to'ldiradi

Mening eng katta orzuim - sizning borlig'ingizning tubiga
yetib borish va sizning huzuringizda zavqlanish
Va to'satdan qalb eshigi ochiladi va men sizning yorqin
!nuringizni ko'rib, quvonchga to'lib ketaman

O'tmish insoniyatning ko'p qismi uchun noma'lum,
tanlangan bir nechta ma'rifatli shaxslar bundan mustasno.

Shunga qaramay, o'tmishni bilmasligimiz ham bizning
foydamizgadir. Agar biz bu hayotda va oldingi hayotlarda
qilgan barcha ishlarimizni bilsak, harakatlarimizning
ko'pligidan hayratda qolib, butunlay hayratda qolardik.

Darhaqiqat, irodamiz hatto shokdan falaj bo'lib, bizni
izlanishlarimizni davom ettirishga qodir emas qilib qo'yishi
va umidsizlikka tushib qolishimiz mumkin. Hatto bu dunyoviy
hayotda ham unutish Xudoning ne'matidir, o'tmish
xotiralarining, ayniqsa achchiq va og'riqli xotiralarning

fikrlarimiz va his-tuyg'ularimizni bosib olishiga yo'l
.qo'ymaydi

Lekin shukurki, ichimizdagi ilohiy uchqun doimo umid va
hayotning cheksiz sayohatini davom ettirish istagi bilan
porlaydi. Biz bu ikki ne'mat uchun Xudoga shukur qilishimiz
kerak: o'tmishni unutish va kelajakka umid qilish
Taqdir iroda erkinligi yo'lida to'siqlar qo'yadi degan
xulosaga kelmasligimiz kerak. Biroq, ko'pchilik odamlar
taqdir va taqdirga bog'laydigan salbiy ta'sirlarga qarshi
turish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz va ichki
e'tiqodimizga muvofiq tanlov erkinligimizdan foydalanishimiz
kerak, agar bu e'tiqodlar sog'lom imonga asoslangan va
ilohiy qonunlarga asoslangan bo'lsa, ularsiz inson haqiqiy
.baxtni tatib ko'rolmaydi

Biror ishga kirishganimizda, noqulay vaziyatlardan
qo'rqmasligimiz kerak, aksincha, irodamizni amalga oshirish
va tanlash erkinligimizni amalga oshirish yo'lida hech narsa
to'sqinlik qila olmasligiga mutlaq ishonch bilan, maksimal
.darajada optimistik bo'lishimiz kerak

Agar maqsadimizga erisha olmasak, unga erishishimizga
to'sqinlik qilgan o'zimiz yaratgan to'siqlar borligini bilvosita
tan olishimiz mumkin. Maqsadimizga erishish uchun sabr-
toqatli bo'lishimiz va sa'y-harakatlarimizni ikki baravar
oshirishimiz kerak. Shuningdek, o'zimizga to'siqlar va
qiyinchiliklar qanchalik kuchli va dahshatli bo'lmasin, ularni
olib tashlash va yengish uchun yetarli kuchga ega
ekanligimizni tasdiqlashimiz kerak. Barcha urinishlarimizga
qaramay, muvaffaqiyatsizlikka uchrasak ham, umidsizlik va
umidsizlikka hojat yo'q, agar inson irodasi o'zimiz yaratgan
taqdirdan kuchliroq ekanligini tushunsak. Shuning uchun,
qancha marta muvaffaqiyatsizlikka uchrasak ham, urinishni
to'xtatmasligimiz kerak, chunki har doim ochiq eshiklar bor.

Bizga muvaffaqiyat berilmaguncha shunchaki harakat
qilishda va urinishni takrorlashda davom etishimiz kerak.
Xudo bizga yordam beradi, agar biz Unga tayansak va kuch

sarflasak. Yo'ldan yurgan odam manziliga yetadi va Xudoga
.ishongan odam hafsalasini pir qilmaydi
Inson biror narsani orzu qilganda va bu istak kuchli va
shoshilinch bo'lsa, bu istak qayerga bormasin va qayerga
murojaat qilmasin, qanday tashvish va tashvishlarga duch
kelmasin, hech qachon ongini tark etmaydi. Doimiy va
doimiy faoliyati orqali bu istak ulkan qat'iyat va g'ayratga
ega bo'ladi. Bu intellektual pichirlash mexanik iltijolardan
kuchliroq va samaraliroq bo'lib, lablarni qimirlatishdan nariga
o'tmaydi. Xudoni sevuvchilar shunday qilishadi; ular Xudoga
bo'lgan sevgilarini to'xtovsiz pichirlashadi va ularning
pichirlashlari barcha kundalik faoliyati davomida samimiy va
eshitilmaydigan bo'ladi. Bu samimiy pichirlash ularni
chalgitmaydi va boshqa vazifalariga zid kelmaydi. Xudoga
bo'lgan istaklari o'sib borishi bilan, Unga bo'lgan sevgilari
kuchayadi va chuqurlashadi, toki ular Uning huzuriga tegib,
Uning nurini qalb ko'zi bilan ko'rmaguncha, cheksiz
quvonchni tatib ko'rmaguncha va ta'riflab bo'lmaydigan
.tinchlikni his qilmaguncha
Xudo bizga hayotda kerak bo'lgan saboqlarni yuboradi,
toki biz ulardan foyda olishimiz va tushuncha va tajriba
orttirishimiz mumkin. Kimki bu saboqlardan qochsa, ularni
o'rganishga majbur bo'ladi, qancha vaqt ketishidan qat'i
.nazar

Agar har bir sinovdan saboq olsak, u bizga do'st, agar
imkoniyatni qo'ldan boy berib, shikoyat, xafagarchilik va
noto'g'ri mulohaza orqali noto'g'ri foydalansak, u zolim
.despotdir

Bizda sog'lom tushuncha va hayotga to'g'ri munosabat
bo'lsa, u go'zallashadi. Va asoratlardan xoli

psixologik holatlar

Inson abadiy quvonch to'liqinida ko'tarila olmaydi, yoki
qayg'uning notinch suvlari ostida cho'kib keta olmaydi, yoki
zerikish tubiga cho'kib keta olmaydi. Qarama-qarshi
ikkilanishlar bilan tavsiflangan bu dunyoda oddiy odam

ko'tarilish va pasayishlarga duchor bo'ladi. U quvonch to'lqinida ko'tariladi va befarqlik tubiga sho'ng'iydi va qayg'u to'lqinlari bilan u yoqdan-bu yoqqa uloqtiriladi. Va u boshqa biron bir ong holati haqida kamdan-kam biladi. Vaziyatga shu tarzda fikrlarni chalg'itishga yo'l qo'yish . Bu o'z irodasini .injiq va o'zgaruvchan taqdirga topshirishni anglatadi

Muvaffaqiyatli va mazmunli hayot kechirish uchun

insonga ruhiy muvozanat kerak

Bunga faqat ongni jamlash va psixologik qobiliyatlarni .boshqarish orqali erishish mumkin

Hatto eng chuqur qayg'ular ham vaqt o'tishi bilan

davolanadi, shuning uchun qayg'u haqida o'ylashning ma'nosi yo'q. Hayotimizning har bir kunida Marhum yaqini uchun uzoq vaqt qayg'u chekish unga ham, bizga ham yordam bermaydi va aslida hech narsani o'zgartirmaydi.

Kamchilik kompleksini yoki o'zini jazolashni rivojlantirish.

O'tmishdagi xatolar yoki muvaffaqiyatsizliklar haqida o'ylash befoyda. Bu faqat hayotni baxtsiz qiladi va aqliy

.qobiliyatlarni bo'g'ib qo'yadi

Biz zerikarli tartib chuquriga tushib qolishimizga yo'l

qo'ymasligimiz kerak, chunki bu psixologik holat bo'lib, u ongni tashvishga soladi va befarqlik o'chog'ida yashirin

.qobiliyatlarni yo'q qiladi

Muvaffaqiyatsizlikni ildizidan yo'q qilish kerak, hayot

dalalarini tirishqoqlik va qat'iyat bilan haydash va Xudoning yordami bilan mo'l hosil yig'ib olish uchun yaxshilik urug'lari .bilan ekish kerak

Kumush yubileyda temir

Bir safar meni eng baxtli juftliklardan biridek tuyulgan

juftlikning kumush yubileyiga taklif qilishgan edi, lekin

ularning uyiga kirishim bilan nimadir noto'g'ri ekanligini

sezdim. Men ikki o'quvchimdani kechqurun bir-biriga qanday munosabatda bo'lishlarini kuzatishni so'radim va ular

keyinroq menga aytishdi. Er va xotin boshqalarning oldida

bir-biriga tabassum qilishadi va bir-birlariga "Ha, azizim" va

"Albatta, sevgilim" kabi eng yoqimli so'zlar va boshqa shu kabi do'stona iboralar bilan murojaat qilishadi. Lekin ular yolg'iz ekanliklarini o'ylashlari bilanoq, janjallashib, bir-birlariga haqoratli so'zlar aytishadi

Men ular bilan gaplashdim va dedim: Siz meni ziyofatingizga taklif qildingiz, lekin muhit tarang va menimcha, bu uyda juda ko'p kelishmovchiliklar bor va menga bu kumush yubileyda juda ko'p temir bordek .tuyuladi

Avvaliga ular xafa bo'lishdi, lekin keyinchalik ular mening haqligimni tan olishdi va uzr so'rashdi. U davom etib: "Doim janjallashish va tortishishdan nima foyda?" dedi Aftidan, siz mukammal juftlik sifatidagi obro'ingizni saqlab qolish uchun birga yashayapsiz, lekin o'z baxtingiz va xotirjamligingiz uchun bir-biringiz bilan shunday bo'lishingiz .va tinchlik va hamjihatlikda yashashingiz kerak

Magnit oziq-ovqat

Odamlar oziq-ovqat yoki ovqatlanish haqida gapirganda, odatda tanani qo'llab-quvvatlash uchun iste'mol qilinadigan jismoniy oziq-ovqatni nazarda tutadilar. Biroq, jismoniy oziq-ovqatdan kam bo'lmagan va ko'pincha undan ham muhimroq bo'lgan boshqa turdagi oziq-ovqat turlari ham mavjud, masalan, intellektual yoki ma'naviy oziqlanish. Aqliy .faoliyat yoki ong, donolik va ma'naviy idrokning jamlanishi Jismoniy oziq-ovqat tana hujayralarini qo'llab-quvvatlaydi, intellektual oziq-ovqat esa ongni sog'lom g'oyalar bilan to'ldiradi, donolik oziq-ovqati esa qalbni .jonlantiradi va uning qobiliyatlarini rivojlantiradi Intellektual ozuqa odatda inson o'ylaydigan va boshqalar bilan aloqa va o'zaro ta'sir orqali oladigan .g'oyalardan iborat

Xotirjam va olijanob fe'l-atvorli odamlar fikrlarimizni jozibali va sog'lom qilishga yordam beradi Inson o'zining intellektual ozuqasini tinch yoki buzg'unchi muhitdan oladimi, aniqlash qiyin emas. Xavotir,

qayg'u va tartibsizliklarning barchasi noto'g'ri odamlar, xoh do'stlar, xoh qarindoshlar bilan muloqot qilishdan kelib chiqadi. Bu xavotirli fikrlar va yomon kayfiyatni keltirib chiqaradi

Tana energiya va hayotiylikni jismoniy oziq-ovqatlardan oladi, magnitli oziq-ovqatlar esa tanani ham, ongni ham qattiq va suyuq oziq-ovqatlarga qaraganda osonroq hazm bo'ladigan energiya zaryadlari bilan ta'minlaydi, ularni tirik .energiyaga osongina aylantirib bo'lmaydi

Jaholatni donolikka, zaiflik va ojizlikni sog'liq va hayotga aylantira olsangiz, hayot yo'llarida ishonch va jasorat bilan – hatto yolg'iz bo'lsangiz ham – yura olsangiz, tirik va hushyor vijdonga, Xudoning adolatiga va to'g'rilikning noto'g'rilik ustidan, haqiqatning esa illyuziya ustidan g'alaba qozonishiga sobit ishonchga ega bo'lsangiz, ichki quvonchni .his etsangiz

Va har kuni fikrlaringizni yuqori va yanada takomillashtirilgan darajalarga chiqarishga harakat qilsangiz, mehribon va minnatdor qalbgaga hamda boshqalarga nisbatan yaxshi niyatlarga ega bo'lsangiz, intellektual ozuqangiz jozibali bo'ladi va shunda siz xavfsizlik va osoyishtalik sohillariga sayohatni davom ettirish uchun zarur bo'lgan narsalar, odamlar va sharoitlardan go'zal va foydali bo'lgan .barcha narsalarni o'zingizga jalb qilasiz

Agar siz kerakli narsalarga erishish uchun harakat qilsangiz va Xudo bergan narsalarga qanoat qilsangiz, dunyoviy narsalarga berilib, uning o'tkinchi zavqlariga hirs qo'yganlarga qaraganda, siz ruhan boyroq va ko'proq .qoniqasiz

Inson barcha do'stlardan tashqari yagona haqiqiy do'st bo'lgan Xudoni izlaganda, barcha insoniy munosabatlarda: oilaviy, aka-ukalik, oilaviy va ma'naviy munosabatlarda .chinakam do'stlikni o'rnatish mumkin bo'ladi

Do'stlik nikoh munosabatlarida muhim element hisoblanadi va intellektual va hissiy yaqinlikka, axloqiy

jozibadorlik tuyg'usiga, chinakam sevgi va do'stlikka ustuvor
.ahamiyat berilishi kerak

Haqiqiy sevgi va shahvoniy jozibani ajrata olmaydiganlar
qayta-qayta hafsalasi pir bo'ladilar

Nikoh yuksak ideallar va o'zaro hurmatga asoslanganda,
u ikki sevuvchi qalb o'rtasidagi baxtli va muvaffaqiyatli
ittifoqqa aylanadi. Ular bir-birlarining hayot yukini
yengillashtirish va mehr-shafqat va o'zaro, do'stona
tushunish orqali yashash tashvishlarini yo'qotish uchun
.hamkorlik qiladilar

Hech kim meni boshqara olmaydi yoki irodamni tortib
ololmaydi, agar men boshqalarning fikrlari va harakatlariga
.ta'sir qilishiga yo'l qo'ymasam

Xudoyim, men oldimda cheksiz imkoniyat borligini
anglayman, qobiliyatlarimni o'rganish va ma'naviy
salohiyatimni kashf etish uchun men moddiy bog'liqliklarni
yuqori intilishlar bilan almashtiraman. Va men sodiq ruh har
doim men bilan ekanligini anglayman

Bugun men fikrlarimni nekbinlik bilan to'ldiraman,
yoqimsiz tajribalardan uzoqlashaman va tanani, ongini va
ruhni tarbiyalaydigan narsalarni muvozanatli va izchil tarzda
.mashq qilaman

Hayot va o'lim raqsi doimo mavjud, lekin men o'zimni
ma'naviy kimligimni himoya qilish orqali abadiy ozod
qilaman. Va sinovlar va azob-uqubatlar bo'ronlari menga
dush kelganda, men jonim kemasida hayot dengizi orqali
.xavfsiz, ilohiy qirg'oqlarga suzib ketaman

Men ishlayotganimda va yaratganimda, Xudo men orqali
ishlayotganini eslayman; U koinotning Parvardigori Va men U
haqida chuqur mulohaza yuritish orqali U bilan bog'lana
.olaman

Azizim Xudoyim, men hayotimdagi qaysi fikr eng kuchli
ekanligiga qarab, fikrlarim menga muvaffaqiyatsizlik yoki
muvaffaqiyat keltirishini tushunaman. Shuning uchun, Sen
menga yordam qo'lingni cho'zayotganingni va bu meni

muvaffaqiyat sabablariga tayyorlayotganingni eslashga
.harakat qilaman

Menga balo va baxtsizliklar tushganda, men
kayfiyatimni ko'taraman va ularni yengish qarorimni
mustahkamlayman. Men hamma bilan muomala qilishda va
muloqotda samimiylik va halollikni qo'llayman, sevgi va ezgu
tilaklar haqida fikrlarimni bildiraman. Shunda Xudo meni O'z
.kuchi va donoligi bilan qo'llab-quvvatlaydi

Ey Xudo, men avval kichik ishlarni bajarish uchun
irodam va aql-zakovatimni ishga solaman, keyin esa katta
.yutuqlarga erishaman

Barcha moddiy ambitsiyalar amalga ohsa ham, ular
baribir faqat to'liq bo'lmagan baxt keltiradi va Xudoni topish
yagona haqiqiy baxtdir. Men cheksiz quvonch havzalarini
kashf etaman. Va u hech qachon qalb bog'larida va uning
.doim yashil o'tloqlarida oqadi va oqadi

Oltin so'zlar

Baxt mening huquqim, merosim va yashirin ilohiy
xazinamdir. Ey Rabbim, menga yo'l ko'rsat, toki men o'zimda
shohlarning orzularidan ham oshib ketadigan xazinalarni
.topay

* * *

Qalblarning ilohiy aholisi shogirdlarida - rahm-shafqati
va mehr-shafqati bilan - johillik zulmatini yo'q qiladigan
.donolikning yorqin chiroqlarini yoritadi

* * *

Hayot - bu muntazam ritmga ega bo'lgan aqlli harakat.

U o'zini jonsiz narsalarda shakllantiradi yoki tirik va
harakatlanuvchi shaklga kiradi. Hayot hamma narsani
.qamrab oladi va hamma narsaga singib ketadi

* * *

Ey eng buyuk sevgilim, Sen hayotning o'zisan. Sen
mening maqsadim va intilishimsan. Meni samoviy bog'ingda
gullab-yashnayotgan atirgulga yoki yorqin sevging marjonida

yaltiroq munchoqqa aylantir. Yoki menga eng buyuk sharafni
.ato et: qalbingdagi eng kichik joy

* * *

Yaxshilik qilishdagi harakatlarimni boshqalar
qadrlaydigan joyda men eng katta xizmatni ko'rsata olaman

* * *

Keling, shirin xotiralar va nafis fikrlarning ipak iplari
bilan orzularning oltin gilamini to'qaylik

* * *

Bo'sh ong [ijobiy, konstruktiv fikrlardan xoli] — bu
.muammolar, xavotirlar, umidsizlik va umidsizlik fabrikasidir

Agar umuminsoniy sevgi qalbingizga joylashsa, u sizga
boshqa hech narsa bera olmaydigan abadiy va yangilangan
baxtni keltiradi

Yer yuzidagi mavjudlik bog'ida gullab-yashnayotgan
hayot gullari nihoyatda go'zal va ko'rishga yoqimli. Ammo
bundan ham ulug'vorroq va ulug'vorroq narsa - bu
qayerdadir mavjud bo'lgan go'zallik va donolik manbai, biz
undan kelganmiz va biz unga qaytib, yana bir bor
.aralashamiz

Shogird ertalab uyg'onganida, o'ziga shunday deydi:

“Men tana emasman, men ko'rinmas ruhman... Men
quvonchman... Men nurman... Men donolikman... Men
sevgiman. Garchi men bu tanada yashasam ham, ruhim
.”o'lmas va chirishga tegmagan

Shudring tomchilari gullarning gullab-yashnashi va
o'sishiga yordam berganidek, mehr-oqibat ham do'stlikni
oziqlantiradi va uning o'sishiga yordam beradi

* * *

Okean yuzasida paydo bo'ladigan to'lqinlar va uning tubiga g'oyib bo'ladigan to'lqinlar mavjud; ikkala holatda ham ular okean ichida va u bilan birdir. Xuddi shunday, kosmik okean yuzasida "hayot" davomida suzib yurgan yoki "o'lim" paytida uning ichida g'oyib bo'lgan odamlar ham bir .xil darajada abadiyat okeanidadirlar

* * *

Oyning aksi notinch suvda aniq ko'rinmaydi, lekin suv yuzasi tinchlangandan so'ng, oyning aksi mutlaqo tiniqlashadi. Xuddi shu narsa ong uchun ham amal qiladi: u tinchlanganda, siz qalbingizning yuzini to'liq ravshanlik va .aniqlik bilan ko'rishingiz mumkin

Ey Rabbim, menga muvaffaqiyatga erishgan baxtli kunlarimda yo'l ko'rsatish uchun donoliging quyoshining nurlarini va qayg'u qorong'u tunlarida yurganimda to'lin .oyning rahm-shafqat nurini yubor

Meditatsiya - bu sizning umuminsoniy ong bilan bog'lanish vositangizdir va siz bu cheksiz ong bilan uyg'unlashganda, siz yaratilishning barcha sirlarini bilib .olasiz

Xudoga yaqinlashish va Uni bilish istagi o'z-o'zidan paydo bo'lmaydi, balki uni rivojlantirish kerak va bu istaksiz .hayotning hech qanday qiymati yo'q

Yer yuzidagi hayot vaqtinchalik to'xtash joyidir va insoniyatning asosiy vazifasi bu sayohatning maqsadi va mohiyatini tushunishdir. Bu maqsad Xudoni bilishdir va bu .boshqa hech narsa bo'lishi mumkin emas

Sizning tinchligingiz sizning bebaho xaziningizdir,
shuning uchun hech kimga bu xazinani sizdan tortib olishga
yo'l qo'ymang

* * *

O'zingizning fazilatlaringiz va qadr-qimmatingiz
qal'asida yolg'iz, xavfsiz va himoyalangan turishni o'rganing

* * *

Hamma narsa Xudo borligi uchun mavjud. Va U borligi
uchun siz ham mavjudsiz. Uning borligi tufayli siz hayotning
qulayliklari va quvonchlaridan bahramand bo'lasiz. Shuning
uchun, Xudoga bo'lgan minnatdorchiligingiz chuqur bo'lishi
.kerak

Yaxshi kitoblar jim, xushmuomala va hurmatli do'stlar
bo'lishi mumkin. Qiyin damlarda bu kitoblarni tashlab
ketmang, chunki ular sizni hech qachon tark etmaydi, sizni
tashlab ketishi mumkin bo'lgan jismoniy do'stlardan farqli
.o'laroq

Sog'lig'i yaxshi, farovon hayot kechiradigan va aqliy
salohiyati yuqori bo'lgan, ammo baxtdan mahrum bo'lgan
har bir kishi hali hayotda muvaffaqiyatga erisha olmagan.
Agar siz chinakamiga: "Men baxtliman va hech kim mening
baxtimni tortib ololmaydi", deb ayta olsangiz, o'zingizda
.Xudoning suratini topasiz

Agar tinchlik va osoyishtalikda yashashni istasangiz,
xotirjamlik va osoyishtalikni ta'kidlang va faqat mehrli fikrlar
va yaxshi niyatlarni yuboring. Solihlik va taqvoga asoslangan
hayot kechiring, shunda hayotlari siz bilan bog'liq bo'lgan
.barcha odamlar siz bilan birga bo'lishdan foyda ko'rishadi

Agar sizning do'stlaringiz bo'lmasa yoki do'stlaringiz
vaqtingizni behuda sarflayotgan bo'lsa yoki ular bilan
chiqishmasangiz, unda donolikka ega kitoblar [va

materiallar] sizning do'stlaringiz bo'lsin, chunki siz ularning
sahifalari eshiklaridan ajoyib va hayajonli g'oyalar dunyosiga
.kirishingiz mumkin

Xudoni topish qalb istagan hamma narsaga erishishni
anglatadi, ma'naviy bo'lish esa sog'liq, baxt va muvaffaqiyat
.eshiklarini ochishni anglatadi

Bizning ichimizda barcha hayotni yaratadigan va qo'llab-
quvvatlaydigan ilohiy kuch uchquni bor va u yonishni
.kutmoqda

O'qish juda foydali aqliy faoliyatdir; u ongni mashq qiladi
va uni moslashuvchan qiladi. Har kuni bir yoki ikki soat
o'qish har qanday odamga bir necha yil ichida turli xil
bilimlar bazasini beradi, agar ular foydali kitoblarni
tanlasalar. Arzon romanlar yoki maqsadsiz yoki ma'nosiz
arzimas kitoblarni o'qib vaqtni behuda sarflamang yoki aqliy
.qobiliyatingizga zarar yetkazmang

Ijtimoiy moyillikka ega bo'lganlar qimmatli kitoblarda
olijanob, iste'dodli erkaklar va ayollar tomonidan yozilgan
kitoblardagi saboqlar orqali insoniyatga yordam berish uchun
.yangi energiya topadilar

* * *

O'qish juda foydali aqliy faoliyatdir; u ongni mashq qiladi
va uni moslashuvchan qiladi. Har kuni bir yoki ikki soat
o'qish har qanday odamga bir necha yil ichida turli xil
bilimlar bazasini beradi, agar ular foydali kitoblarni
tanlasalar. Arzon romanlar yoki maqsadsiz yoki ma'nosiz
arzimas kitoblarni o'qib vaqtni behuda sarflamang yoki aqliy
.qobiliyatingizga zarar yetkazmang

* * *

Xudbinlik va mag'rurlikdan xalos bo'lish kerak, chunki
.ular ma'naviy bilimga eng katta to'siqlardir

* * *

Xudoni his qilmasdan, bu dunyo mojarolar, zo'ravonlik
va achchiq umidsizliklarga to'la ko'rinadi. Baxt Xudoga
.yaqinlikni his qilishdadir

* * *

Xudoni bilganlarning qalblarida doimiy quvonch va baxt
bor. Ular muborak xavfsizlik va xotirjamlikni his qilganlari
uchun g'azab bo'ronlari ularni larzaga keltira olmaydi va
.qo'rquv ularning qalblariga kira olmaydi

* * *

Yaxshi kitoblar sizning eng yaqin do'stlaringizdir; ular
orqali siz buyuk aql egalarining siz bilan yumshoq
gaplashayotganini, sizni yupatayotganini va eng yaxshi
maslahatlarni berayotganini eshitishingiz mumkin. Yaxshi
kitoblarni o'qishga chinakam ishtiyoqni rivojlantirmaslik
.avlodlar merosini yo'qotishni anglatadi

* * *

Ilohiy yordamsiz odamlar muvaffaqiyatsizlikka uchrashi
aniq, chunki hayot jangida muvaffaqiyat qozonish uchun
zarur bo'lgan kuch va donolik cheksiz manbadan keladi. Agar
inson Xudoni e'tiborsiz qoldirsa, u muvaffaqiyat uchun zarur
bo'lgan yordam va qo'llab-quvvatlashni ta'minlaydigan hayot
.chizig'ini uzib qo'yadi

Ma'naviy imkoniyatlar eshigini taqillatgan izlovchilar,
Xudo o'zlariga yordam berganlarga yordam bergani uchun
.eshik ular uchun ochilganini ko'rishadi
Xudo bilan uyg'unlikda bo'lganingizda, butun tabiat siz
.bilan uyg'unlikda bo'ladi

* * *

Sevgi ongni sayqallash va xarakterdagi qo'pollikni
.ketkazadigan zimpara qog'oziga o'xshaydi

* * *

To'satdan Xudoni hamma joyda topsangiz va U sizga
kelganda, sizga ilhom berganda va sizga yo'l ko'rsatganda,
.ilohiy sevgi hikoyasi boshlangan bo'ladi

* * *

Sevgi qalblarda porlasin va boshqalarga shifobaxsh
nurlar yuborsin

* * *

Yoshligingizda va kuchliligingizda Xudoni bilishga
intiling, chunki qarilik va kasallikda endi Uni qidira
olmasligingiz mumkin. Odamlar hayotning asl ma'nosini
tushuna boshlagan yoshda, tana zaiflashadi va ular
hayotlarining qolgan qismini haqiqatni izlash o'rniga
o'zlarining nozik jismoniy qobiliyatlariga e'tibor berish bilan
.o'tkazadilar

* * *

Men har bir xalqning eng yaxshisini olaman va barcha
millatlarning kamchiliklariga e'tibor qaratmasdan, ularning
.yaxshi fazilatlarini qadrlayman

* * *

Kundalik ovqatimizning ozuqaviy qiymatiga g'amxo'rlik
qilganimiz kabi, har kuni ongimizga beradigan psixologik
.ozuqalarga ham e'tibor berishimiz kerak

* * *

Yaxshi so'zlar ko'plab kasalliklar uchun ajoyib davo
bo'lib, kuchli, deyarli sehrli, magnit kuchga ega bo'lib,
so'zlovchiga mo'l-ko'l baraka va farovonlik keltiradi.
Yumshatuvchi, muloyim so'zlarni ishlatadiganlar ular orqali
uzluksiz oqayotgan nozik oqimni his qilishadi va ular chuqur
xotirjamlik hissi bilan to'ladilar. Buning sababi, bu oqim
o'zining yuqori manbai bilan bog'liq, doimiy oqim bo'lib, u
shu manba bilan uyg'unlikda qalblarga yetib boradi va ularga
.tinchlikni orzu qilganlarga baxtni etkazish imkonini beradi

* * *

Qanchadan-qancha mehrli so'zlar ko'plab qayg'ularni
yo'q qildi va qanchadan-qancha dono ovozlari qorong'u
!yo'llarni quvonch va xotirjamlik chiroqlari bilan yoritib berdi

* * *

Biz boshdan kechirgan har bir tajriba orqali o'sib
boramiz, agar ulardan qimmatli saboqlar olishimiz
mumkinligini anglasak. Biz boshdan kechirgan har bir og'riq
va azob-uqubatlarning ma'nosi va maqsadi bor. Bu
tajribalarning qattiqligiga qaramay, ular temir rudasini eritib,
uni chiroyli, mustahkam va ko'p qirrali po'latga
.aylantiradigan olovga o'xshaydi

* * *

Hayotimdagi barcha ajoyib yutuqlar Xudo bilan
uyg'unlikdagi ong kuchi orqali erishildi. Ilohiy generator
ishlayotganida, men xohlagan hamma narsa istisnosiz
amalga oshadi, avval ko'rinmas, efirdagi dizayn sifatida
shakllanadi, keyin esa haqiqatda qarshilik ko'rsatmaydigan
.kuch bilan namoyon bo'ladi

* * *

Aql Xudoga intiq qalbning tubidan samimiy, g'ayratli
pichirlaganda, ruhning chaqirig'i koinot qalbiga ta'sir qiladi
va javob keladi, bu esa ulkan quvonch keltiradi. Bu
intellektual pichirlash irodani kerakli maqsadga erishish
.uchun zarur bo'lgan kuchga ega bo'lguncha rivojlantiradi

* * *

Insonning ongi va irodasi Xudo bilan uyg'un bo'lganda,
ular cheksiz kuchga ega bo'ladilar, shuning uchun biror narsa
haqida o'ylashning o'zi unga erishish uchun yetarli, chunki
ilohiy qonun oliy iroda bilan uyg'un bo'lganlar foydasiga
.ishlaydi

* * *

Bizning tashvishlarimiz qanday bo'lishidan qat'i nazar,
Xudo hayotimizda birinchi o'rinda turishi kerak. Ma'naviy
o'sishning eng muhim elementlaridan biri bu Xudoga doimiy
ravishda samimiy pichirlashdir, bu yerda siz shaxsan sizni
juda hayratda qoldiradigan ajoyib ijobiy o'zgarishlarni
.boshdan kechirasiz

* * *

Inson Xudo unga bergan barcha aqliy qobiliyatlarini o'tkinchi narsalarni qidirishga bag'ishlamasligi kerak, aks holda u o'zini materializm labirintlarida yo'qotib qo'yadi va o'zi uchun kerak bo'lmagan cheklovlar va cheklovlarni yaratadi. Buning o'rniga u o'zining aqliy kuchlaridan hayot ehtiyojlarini qondirish uchun foydalanishi va to'g'ri bilan noto'g'rini, zararli bilan foydalini farqlash uchun ruhiy .qobiliyatlarini rivojlantirishga intilishi kerak

* * *

Haqiqat fikrlar va nazariyalardan tashqarida va bu yondashuvni qo'llaydiganlarning ko'pchiligi o'zlarining .sub'ektiv xulosalariga bog'lanib qoladilar

* * *

Ey Rabbim, xotirjamlik darvozalarini och va ruhiy fikrlarim ma'badi maskanini yovuz pichirlashlar hujumlaridan saqla. Sening kelishing tongini kutar ekanman, .sog'inchlarimning atirgullari qalbim bog'ida gullasin

* * *

Nazariy bilim ilohiy bilimlarni egallashga qodir emas va * qimmatli vaqtingizni haqiqatda qo'llay olmaydigan nazariyalarga sarflamaslik tavsiya etiladi, aks holda odam o'zini zich intellektual o'rmonlar orasida topadi va .nazariyalar doirasidan chiqa olmaydi

* * *

Baxt - bu hayotning o'zgaruvchan sharoitlari ustidan .ruhiy g'alabaning samarasidir

* * *

Xudo tanigan odam dunyoga noma'lum bo'lishi mumkin

* * *

Agar inson o'zini nazariy bilimlar bilan dasturlashtirsa [haqiqiy sinovsiz], u maqollarni takrorlaydigan va yuksak iboralarni aks ettiradigan ko'chma yozib olish moslamasiga o'xshaydi va boshqalar uni bilimdon olim deb hisoblashadi, ammo bunday bilim haqiqatni to'g'ridan-to'g'ri idrok etish

bilan mustahkamlanmaydi va ma'naviy yutuqlar bilan
.tenglashmaydi

* * *

Dunyoda muammolar davom etaveradi, shuning uchun
yo'l-yo'riq va yo'l-yo'riq uchun qayerga murojaat qilish
mumkin? Odatlar, xurofotlar, tarafkashliklar va fanatizm
ta'sirida bo'lgan insonning fikrlari hech qanday foyda
bermaydi va atrof-muhit, oila, mamlakat yoki dunyoning
ta'siri haqiqiy yo'l-yo'riq ko'rsatishga qodir emas. Shuning
uchun inson Xudoga murojaat qilishi va qalb tubidan
chiqayotgan xotirjam, osoyishta ovozni, haqiqat bilan uyg'un
.ovozni tinglashi kerak

* * *

Ilohiy yog'in sizdan oqib o'tishi va hayotingizni ma'naviy
ne'matlar va yaxshilik bilan to'ldirishi uchun qalblaringizni
.ilohiy yog'inga oching

* * *

Qaysi ish bilan shug'ullanishingizdan va qanday
yutuqlarga erisha olishingizdan qat'i nazar, doimo yodda
tutingki, Xudo sizga ishlash va erishish uchun zarur bo'lgan
.barcha kuchni beradigan manbadir

* * *

Ey Rabbim, Seni qashshoqlikda ham, farovonlikda *
ham, kasallikda ham, sog'lig'imda ham, johillikda ham,
donolikda ham eslagin va shu lahzada sog'liq va shifo
.beradigan muborak nuringni ko'rishimga ijozat bergin

* * *

Fikrlarimning yolg'izligida, muborak ovozingizni
eshitishni orzu qilaman Xotiramning burmalarida yashiringan
qo'pol, dunyoviy ovozlarni mendan haydab chiqaring Men
sizning xotirjam, ohangdor ovozingizni qalbimning
osoyishtaligida abadiy tinglashni istayman

* * *

Hayot zulmatga burkangan va biz uning qorong'u
yo'llaridan yurganda Xudoning nuri bizga yo'l ko'rsatuvchi

chiroq bo'lishiga yo'l qo'yishimiz kerak. U johillik va zulmat
tunlarida to'lin oy, uyg'onish soatlarida ma'rifat quyoshi, yo'l-
yo'riq mayoqi va yer yuzidagi, o'tkinchi hayot dengizlarida
.kezib yurganlar uchun Shimoliy Yulduzdir

* * *

Insoniyat unutuluvchanlik uyqusidan ruhiy uyg'onish vaqti
keldi. Ey Rabbimiz, ongimizni g'aflat va tor, cheklangan
tafakkur tubidan tinchlik, yorug'lik, sevgi va umuminsoniy
.rahm-shafqat ufqlariga ko'tarishingizni so'raymiz

* * *

Oxir-oqibat hamma narsa yaxshilanadi, chunki Xudoning
kuchlari va mo''jizalari inson hayotining qarama-qarshiliklari
ortida yashiringan va kimki vaziyatning muqarrarligiga
ishonmasa va o'z ongi va imoni bilan parda ortidagi narsaga
.kirishga harakat qilsa, u uchun eshik ochiladi

* * *

Imon hech qachon beparvolik yoki vaziyatlarga oqilona
munosabatda bo'lmaslik degani emas. Aksincha, nima
bo'lishidan qat'i nazar, inson o'zini faqat Xudoga butun qalbi,
joni va his-tuyg'ulari bilan murojaat qilsa, qiyin va sinovli
vaziyatlarda uni qo'llab-quvvatlashga qodir ekanligiga
.ishontirishi kerak

* * *

Agar sezgilarimiz bizga butun haqiqatni yetkaza olsa, biz
Yerni elektronlar daryosi, har bir chang zarrasini esa
yorug'lik massasi sifatida ko'rar edik. Moddiy olamda
ma'naviy olamga kirib boradiganlar illyuziyaning mohiyatini
.tushunadilar va haqiqatning mohiyatini biladilar

* * *

Afrika o'rmonida bo'ladimi, jang maydonida bo'ladimi,
kasallik yoki qashshoqlikdan aziyat chekadimi, Xudoning qo'li
har qanday xavfdan kuchliroq va Undan panoht izlaganlarni
himoya qilishga qodir ekanligiga o'zini ishontirishi kerak.
Himoya qilishning bundan samarali vositasi yo'q. Albatta,

voqealar bilan kurashishda aqldan foydalanish kerak, shu
.bilan birga ilohiy yordamga to'liq ishonish kerak

* * *

Barcha mavjudotlarning qalbida yashaydigan sevgi —
barcha onalar, otalar, do'stlar va yaqinlarning sevgisi —
.ilohiy sevgidan kelib chiqadi

* * *

Katta va kichik vazifalar o'rtasida farq bo'lishi kerak,
shunchaki muhimlaridan ko'ra eng muhimini
ustuvorlashtirish kerak. Bundan tashqari, hech bir vazifa
boshqasiga zid kelmasligi kerak. Muqaddas Yozuvlarda
aytilishicha, bir vazifa boshqasi bilan ziddiyatga kirsam, bu
.uning haqiqiy burch emasligidan dalolat beradi

* * *

Quyoshning hayotiy nurlari tarqalib borar ekan, men
kambag'allar va tashlab ketilganlarning [jamiyat tashlab
ketganlarning] qalbiga umid nurlarini sochaman va o'zlarini
muvaffaqiyatsiz deb o'ylaydiganlarning qalbiga yangi
.qat'iyat bag'ishlayman

* * *

:Ustoz Paramahansa shogirdlaridan biriga shunday dedi
Hech kimni sevgi doirangizdan chetlashtirmang,"
hammani yuragingizda saqlang, shunda ular sizni o'z
".doiralarida saqlaydilar

* * *

Rabbim, menga har doim foydali va xayrli ishlarni
bajarish uchun irodamdan foydalanishimga yordam ber
Barcha fikrlarim maqsadlaringizga javob berishi va
irodang bilan uyg'un bo'lishi uchun menga irodangga
moslashishga yordam ber
U menga barcha qiyinchiliklar va sinovlarni yengib
o'tishim uchun ichimdagi yashirin, muborak kuchni
uyg'otishga yordam berdi

* * *

Sherlarning kuchini kaptarlarning muloyimligi bilan
birlashtirgan jasur va kamtar ruhiy shaxsga uyg'oning

* * *

Men achchiq, yolg'on tanqidga ham, dabdabali maqtov
va xushomadga ham ahamiyat bermayman. Mening yagona
istagim - Sening irodangni bajarish, ey Rabbim, va Sening
.marhamatingga sazovor bo'lish

* * *

Ilohiy huzurni his qilganingizda sizni to'ldiradigan ulkan
quvonchni tasavvur ham qila olmaysiz. Shunda qalbingiz
Xudoning cheksiz sevgisidan mast bo'ladi. Bu har qanday
insoniy sevgidan millionlab marta buyukroq sevgi - barcha
istaklaringizni ro'yobga chiqaradigan va qalbingizni quvonch
.va mamnuniyat bilan to'ldiradigan sevgi

* * *

Ichki diqqatni jamlash orqali siz o'zingizda va
atrofingizda ma'naviy baxtni bevosita his qilishingiz mumkin.
Agar siz ushbu ongni rivojlantirsangiz, shaxsiyatingiz uyg'un
ravishda o'sadi va odamlar va boshqa mavjudotlar uchun
.jozibali jozibaga ega bo'lasiz

* * *

Ey Buyuk Himoyachim, taqdirim tufayli hamma narsani
yo'qotsam ham, baribir, bu mening o'zim yaratgan narsa,
lekin Sendan, yagona panohimdan, senga bo'lgan sevgim
shamini beparvolik va unutish shamollaridan himoya
.qilishingni so'rayman

* * *

Keling, ijobiy fikrlash va optimistik qarashga bo'lgan
qat'iy qarorimiz bilan mustahkamlangan, qulay sharoitlar
buloqlaridan oqib chiqayotgan sof, tetiklantiruvchi tinchlik
.suvlaridan to'yguncha ichaylik

* * *

Vijdon - bu insonning asl tabiati va niyatlarini ochib
beradigan intuitiv tuyg'u. Vijdoningiz toza bo'lsa va to'g'ri ish
qilayotganingizni bilsangiz, qo'rqishga hech narsa yo'q.

Vijdoningiz toza bo'lsa, Xudodan kelgan yaxshi xulq-atvorning dalilidir. Vijdon sudida oqlanish baxtga erishish va .Xudoning marhamatlarini olish demakdir

* * *

Ko'pchilik qilmaydigan jasur va yoqimli ishlarni qilishga harakat qiling va boshqalar e'tiborsiz qoldiradiganlarga sevgi va tinchlik bering

* * *

:Ustoz Paramahansa shogirdlaridan biriga shunday dedi
Agar siz ongni rivojlantirishga vaqt sarflamasangiz,"
hech qanday moddiy farovonlik sizni qoniqtirmaydi. Bu
o'stirish qiynoq emas, balki baxtga olib boradigan fikrlar va
".harakatlarni oziqlantirish uchun ongni mashq qilishdir

Baxtingiz - bu sizning muvaffaqiyatingiz, shuning uchun
uni hech kim sizdan o'g'irlashiga yo'l qo'ymang. Sizni
bezovta qilishga urinayotganlardan o'zingizni himoya qiling.
Bolaligimda, ba'zi odamlar men haqimda yolg'on mish-
mishlar tarqatganda, sabrim tugab qolardi. Keyinchalik,
xotirjamligim odamlarning roziligi yoki hayratidan muhimroq
.ekanligini angladim

* * *

Qani endi siz ba'zi dindorlar Xudo bilan boshdan
kechiradigan ilohiy sevgi haqidagi hikoyani bilsangiz edi!
Hayotdagi boshqa hech qanday tajriba bu quvonchga teng
kela olmaydi. Men doimo Xudoning sevgisiga berilib ketgan
va yuzidan muqaddas sevgi nuri sochilib turgan bir avliyoni
bilardim. Xudoning nigohi doimo Uni sevuvchilarda va U
.ularni bir lahza ham tark etmaydi

* * *

Aqliy va ma'naviy kuchlarini rivojlantirishga
.qiziqadiganlar kam

* * *

O'zingizni kechiktirish tubiga cho'ktirishga yo'l
qo'ymang. Zerikarli oddiy haqiqat uyqusidan turing va yutuq,

quvonch va tinchlik hukm suradigan nafis hayot ufqlariga
.yo'l oling

* * *

Sizning ichingizda investitsiya qilishni kutayotgan ulkan
salohiyat yotadi va siz uni faollashtirish va undan foyda olish
.imkoniyatiga ega bo'lgan yagona odamsiz

* * *

Yomon odatlar va nosog'lom istaklardan xalos bo'lish
moddiy muvaffaqiyatdan ko'ra ko'proq baxt keltiradi.
Intellectual muvaffaqiyatda tashqi sharoitlar tortib
ololmaydigan psixologik farovonlik yotadi. Siz barcha
vaqtingizni boylik to'plashga sarflashingiz mumkin, ammo bu
boylik sizga izlayotgan doimiy tinchlik va xavfsizlikni
bermaydi. Aksincha, u sizga ko'proq baxtsizlik keltiradi,
chunki haqiqiy baxt va tinchlik moddiy narsalarda emas,
.balki ongda yashaydi

O'zingizning asl mohiyatingizda mustahkam o'rnashib
olganingizda, har bir vazifani bajarasiz va barcha yaxshi
.narsalardan ilohiy quvonch bilan bahramand bo'lasiz

* * *

Zaiflikning ongingizga singib ketishiga yo'l qo'ymang va
salbiy fikrlarga va pessimistik qarashlarga ega odamlar bilan
muloqotda ehtiyot bo'ling, aks holda ularning zaif fikrlari
ongingizga singib ketmaydi, agar ongingiz boshqalarning
fikrlari uni zaiflashtira olmaydigan darajada kuchli bo'lmasa,
aksincha, u boshqalarning fikrlarini kuchaytirishga va o'ziga
.bo'lgan ishonchini oshirishga qodir bo'lmasa

* * *

Xudo birinchi o'rinda turadi va biz kunimizni U haqida
o'ylamasdan boshlamasligimiz yoki tugatmasligimiz kerak.
Biz Xudodan oladigan kuch va quvvatsiz hech narsaga erisha
olmasligimizni yodda tutishimiz kerak. Shuning uchun
.bizning eng katta burchimiz Unga nisbatandir

* * *

Urf-odatlar va an'analarni baholash va hukm qilishning
yo'li bor Dastlab, har bir an'ananing asosi bor edi. Agar biz
asos hali ham mavjudligini aniqlasak, unda an'ananing
ma'nosi va foydasi bor. Biroq, an'analarga ko'r-ko'rona
ergashish oqilona emas. Biz haqiqatni bilib, unga amal
qilishimiz, bizga nima baxt keltirishi mumkinligini ajratib
.olishimiz va keyin uni qo'llashimiz kerak

* * *

Baxt yoki muvaffaqiyatsizlikka uchragan juda ko'p
odamlarni ko'rsangiz, bu ularning taqdiri deb o'ylamang. Siz
o'zingizni xohlagan narsangizga aylantirishingiz mumkin.
Sizning ichki muvaffaqiyatingiz sizni chinakam
.muvaffaqiyatga olib keladi

* * *

Agar ichingizda hech narsa bo'lmasa, baxtli bo'lmaysiz.

Lekin agar atrofingizda hech narsa bo'lmasa va ichingizda
baxtli bo'lsangiz, shubhasiz muvaffaqiyatlisiz. Shunday qilib,
.odamlarni tashqi sharoitlariga qarab baholab bo'lmaydi

* * *

Keng olomon orasida ruhiy yuksalish darajasiga yetgan
va ichki xotirjamlik va oliy ma'naviy baxtdan bahramand
.bo'lgan odam bo'lishi mumkin

* * *

Menga kerak bo'lgan hamma narsa menga kelishini aniq
bilaman va shuning uchun kelajakda nima bo'lishi haqida
qayg'urmayman. Bu maqtanish yoki da'vo emas, chunki men
hayotimda bu muborak kuchning ishini va samaradorligini
.ko'p marta boshdan kechirganman

* * *

Hayot yuzasida suzib yursam ham, dengiz tubida cho'kib
ketsam ham, men Xudo bilan birga ekanligimni va U men
bilan ekanligini va hech narsa menga zarar yetkaza
olmasligini bilaman. Bu bilim menga ta'riflab bo'lmaydigan
.va chuqur baxt bag'ishladi

* * *

Yangi narsa sotib olish yoqimli tajriba ekanligiga shubha
yo'q. Ammo bir muncha vaqt o'tgach, bu quvonchli tuyg'u
asta-sekin yo'qoladi va siz hatto unga bo'lgan qiziqishni
butunlay yo'qotishingiz, uni unutib, boshqa narsani
xohlashingiz mumkin. Biroq, bu buyum uchun to'lov
unutilmaydi, ayniqsa uni to'lov asosida sotib olgan
!bo'lsangiz

* * *

Inson o'z hayotini nazorat qilishi va uni iloji boricha
soddalashtirishi kerak. Ular zaruriy va favqulodda vaziyatlar
uchun pul yig'ishlari, hashamatli narsalarga sarflashdan
ko'ra tejashga ustuvor ahamiyat berishlari va boshqalarga
qo'llaridan kelganicha yordam berishlari kerak. Boshqalarga
yordam berganingizda, yordam sizga u yoki bu tarzda keladi
va siz hech narsadan mahrum bo'lmaysiz va hech narsadan
.mahrum bo'lmaysiz

* * *

Ey Rabbim, barcha qalblarning quvonchida men Sening
ne'mating aks-sadosini eshitaman va barcha sodiqlarning
do'stligida Sening sevgingni his qilaman. Men quvonaman va
do'stlarimning muvaffaqiyati va farovonligidan yuragim
quvonadi, xuddi men o'z farovonligim va xotirjamligimdan
xursand bo'lganim kabi. Boshqalarga donolik ilhomlantirar
ekanman, o'z donoligim xazinalarini ko'paytiranman va
.barchaning baxtida o'zimning donoligimni topaman

* * *

Baxtning eng katta dushmani - hashamatli buyumlar
sotib olish uchun qarz olish. Odamlar biron bir aniq narsaga
ega bo'lmaguncha baxtli bo'la olmasliklariga noto'g'ri
ishonishadi. Lekin o'sha narsaga ega bo'lgandan keyin ham,
u keltiradigan vaqtinchalik quvonchga qaramay, ular haqiqiy
baxtni his qila olmaydilar. Faqatgina sindirib tashlashni va'da
qilgan dunyoviy baxt sarobining orqasidan quvishning nima
keragi bor? Odamlar doimiy e'tibor talab qiladigan ko'plab
.narsalarga muhtoj bo'lmasdan, sodda yashashlari kerak

* * *

Jannati ichimda. Xudoning ne'matlaridan bahramand bo'lar ekanman, Unga shukur qilaman va ichki quvonchim oshadi. Bu ichki mamnuniyatsiz, hatto dunyoviy zavq va lazzatlar ham do'zaxga aylanadi. Men shuni angladimki, bu ichki quvonchsiz menga yuklangan mas'uliyat yuki meni tinchligimdan mahrum qilib, baxtimdan mahrum qilgan .bo'lar edi

* * *

Agar boylik kasallik va muammolar bilan birlashsa, oqibatlari juda ko'p bo'ladi. Gigiena va sog'liqni saqlash G'arbning kuchli tomonlaridan biridir. Rivojlangan mamlakatlarda zararli hasharotlar va halokatli mikroblar samarali nazorat qilinadi, boshqa mamlakatlarda esa ular ko'p. Ammo bu zararkunandalarni yo'q qilish yutuqning cho'qqisi emas, chunki rivojlangan mamlakatlarda boshqa turdagi muammolar, masalan, to'lash qiyin bo'lgan to'lovlar va to'lovlarni amalga oshirish tizimlari tufayli bo'g'uvchi moliyaviy inqirozlar mavjud - bu uyquni buzadigan va .xotirjamlikni buzadigan muammolar

* * *

Biz bu buyuk olam paydo bo'lgan ongning ajralmas qismimiz

* * *

Siz hech qachon qo'y podasini ko'rganmisiz? Agar ulardan biri sakrasa, qolganlari ikkilanmasdan unga taqlid qilishadi. Ko'pchilik odamlar shunday. Kimdir g'oya o'ylab topishi yoki yangi tendentsiyani joriy qilishi mumkin, boshqalari esa darhol unga qo'shilib, uni taqlid qilishadi. Bu naqsh avlodlar davomida saqlanib qolgan. Har bir xalqning o'z urf-odatlar va an'analari bor va biz ularning barchasi to'g'ri yoki asosli deb da'vo qila olmaymiz. Lekin kim biladi? Balki bu urf-odat va an'analarning ba'zilari ma'nosiz va .befoydadir

* * *

Fikrlarning notinch bo'roni pasayganda, biz tinchlik
.shohligiga kiramiz va ilohiy huzurga tegamiz

* * *

Xudoni yoki tinchlikka ilhomlantiruvchi go'zal manzarani
yoki quvonchli va yoqimli tajribani tasavvur qiling. Ijobiy,
.xotirjam aqliy faoliyat tetiklantiruvchi va tetiklantiruvchidir

* * *

Biz tartibsiz va notinch dunyoda yashayapmiz. Siz pul
baxt degani deb o'ylashingiz mumkin, lekin uni qo'lga
kiritganingizda ham, baribir baxtsiz ekanligingizni anglaysiz.
Siz boylik orttirib, sog'lig'ingizni yo'qotishingiz mumkin (Xudo
saqlasin). Yoki sog'lig'ingiz yaxshi bo'lib, pulingizni
yo'qotishingiz mumkin. Yoki siz ham boylik, ham sog'liqqa
ega bo'lishingiz mumkin, lekin boshqalar bilan ko'plab
muammolarga duch kelishingiz, mehr-oqibat ko'rsatishingiz,
ammo buning evaziga nafrat va xafagarchilikka duch
kelishingiz mumkin. Xudosiz bu hayotda hech narsa sizni
.chinakamiga qoniqtira olmaydi

* * *

Yer ilohiy rejadan bexabar yashovchilar uchun qiynoq
kamerasiga aylanadi. Ammo hayot tajribalarini o'zingizning
ustozingiz sifatida ko'rsangiz va ulardan bu dunyoning asl
mohiyatini va kosmik dramadagi sizga yuklatilgan rolni
o'rgansangiz, bu tajribalar abadiy mamnuniyat va baxtga
.erishish yo'lida qimmatli yoritgichlarga aylanadi

* * *

U yerda, qorong'ulik, jimjitlik va yaratilmagan yo'qlik
ortida, mavjudlikning kelib chiqishi va barcha kuchlar va
mavjudotlarning, ko'rinadigan va ko'rinmas manbai bo'lgan
.abadiy mohiyat yotadi

* * *

Xudo bu yerni bizni shunchaki ovqatlanish, uxlash va
o'lish uchun yaratmagan, balki biz Uning irodasini bilishimiz
va mavjudligimizning maqsadini tushunishimiz uchun
yaratgan. Bir nechta dono odamlar kosmik rejaning

ma'nosini tushunishgan, ammo ko'pchilik odamlar ko'r va bu
.maqsaddan bexabar

* * *

Pul hech qachon hayotimdagi maqsadim bo'lmagan;
maqsadim insoniyatdagi birodar-uka va opa-singillarimga
xizmat qilish edi. Shuning uchun Xudo menga o'zimni
ta'minlash va vazifamni bajarish uchun ko'plab imkoniyatlar
.eshiklarini ochdi

* * *

Xudo bu koinotni qat'iy va o'zgarmas qonunga muvofiq
ishlash uchun yaratgan. Agar biz ushbu universal
qonunlarning birortasini buzsak, o'zimizni jazolaymiz. Baland
binoning tomidan sakragan odam suyaklarini sindirib
tashlaydi. Shuning uchun biz tortishish qonunini e'tiborsiz
.qoldirib, oqibatlarini boshdan kechira olmaymiz

* * *

Dunyo tsivilizatsiyalariga chuqur nazar tashlasak va
qadimgi tsivilizatsiyalarning yashirin sirlarini o'rgansak,
o'zaro bog'liq chiziqlar, xilma-xil boblar va aniq tafsilotlar
bilan keng manzara paydo bo'ladi va biz insonning bir
vaqtning o'zida ham individual, ham ijtimoiy tabiatga ega
.ekanligini aniqlaymiz

* * *

Agar Xudo bizning faqat moddiy ongda yashashimizni
istasa, biz moddiy narsalardan to'liq qoniqamiz va dunyoviy
.hayotdan mamnun bo'lamiz

* * *

Orzulardan tashqari poklik, tinchlik va baxt nurlari
bizning asosiy tubimizda miltillaydi va raqsga tushadi

* * *

Bu yer yuzidagi sayohatimiz davomida hayotimiz
osmonida paydo bo'ladigan har bir tajriba bilan biz ongimizni
kengaytirishni va bizni o'rab turgan yoki boshdan
kechirayotgan vaziyatlarni yaxshiroq tushunishni
o'rganishimiz kerak, shunda biz odamlar va hayot bilan

yaxshiroq uyg'unlikda yashay olamiz va ravonroq
.munosabatda bo'la olamiz

* * *

Ko'p odamlar boshqalarga taqlid qilishadi. Inson o'ziga
xos va ijodiy bo'lishi va qilayotgan barcha ishlarini mohirona
.bajarishi kerak

Sharqda asosiy e'tibor ma'naviy baxtni rivojlantirishga
qaratilgan bo'lsa, hayotning moddiy jihatlari ko'pincha
e'tibordan chetda qolgan. G'arbda ba'zi moddiy qulayliklar
mavjud, ammo psixologik baxt juda kam. Kerak bo'lgan
narsa bu ikkalasi o'rtasida muvozanatdir, chunki hayotning
faqat bitta jihatiga e'tibor qaratish nomutanosiblikka va
.hayot talablariga oqilona yondasha olmaslikka olib keladi

* * *

Ilohiy baxtdan keyingi eng katta baxt - inson uchun
yilning har kuni birga yashashi kerak bo'lgan yaqin
.qarindoshlari bilan tinch-totuv yashashdir
Odamlar shoshilib va impulsiv harakat qilib, ko'p
vaqtlarini behuda sarflashadi, ammo ko'p narsaga erisha
olmaydilar. Hayot nimani taklif qilayotganini tushunish va
.mulohaza yuritish uchun ozgina to'xtashadi

* * *

Biz tinchlik bog'larida ajoyib ma'naviy fazilatlarning son-
sanoqsiz gullari bilan gullab-yashnaydigan va porlaydigan
donolikning ichki inshootlarini qurish uchun ishlashimiz
.kerak

* * *

Ichki uyg'unlik kuchning boy manbaidir va qayta
tiklanadigan energiya ishlab chiqaradi

* * *

Hayotga nazar tashlasak, muvaffaqiyatga erishish oson
emasligini ko'ramiz. Hayot ko'pincha qattiq va shafqatsiz
bo'ladi va biz tirikchilik qilish uchun kurashishimiz kerak.
Tanangizni saqlash va uni sog'lom va kasallikdan xoli
saqlash uchun zarur bo'lgan kuch haqida o'ylang! Agar

bunga erishsangiz ham, bu muvaffaqiyat vaqtinchalik. Tana
— uzoq umr ko'ring — oxir-oqibat dam olishga qo'yiladi.
Kerakli muvaffaqiyatga erishish uchun ichki va tashqi ko'plab
kuchlarga qarshi kurashish zarurati tug'iladi. Bu kuchlar sizni
har qanday chinakam muhim yutuqlardan mahrum qilish
.uchun tinimsiz ishlaydi

* * *

Har qanday vaziyatda xotirjamlikni saqlashga harakat
qiling va tinchligingiz urug'i quvonch va mamnuniyat
.tabassumi bilan gullab-yashnasin

* * *

Hatto eng buyuk avliyolar ham o'zlarining
muvaffaqiyatlarini - ma'naviy tajribalarini va oliy bilimlarini -
boshqalar bilan baham ko'rmaguncha, ularga ma'naviy
tushunchaga erishishda yordam bermaguncha to'liq najotga
erisha olmaydilar. Shuning uchun bunday bosqichlarga yetib
borgan va bunday holatlarga erishganlar tushunchaga
muhtoj bo'lganlarga tushuncha berishga intilishadi. Agar siz
chinakam muvaffaqiyatga erishmoqchi bo'lsangiz, nafaqat
o'zingizning baxtingizni, balki boshqalarning baxtini ham
.ta'minlaysiz

* * *

Aqlga ega bo'lgan har bir kishi pul topishi mumkin. Lekin
agar ularning qalbida sevgi bo'lsa, ular bu pulni hech qachon
xudbinlik maqsadlarida ishlatmaydilar; aksincha, ular uni
boshqalar bilan baham ko'rishadi. Pul xudbin va baxil
odamlar qo'lida la'nat va baxtsizlik, mehribon qalb va
.saxovatli odamlar qo'lida esa ne'mat va sovg'adir

* * *

Kimdir uzoq vaqt jim turishni tanlashi mumkin, oilasi
bilan gaplashishdan bosh tortishi mumkin. Bu odam ma'lum
darajada ichki xotirjamlikka erishishi mumkin bo'lsa-da,
uning xatti-harakatlari xudbinlik va oilasining baxtiga zarar
keltiradi. Agar ularning yaqinlari ham ularning yutuqlaridan
foyda ko'rmasa, ularni chinakam muvaffaqiyatli deb

hisoblash mumkin emas. Xuddi shunday, moddiy muvaffaqiyatga erishish nafaqat bizning farovonlikdan faqat o'zimiz bahramand bo'lish huquqimiz bilan bog'liq; bu shuningdek, boshqalarga moliyaviy va turmush sharoitlarini yaxshilashga yordam berish uchun axloqiy mas'uliyatimizni .ham o'z ichiga oladi

* * *

Men toza vijdonim devorlari ortida himoyalanganman, qorong'u o'tmishni yoqib yubordim va faqat bugun bilan .qiziqaman

* * *

Bugun men eng buyuk yaxshilik nuri bilan bir ekanligimni va qayg'u dengizi to'lqinlariga qarshi .kurashayotganlar uchun mayoq ekanligimni anglayapman

* * *

Odamlar hayotdagi ambitsiyalariga qarab muvaffaqiyat haqida turli xil qarashlar va nazariyalarga ega. Ba'zi odamlar muvaffaqiyatni o'g'irlik bilan tenglashtirib, "U muvaffaqiyatli o'g'ri edi!" kabi gaplarni aytishlari odatiy hol. Bu barcha shakl va navlardagi muvaffaqiyat orzu qilingan va intiladigan narsa ekanligini ta'kidlaydi. Biroq, bizning muvaffaqiyatimiz .boshqalarga zarar yetkazmasligi kerak

Muvaffaqiyatning yana bir mezoni bor: o'zimiz uchun uyg'un va foydali natijalarga erisha olsak, muvaffaqiyatimizga boshqalarni ham qo'shishimiz va uning .samarasini ular bilan baham ko'rishimiz kerak

Muvaffaqiyat insonning o'z muhitidan qoniqishi va qoniqishini anglatadi. Haqiqiy muvaffaqiyat adolat tamoyillariga asoslangan harakatlarning natijasidir va u boshqalarning baxti va farovonligini o'z baxtining ajralmas qismi sifatida qamrab oladi. Agar biz ushbu tamoyilni moddiy, intellektual, axloqiy va ma'naviy hayotimizga qo'llasak, muvaffaqiyatning to'liq va keng qamrovli ta'rifiga .ega bo'lamiz

* * *

Bu cheklangan dunyoda biz uzunlik, kenglik va zichlikni
idrok etamiz, ammo o'lchamlar mavjud bo'lmagan yana bir
daraja mavjud; hamma narsa aniq va shaffof - hamma narsa
ong va idrokdir. Ta'm hissi idrokdir, hid hissi ham xuddi
shunday. Bizning his-tuyg'ularimiz, fikrlarimiz va tanamiz
ong holatidir. Xuddi tushlarda ko'rish, eshitish, hidlash, ta'm
bilish va teginishimiz kabi, yuqori darajada ham biz bu
.hislarning barchasini sof ong orqali boshdan kechiramiz

* * *

Ey Rabbim, bizni O'zingning yaqinligingni his qilish orqali
baxtli qilgin, bizni istaklar kishanlaridan ozod qilgin va bizga
hayot tajribalari va uning o'zgaruvchan voqealari ta'sir
.qilmaydigan ichki quvonchni ato et

* * *

Ongimiz yuqori idrok bilan uyg'unlashganda, ichimizda
ma'naviy ong uyg'onadi va biz ilohiy donolik va sevgining
.ajoyib mo''jizalarini boshdan kechiramiz

* * *

Agar biz Xudoni to'liq sevsak va Unga butun fikrlarimiz
va qalbimiz bilan murojaat qilsak, biz Unga yaqin bo'lamiz va
U hayotdagi eng buyuk xavfsizlik boshpanasi ekanligini bilib
.olamiz

* * *

Ko'rinib turgan bo'sh, ulkan makonda bizni koinotdagi
barcha tirik va jonsiz narsalar bilan birlashtiradigan kosmik
aloqa va abadiy hayot mavjud - barcha mavjudot orqali
oqayotgan oliy hayot to'lqini. Abadiylik bizning haqiqiy
uyimiz va doimiy maskanimizdir va bu tanalardagi
mavjudligimiz vaqtinchalik, xuddi cho'l bo'ylab sayohat
.qilayotgan karvon uchun qisqa muddatli tanaffus kabi

* * *

Biz o'zimizni ruhning ijodiy kuchlari bilan
uyg'unlashtirganimizda, bizni yo'naltirishga va
muammolarimizni hal qilishga qodir bo'lgan universal va
cheksiz ong bilan bog'lanamiz. Ijodiy kuch bizga

borlig'imizning eng buyuk manbaidan uzluksiz ravishda oqib
keladi va bu bizga faoliyatimizning har qanday sohasida
.ijodiy muvaffaqiyatga erishish imkonini beradi

* * *

Sevgi ishonch, bag'rikenglik va o'zaro hurmat muhitida
o'sadi va gullab-yashnaydi

* * *

Ey Rabbim, bizni sof fikrlar va yaxshi odatlar nuri bilan
barakala, toki yomon odatlar va buzuvchi fikrlar zulmati bizga
yaqinlashsa, u darhol yo'q bo'lib ketsin va bizga Seni
shunday chuqur sevgi bilan sevishga yordam berki, na
moddiy illyuziyalar, na dunyoviy vasvasalar bizni tuzoqqa
.ilintira olmaydi yoki ongimiz va qalbimizni egallay olmaydi

* * *

Oson qo'lga kiritilgan narsalar kamdan-kam hollarda
qadrlil bo'ladi. Biz buni buyuk insonlar hayotini va ularning
iste'dodlarini rivojlantirish, burchlarini bajarish, axloqiy
qadriyatlarini shakllantirish, chuqur tadqiqotlar olib borish va
xudbinlikdan qochish orqali qanday qilib buyuk
bo'lganliklarini o'rganish orqali bilamiz. Ular erishgan
natijalar va erishgan yutuqlari qilgan sa'y-harakatlaridan
.beqiyos darajada katta edi

* * *

Haqiqiy erkinlik donolik bilan boshqariladigan va
tushunish, to'g'rilik va qat'iy iroda bilan qo'llab-
.quvvatlanadigan tanlov erkinligidadir

* * *

Irodangizni, qat'iyatingizni va ongli idrokingizni
uyg'otganingizda, ko'rinmas kuchlar yuqori ongdan - ruhning
idroki orqali - sizga yordam berish va Xudoning yordami
bilan psixologik tasalli va baxtga olib boradigan yo'llarni
.yoritish uchun ozod qilinadi

* * *

Inson o'z sa'y-harakatlari bilan qalb kanallarini ochishi
kerak Hech kim tinchlik va baxtdan ko'ra azob-uqubat va

baxtsizlikni ixtiyoriy ravishda tanlamaydi Jaholat azob-
uqubatlarning ildizi va olib tashlanishi va yo'q qilinishi kerak
bo'lgan to'siqdir Jaholat insoniyat bog'ida o'sadigan, chuqur
ildiz otgan zararli begona o'tdir. Jaholatni sobit iroda va
qat'iyat bilan yengish kerak. Aql tuprog'ini aniq aqliy diqqat
bilan [ijobiy tomonga] ishlov berish va yaxshi urug'larni imon
suvi bilan sug'orish kerak. Sevgining hayotiy va iliq nurlari
porlaganda, yaxshilik urug'i o'sadi va parazit begona o'tlar
va o'tlarni yengib chiqadi, chunki yorug'lik bor joyda zulmat
.mavjud bo'la olmaydi

* * *

Moddiy narsalarning zavqlari so'nadi va yo'qoladi, lekin
ilohiy quvonch hech qachon xiralashmaydi. Bu cheksiz va
.ta'riflab bo'lmaydigan ilohiy baxtdir

* * *

Biz baxtga erishish uchun hech qachon noto'g'ri
usullardan foydalanmasligimiz kerak, shuningdek,
o'zimizdagi xotirjamlik va ma'naviy boylikdan voz kechib,
xayoliy qulaylik va halokatli ta'sirga ega do'zax harakatlar va
xatti-harakatlar bilan oldinda osilib turishi mumkin bo'lgan
.yorqin hayotni izlamasligimiz kerak

* * *

Xotirjamlik ilohiy mavjudlikni suratga olish uchun eng
yaxshi kameradir. Sof va aniq yo'naltirilgan xotirjamlik
linzalari orqali muborak tasvir mukammal ravshanlik bilan
.namoyon bo'ladi

* * *

Darhaqiqat, barcha donolik sizning ichingizda va sizga
kerak bo'lgan yagona narsa - bu ongli ravishda xabardor
.bo'lishdir

* * *

Qanoat o'zini takomillashtirishda yotadi, shuning uchun
boshqalar sizni siz ularni izlamasdan qidiradilar. Sevgi va
do'stlik evaziga kutmasdan yoki talab qilmasdan berilishi
kerak, chunki kutish nafrat va achchiqlanishni keltirib

chiqaradi. O'zini takomillashtirishga intilayotganda ham,
inson o'zining fazilatlari va qadr-qimmati qal'asida yolg'iz,
.xavfsiz va xotirjam turishi kerak

* * *

Yuragimdan quvonch va nekbinlik sharsharalari doimo
oqib chiqsin va ularning tetiklantiruvchi spreyi uchratgan
.barcha odamlarga ta'sir qilsin

* * *

Ma'naviy quvonch qalbda boshqalarga har tomonlama
yordam berish istagini uyg'otadi va baxtga olib boradigan
nafis axloqiy zavqlarni qadrlash qobiliyatini rivojlantiradi, shu
.bilan qo'pol zavqlarga moyillikni kamaytiradi

* * *

Rolingiz qanchalik kichik bo'lishidan qat'i nazar, u ruhlar
hayot sahnasida ijro etadigan kosmik spektaklning
muvaffaqiyatiga hissa qo'shish nuqtai nazaridan eng buyuk
.rollar kabi muhim bo'lib qolmoqda

* * *

Umumjahon ong - bu mutlaq, cheksiz ong bo'lib, u
doimo o'zini yangilab turadi va ijodida cheksizdir va siz orqali
.u o'zining noyob jihatini ifoda etishga harakat qiladi

* * *

Agar siz ilohiy sevgini bir marta bo'lsa ham tatib
ko'rsangiz, undan hech qachon voz kechmaysiz, chunki
.butun koinotda bunga o'xshash narsa yo'q

* * *

Xudoni biladiganlar juda rivojlangan ruhiy bosqichlarga
yetib kelishgan, shuning uchun ular gunohkorlarga
shunchaki ruhiy maslahat berish bilan kifoyalanmaydilar,
balki Xudoning marhamati va yordami bilan ularni gunohkor
ishlarining oqibatlaridan ozod qiladigan ruhiy kuch bilan
.zaryadlashlari mumkin

* * *

Barcha yaxshi va yomon amallar miya hujayralarida
joylashgan bo'lib, fikrlarda fazilatli yoki yomon odatlar yoki

moyilliklar sifatida namoyon bo'ladi. Miya hujayralari ushbu odatlarning kuchi bilan zaryadlanganligi sababli nosog'lom odatlardan aziyat chekadigan odam o'zini iroda, meditatsiya, samimiy ibodat va doimiy ijobiy tasdiqlar orqali ozod qilishi mumkin, toki barcha nomaqbul odatlari tinchlik va osoyishtalikning fazilatli odatlariga aylanmaguncha. Bu to'g'ri yo'naltirilgan hayot kuchi miya hujayralarining g'ayritabiiy tabiatini o'zgartirish uchun ishlaganda sodir bo'ladi, shunda bu hujayralar barcha yaxshi, fazilatli va .go'zal narsalar bilan to'ladi

* * *

Tushunish - bu ichki ko'z, qalbning ko'rish qobiliyati va qalbning teleskopi. Bu ongning xotirjamligi va vijdon pokligi .o'rtasidagi muvozanatdir

* * *

Har kuni biz turli xil manzaralarni ko'ramiz va har kuni o'rganish kerak bo'lgan yangi saboq olib keladi. Inson o'z hayotining asosiy maqsadiga, ya'ni o'z mavjudligining manbasini va hayotining poydevorini anglash orqali saboq .olishi kutilmoqda

Keling, o'tmishdagi qayg'ularni unutishga va ular haqida o'ylamaslikka qaror qilaylik. Qat'iy qat'iyat va faol iroda bilan hayotimizni yangilaylik, muvaffaqiyatlarimizni oshiraylik va .o'zimizda yaxshi odatlar va olijanob fazilatlarni tarbiyalaylik
Xudo mening kuchim va men boshqa kuchga
ishonmayman

Hayotdagi kurashlarda kurashing va oxirigacha bardosh bering, hech qachon taslim bo'lmang Hech qachon "Men yo'lni topa olmayapman, shuning uchun urinishni to'xtataman" demang Agar xato qilgan bo'lsangiz, yo'l-yo'riq so'rang, lekin hech qachon urinishni to'xtatmang Ko'pchilik to'siqlarga duch kelganda mag'lubiyatni qabul qiladi Muvaffaqiyatsiz bo'lganlar muvaffaqiyatsizliklar bilan emas, balki muvaffaqiyatli odamlar bilan muloqot qilishlari kerak

Muvaffaqiyatga erishishga qat'iy qaror qiling; bu sizning
.hayotdagi falsafangiz bo'lsin

Biz har kuni jismoniy kuchimizni mustahkamlashimiz,
aqliy kuchimizni oshirishimiz va meditatsiya, sog'lom fikrlash
va tana, ong va ruhga birgalikda foyda keltiradigan ijobiy,
.samarali ish orqali o'zimizni anglashimiz kerak

Yaxshi odatni shakllantirishni yoki yomon odatni tark
etishni istasangiz, turli odatlarning mexanizmlari joylashgan
miya hujayralariga e'tibor qarating. Yaxshi odatni
shakllantirish uchun avval jimgina o'tiring va ilohiy yo'l-yo'riq
.izlab meditatsiya qiling

Peshonangizdagi, qoshlaringiz orasidagi iroda markaziga
diqqatingizni qarating va miyangizga singdirmoqchi bo'lgan
odatingizni qat'iy tasdiqlang. Yomon odatlardan xalos
bo'lishni istasangiz, diqqatingizni iroda markaziga ham
qarating va bu odatlar ildiz otgan barcha chuqurchalar yo'q
.qilinayotganini qat'iy tasdiqlang

Diqqat va iroda bilan siz hatto chuqur ildiz otgan eski
.odatlarni ham yo'q qilishingiz mumkin

Miyangizdagi nosog'lom odatlarni yo'q qilish uchun iroda
kuchiga ega ekanligingizni o'zingizga qayta-qayta
tasdiqlang. Bu tasdiq uchun eng yaxshi vaqt - irodangiz va
diqqatingiz eng yuqori cho'qqisida bo'lgan erta tong.
O'zingizga barcha buyruqlardan ozod ekanligingizni
tasdiqlashda davom eting va bir kun kelib - Xudoning
yordami bilan - o'zingizni butunlay yo'q qilmoqchi bo'lgan
.odatdan ozod qilganingizni bilib olasiz

Nimadan qo'rqsangiz ham, uni fikrlaringizdan chiqarib
tashlang va Xudoga qoldiring. Xudoga bo'lgan imoningizni
mustahkamlang va U sizga yordam bera olishiga ishoning va
ko'p azob-uqubatlar tashvish va xavotirdan kelib chiqishini
.biling

Qo'rqqan narsangiz hali sodir bo'lmagan bo'lsa, nega
hozir azob chekishingiz kerak? Bizning ko'pgina
bezovtaliklarimiz qo'rquvdan kelib chiqqanligi sababli, agar
biz qo'rquvni hayotimizdan olib tashlasak, o'zimizni erkin his
.qilamiz va shifo darhol keladi

Har kecha, uxlashdan oldin, Xudo siz bilan ekanligini,
sizni himoya qilayotganini va kuzatib turganini o'zingizga
tasdiqlang. Uning himoya nuri sizni har tomondan o'rab
turganini tasavvur qiling, shunda siz Uning ajoyib himoyasini
.his qilasiz

Ushbu kosmik spektaklda barcha irq vakillari vaqt
.sahnasida hayot dramasini sahnalashtiradilar
Biz hayotning ma'nosini vaqtinchalik rollarimiz bilan
haddan tashqari band bo'lmasdan yoki ularga haddan
tashqari e'tibor qaratmasdan tushunishimiz kerak. Hayot
haqidagi tushunchamiz ko'pincha buzilgan va noto'g'ri
yo'naltirilgan bo'ladi, chunki biz unga xudbinlik va
cheklangan nuqtai nazar bilan qaraymiz; agar biz ruhning
ko'zi bilan qarasak, narsalarga butunlay boshqacha nuqtai
.nazardan qaragan bo'lar edik

Biz donolik ko'zini ochganimizda, biz Xudoning hamma
narsani qamrab oluvchi nurini ko'ramiz va shu nurda biz
o'zimizning ruhiy tabiatimizni idrok etamiz, bu koinotning
barcha zarralari va qismlarini qamrab oluvchi universal ong
.tabiatining aksidir

Ma'naviy haqiqatlar bizni o'rab turibdi, yumilgan
ko'zlarimizning eshiklarini taqillatib, bizni zulmat o'rniga
yorug'likni ko'rishga, johillik o'rniga donolik bilan harakat
qilishga, qalbimizni nafrat o'rniga sevgi bilan to'ldirishga va
tinchlik o'rnatish hamda dunyomizga mo'l-ko'lchilik va
xavfsizlik olib kelishda hamkorlik qilishga undaydi. Agar biz
buni qilsak, johillik yo'qoladi, dunyoviy farqlar yo'qoladi, biz

xilma-xillikda birlikni ko'ramiz va ilohiy iroda bilan yanada
.uyg'unlashamiz

Xudo bilan bo'lgan munosabatimiz ish beruvchi va
xodim o'rtasidagi kabi sovuq yoki mehrsiz emas. Biz Uning
farzandlarimiz va Uning bizga bo'lgan g'amxo'rliqi doimiydir;

U bizni doim tinglaydi. Biz Uning borligining ajralmas
qismimiz va U bilan bo'lgan munosabatlarimiz jonli va jonli. U
bizga cheksiz sevgi, tushunish, tushuncha, yaxshi niyat va
ma'naviy kuch bag'ishladi, ammo ko'pchiligimiz bu boylikni
.bekorga sarfladik

Xudo bizning olijanob va mehribon oila a'zolariga
munosib bo'lganidek, xavfsizlik, tinchlik va do'stona
hamkorlikda yashashimizni xohlaydi, ammo ochko'zlik va
xudbinlik odamlar qalbida o'sib chiqdi va ildiz otdi hamda
.oilalar o'rtasida bo'linishga sabab bo'ldi

Xudo bizni xo'jayin bo'lishimizni xohlaydi, lekin biz qul
bo'lishni tanladik. Insoniyat o'zining samoviy uyidan
uzoqlashdi va Xudoga yaqinlik va Xudo bizga yaqinlik hissini
yo'qotdi va shaxsiy harakatsiz bu jannatni qaytarib
ololmaydi. Xudo bizni O'z suratida yaratdi, ammo bu haqiqat
.bizning xayolimizdan chiqib ketdi

Biz taqdirimiz qiyinchilik va taqdirimiz halokat degan
illyuziyaga taslim bo'ldik va parda ortidagi yorqin haqiqatni
ko'rish uchun illyuziya pardasini donolik xanjari bilan
.yirtishimiz kerak

Xudo menga umrimning shu uzoq yillari davomida baxt
ato etdi. Odamlar yuzimdagi mamnuniyat tabassumini
ko'rishadimi yoki yo'qmi, ilohiy quvonch doim men bilan va
meni hech qachon tark etmaydi. Baxtning buyuk daryosi
ongim qumlari ostida doimiy ravishda oqadi va hayotim
.bog'larini sug'oradigan muborak buloqlar kabi otilib chiqadi
Hayotning to'satdan o'zgarishi mening xotirjamligimni
buzolmaydi, o'lim arvohi ham men his qilayotgan ma'naviy
.baxtni tortib ololmaydi

Bu holatni doimiy va o'zgarmas qilish qiyin edi, lekin
men hozir zavqlanayotgan va boshqalar bilan baham
ko'rayotgan ruhning mevalari bunga sarflagan barcha sa'y-
.harakatlarimga arziydi

Men ilohiy ruh tomonidan boshqarilgan deb o'ylayman
va harakat qilaman. Pul hech qachon hayotimdagi maqsadim
bo'lmagan, balki insoniyatdagi birodar-opa-singillarimga
xizmat qilish bo'lgan. Shuning uchun Xudo o'zimni ta'minlash
va vazifamni bajarish uchun menga ko'plab yaxshilik
eshiklarini ochdi. Va menga yordam kerak bo'lganda, Xudo
.uni darhol beradi

Mening yagona istagim sizga xizmat qilish va shuning
uchun men bu yerdaman

Xudoning kuchi sizning hayotingizda ham ishlaydi.

Imoningiz mustahkamlanganda va haqiqiy boylik moddiy
muvaffaqiyatdan emas, balki Qodir Tangridan kelishini
.anglaganingizda, bu haqiqatni o'zingiz boshdan kechirasiz
Xudo bilan o'tkazgan har bir lahzangiz sizning eng katta
foydangiz uchun bo'ladi va sevgi bilan va Xudoni rozi qilish
uchun qilgan barcha ishlaringiz abadiylik yozuviga yozib
.qo'yiladi

Chuqur fikrlaringizning yolg'izligiga chekinib va
sukunat bulog'idan oqib chiqayotgan tinchlikdan bahramand
bo'ling

Agar biz yaxshi ishlar eksak, quvonch va barakalarni
o'rib olamiz, agar yomon ishlar eksak, turli xil va darajadagi
.inqirozlar va muammolarni o'rib olamiz
Har bir xayrli ish ilohiy quvonch manbasini ochish uchun
.ong tuprog'ini qazib oladigan tekaga o'xshaydi

Oddiy [tafakkur] yolg'izlik haqiqiy baxtning narxi
ekanligini anglab, yaxshi kitoblar, e'tiqod, muammolar,
falsafa yoki ichki quvonch bilan bog'liq bo'ladimi, o'zini tahlil
.qilish va tadqiq qilish dengiziga sho'ng'ishni o'rganing
Hayot oldindan aytib bo'lmaydigan, injiq va sirli,
shubhalar, har xil muammolar va g'alayonlarga to'la bo'lib

tuyulsa-da, biz Xudoning doimiy himoyasida qolamiz. Biz vaziyatni bo'rttirib ko'rsatmasligimiz yoki voqealar oldida xotirjamligimizni yo'qotmasligimiz kerak, chunki agar vahima bizni bosib olishiga yo'l qo'ysak, yovuzlikka kuch beramiz va uning ildizlarini chuqurlashtiramiz, ular qo'rquv va xavotir .tuprog'ida o'sadi va gullab-yashnaydi

Har kecha o'zingizga savol bering: Xudo bilan qancha vaqt o'tkazdingiz, qancha mulohaza qildingiz, qancha yutuqlarga erishdingiz, boshqalar uchun qancha ish qildingiz ?va istaklaringizni qanchalik nazorat qildingiz

Hayot sinovlarida abadiy baxt va xotirjamlikni topishni kutmasligimiz kerak; aksincha, ularni o'zimizda izlashimiz va kashf etishimiz kerak. Keyin, qanday tajribalarni boshdan kechirsak ham, biz ularga boshqa birovning tajribalarini filmda tomosha qilganimiz kabi munosabatda bo'lamiz, xoh .yoqimli, xoh og'riqli bo'lsin

Inson o'z ongiga yo'l qo'ysa, barcha tajribalarini og'riqli, baxtsiz sinovlarga aylantirishi mumkin. Ular sog'lig'i yaxshi bo'lishi mumkin, ammo uning qadrini anglay olmaydilar. Ammo agar ular kasal bo'lib qolishsa, o'zlarini kamtar tutib, farovonlik ne'matini qadrlashadi. Biz Xudoning marhamatini tan olishimiz va bizga bergan ne'matlari uchun Unga minnatdorchilik bildirishimiz kerak, buning uchun noqulay vaziyatlar bizni minnatdor qilishini va Uning marhamatini tan .olishini kutmasdan

Hayot mulohaza va harakatlarning uyg'unligi bo'lishi kerak. Inson psixologik muvozanatini yo'qotganda, u tashvishlar, qayg'u bulutlari va og'riq azoblariga moyil bo'lib qoladi. Agar ular sog'liq, farovonlik va donolik qonunlarini buzishga harakat qilsalar, muqarrar ravishda kasallik, .qashshoqlik va johillikdan aziyat chekishadi

Biz niyatlarimizni pok, niyatlarimizni toza saqlashimiz va xotirjamlik keltiradigan tarzda harakat qilishimiz, hayot sharoitlari tinchligimizni buzishi va baxtimizni barbod .qilishiga yo'l qo'ymasligimiz kerak

Qayg'uli qalblar va singan fikrlar meni o'ziga tortadi, ular
qanchalik uzoqda bo'lishidan qat'i nazar
Oilangizni, qo'shnilaringizni, jamoangizni,
mamlakatingizni va barcha ongli mamlakatlar va
mavjudotlarni asta-sekin qamrab olish uchun porlab turgan
.sevgi saltanatingiz chegaralarini kengaytiring

Shuningdek, biz aql-zakovatimizni mustahkamlashimiz
va yillar va avlodlardan meros bo'lib qolgan intellektual va
axloqiy zaiflik yukini rad etishimiz kerak. Bu iflosliklar
yangilangan qat'iyat va samarali harakatlar olovida yoqib
yuborilishi kerak. Ushbu konstruktiv yondashuv bilan
chinakam fidoyi shaxs ozodlik va erkinlik ufqlariga yetib
.borishi mumkin

Hayot sahnasida obro'li rolingizni o'ynashingiz uchun
ichingizdagi cheksiz kuchni faollashtiring
Inson Xudodan boshqa mol-mulk, pul, shon-shuhrat yoki
boshqa biror narsaga sig'ina boshlagan zahoti, baxtsizlik
ularning taqdiriga aylanadi. Barcha e'tiborini shu narsalarga
qaratganlar aslida ularga sig'inadilar va shuning uchun ular
Xudoga yaqinlashmaydilar, balki Undan uzoqlashadilar. Lekin
Xudoni o'ylaydigan, U haqida mulohaza yuritadigan va
qalblarida U bilan muloqot qiladiganlar Unga yaqinlashadilar
.va U bilan jimgina muloqotda ichki quvonchni his qiladilar
Faqatgina Xudo insonning orzularini va abadiy baxtga
bo'lgan umidlarini ro'yobga chiqarishga qodir. Shuning
uchun, qalbdagi Xudoning o'rnini hech narsa egallashiga yo'l
.qo'yilmasligi kerak

Izlovchiga Xudoni eslab qolishga va Unga yaqinlashishga
yordam beradigan muqaddas ramzlar mavjud. Biroq, agar
inson bu ramzlarga sig'inishni boshlasa, ularning zarari
foydasidan ustun bo'ladi. Ibodat faqat Xudoga qaratilgan
bo'lishi kerak, chunki boshqa hech narsa ibodatga loyiq
.emas

Ritualistik ibodatning tabiati qanday bo'lishidan qat'i nazar, ibodat qiluvchi uni ma'naviy ong va Unga intilish bilan bajarsa, u Xudoga ma'qul bo'ladi. Biroq, ko'p odamlar ibodatning mohiyatini tushunmaydilar va ularning fikrlari va qalblari Xudodan marosimlarga chalg'iydi, shuning uchun .ibodatlaridan ko'p foyda ko'rmaydilar

Haqiqiy topinuvchilar o'z onglarini biron bir tasvir yoki shakl bilan cheklab qo'yishga yo'l qo'ymaydilar, balki ular barcha tasvirlar va shakllar ortidagi ilohiy ruhga eng chuqur .sevgi va to'liq e'tibor bilan e'tibor qaratadilar Xudo mutlaq va cheksizdir, va hech qanday tasvir yoki

haykal Uni sig'dira olmaydi
Aytish mumkinki, Xudo Uni chin dildan sevadigan va U

bilan uyg'unlikda bo'lgan har bir kishida o'zini namoyon qiladi, chunki U hamma joyda mavjud va shuning uchun hammada mavjud. Biroq, hamma ham ilohiy mavjudlikni namoyon qilish qobiliyatiga ega emas. Quyosh ko'mirga ham, olmosga ham bir xil darajada porlaydi, lekin olmos quyosh nurini qabul qiladi va aks ettiradi, ko'mir esa aks .ettira olmaydi

Xuddi shunday, barcha odamlar Xudoning nuriga cho'mgan, ammo bu nurni qabul qila oladigan va uni o'z fikrlari va harakatlarida aks ettira oladiganlar oz. Buning uchun ular meditatsiya va ilohiy ta'limotlar va amrlarga amal .qilish orqali o'zlarini poklashlari kerak

Biz Xudoning ismini talaffuz qilganimizda, nima deyayotganimizni chuqur va chin dildan anglashimiz kerak.

Agar siz ibodat paytida odamlarning fikrlariga nazar tashlasangiz, ko'pchilik Xudodan boshqa hamma narsani o'ylayotganini ko'rasiz, garchi ular Uning ismini tilga olsalar .ham! Bunday ibodat samarasiz va befoydadir

Ibodat qilganimizda, fikrlarimizni chalg'itib, shunchaki

Uning muborak ismini takrorlash o'rniga, butun ongimizni Xudoga qaratishga harakat qilishimiz kerak. Xolalarimdan biri ibodatlarini kamdan-kam hollarda qo'lidan tushadigan

ibodat munchoqlariga o'qirdi. Lekin u bir kuni menga qirq yil davomida bu ibodat odatini amalda qo'llaganiga qaramay, Xudo uning ibodatlariga javob bermaganini tan oldi. Buning ajablanarli joyi yo'q! Uning "ibodatlari" asabiy odatdan .boshqa narsa emas edi

Ibodat qilganimizda, faqat Alloh haqida o'ylamasligimiz kerak. Ibodatimizda samimiyatli va iltijolarimizda fidoyi bo'lishga intilishimiz kerak. Duo munchoqlaridan foydalanish va Xudoning ismini doimo tilga olish, agar bu amaliyot qalbdan kelib chiqsa va samimiylik va diqqat markazida bo'lgan ong bilan qo'llab-quvvatlansa, juda maqbuldir. Biroq, bu amaliyot vaqt o'tishi bilan avtomatik bo'lib qolishi .mumkin

Biz Xudoning ismini qalbimizda sog'inch va ilohiy sevgi bilan pichirlashimiz kerak; bu Xudoning qalbiga ta'sir qiladigan haqiqiy ibodatdir. Xudoning ismini sovuqqonlik va adashgan ong bilan tilga olish kufr va hurmatsizlikdir. Ibodat qilganda, insonning qalbi va ongi Xudoning sevgisi bilan .to'lishi kerak

Ey Rabbim, Sen sinovlar va azob-uqubatlarning notinch dengizida mening adashgan fikrlarimni boshqaradigan ilohiy .Shimoliy Yulduzsan

Yuqori yogik mashqlari orqali ongni jamlashni mashq qilish, xuddi Xudo haqida o'ylashga va U bilan muloqot qilishga yordam berganidek, shon-sharaf va ulug'vorlikning .oliy manbai bo'lgan Xudoga yaqinlashishga yordam beradi Haftada bir kunni (iloji bo'lsa) Xudo haqida tafakkur qilish va xotirjamlik, xotirjamlik va ichki xotirjamlikni his qilish uchun ma'naviy chekinishga bag'ishlash juda muhimdir. Shu tarzda o'tkazilgan vaqt haftaning qolgan qismida duch keladigan tashvish va tashvishlar uchun .tinchlantiruvchi balzam bo'ladi

Har bir inson hissiy jarohatlari va og'riqlarini davolash uchun har hafta bir kunni yolg'izlikda yoki "ma'naviy chekinish"da o'tkazishi kerak. O'sha kun tinchlik, quvonch va

mamnuniyatga aylanganda, siz uni haftama-hafta intiqlik
.bilan kutasiz

Yolg'izlik - bu buyuklikning narxi. Ushbu ruhiy chekinish
va ruhingiz va Xudo bilan bog'lanish orqali ongingiz, tanangiz
va ruhingiz uchun erishiladigan ajoyib natijalar sizni hayratda
qoldiradi. Agar siz chinakam baxtga intilsangiz,
uyg'onganingizda erta tongda va kechasi uxlashdan oldin
.ilohiy tinchlik okeaniga sho'ng'ishingiz kerak
Hindiston donishmandlari faqat bir kun yolg'izlikni emas,
balki har kuni to'rtta aniq vaqtda tinch meditatsiya qilish
zarurligini ta'kidlashadi. Tong otganda, uyg'onishdan va
kimdir bilan uchrashishdan oldin, xotirjamlik va
xotirjamlikdan bahramand bo'lish kerak. Peshinda tushlikdan
oldin ongni tinchlantirish va kechki ovqatdan oldin yana bir
bor xotirjamlikdan bahramand bo'lish kerak. Nihoyat, kechasi
.yotishdan oldin yana tinchlik holatiga kirish kerak
Yolg'izlik paytida va ushbu to'rt kunlik davr davomida
sukutni astoydil saqlaganlar Xudo bilan uyg'unlikni his
qilishlari shart. Bu davrlarning barchasiga rioya qila
olmaydiganlar hech bo'lmaganda ertalab va kechqurun
vaqtlarini bunga bag'ishlashlari kerak. Shunday qilib,
ularning hayoti yaxshi tomonga o'zgaradi va ular chinakam
baxtni his qilishadi; tajriba eng yaxshi dalildir
Agar siz bank hisobingizni qoplash uchun yetarli mablag'
kiritmasdan cheklar yozishda va imzolashda davom etsangiz,
pulingiz tugab qoladi. Xuddi shu narsa hayotingizga ham
tegishli. Hayotiy hisobingizga muntazam ravishda tinchlik
kiritmasangiz, energiyangiz tugaydi, xotirjamligingiz
yo'qoladi va baxtingiz yo'qoladi. Xulosa qilib aytganda, siz
oxir-oqibat hissiy, aqliy, jismoniy va ma'naviy bankrotlikka
duchor bo'lasiz. Ammo Xudo haqida chuqur kundalik
.mulohaza yuritish hissiy hisobingizni to'ldiradi
Dindor izlovchi har kuni meditatsiya qiladi, qalbidagi
barcha sevgi va sog'inch bilan Xudo bilan muloqot qiladi,
Undan O'zini ochib berishini yolvoradi. Agar siz Xudoning

sevgilisi bo'lsangiz va Uning huzurini his qilishni istasangiz,
ongingiz va tanangizni Uning tinchligiga cho'mdirishingiz
kerak, shunda hayot sizga tabassum qiladi va ishlaringiz ko'p
.jihatdan yaxshilanadi

Xotirjam odam kamdan-kam hollarda xato qiladi va
minglab boshqalar muvaffaqiyatsizlikka uchragan joyda
.muvaffaqiyatga erishadi

Xudo haqida o'ylamaydigan yoki Unga ahamiyat
bermaydiganlar tushkunlikka tushib, baxtsiz bo'lishadi. Ular
.asabiylashadi va yurish mashinalariga aylanadilar
Agar siz ruhiy kuch sarflab, qalbingizda Xudoga birinchi
o'rinni bersangiz, donolik va tinchlik quyoshi xotirjamlik
osmonida ko'tariladi va sizning borlig'ingizni shifobaxsh
.nurlari bilan yuvadi

Bitta oy barcha yulduzlarning birlashtirilganidan ham
yorqinroq porlaydi Kichik bo'lib ko'rinadigan quyosh o'zidan
millionlab marta kattaroq hududdan zulmatni yo'q qiladi
Xuddi shunday, yaxshi inson, shunchaki dunyoda mavjud
bo'lish orqali, yovuz odamlar chiqaradigan ko'plab
tebranishlarni bartaraf etadigan va zararsizlantiradigan
.tebranishlarni chiqaradi

Tafakkur kuni, shuningdek, ruhiy va jismoniy dam olish
va ichki xotirjamlikni rivojlantirish kuni bo'lishi kerak. Donolik
va xotirjamlik keltiradigan har qanday faoliyat o'sha kuni
.muborak faoliyatdir

Ota-onani hurmat qilish haqida muqaddas kitoblarda
ularga yaxshi muomala qilish tavsiya etilgan: "Ota-onangizni
.hurmat qiling" va "Ota-onangizga mehribon bo'ling
Inson ota-onalari Xudoning vakillari sifatida hurmat
qilinishi kerak, chunki ularga insoniyatni yaratish in'omini
bergan. Ona Xudoning sof sevgisining timsolidir, chunki
mehribon ona boshqa hech kim kechirmaydigan joyni
kechiradi. Ota Xudoning donoligining namoyonidir va Uning
.farzandlarining himoyachisidir

Inson ota-onasini Xudodan tashqari sevmasl原因 kerak,
balki Uning himoya va dono sevgisining ifodasi sifatida
sevishi kerak. Oliy ilohiy ruh bolaga yordam berish uchun
ham ota, ham ona bo'ladi; shuning uchun uni ota-onalar
.hurmat qilishlari kerak

Muqaddas Kitob bizga o'ldirish uchun o'ldirmaslikni ham
maslahat beradi, chunki u holda odam qotilga aylanadi.
Inson kuchli his-tuyg'ular paytida boshqa birovning hayotiga
zomin bo'lmasligi kerak. Biroq, agar yaqinlaringizga tahdid
solinsa, Xudo ularga ishonib topshirganlarni himoya qilish
uchun kurashish kerak, chunki oila va vatanni himoya qilish
.muqaddas burchdir

Zinoga qarshi taqiqqa kelsak, jinsiy birlikning ideal
maqsadi Xudoning suratida yaratilgan bolalarni tug'ish va
bir-birida Xudoni ko'rgan er-xotinlar his qiladigan sof
sevgining ifodasi bo'lishi kerak. Faqat jismoniy darajada
yashaydiganlar, haqiqiy sevgiga yoki jinsiy istakning
yaratilish maqsadiga ahamiyat bermasdan, ushbu amrga
muvofiq zino qiladilar. Bu holda, ular jinsiy istaklarini
qondiradigan va keyin o'z yo'llarida davom etadigan
.hayvonlardan farq qilmaydi

Xudo erkaklar va ayollarda oilaviy hayotda chinakam
o'zaro sevgini tug'ish va ifoda etish uchun bu ijodiy istakni
yaratdi va uni boshqa yo'l bilan noto'g'ri ishlatmaslik kerak,
.aksincha, muqaddas faoliyat va bilimga aylantirish kerak

Agar siz o'zingizning jinsiy kuchingizni nazorat qila
olsangiz va taqsimlay olsangiz, yozish, chizish yoki yashirin
iste'dodlarni boshqa ko'plab usullar bilan ochib berish uchun
.ajoyib aqliy qobiliyatlarni rivojlantira olasiz

Va nihoyat ijodiy faoliyatni nazorat qila va ma'naviy
jihatdan o'zgartira olganingizda, siz buyuk tinchlik, buyuk
sevgi va ortib borayotgan ma'naviy quvonchni boshdan
.kechirasiz

Jinsiy faoliyatini ma'naviy jihatdan o'zgartirgan avliyolar
va ruhiy yetakchilar dunyoda va haqiqatni ezoterik izlashda

hayratlanarli va hayratlanarli ishlarni bajarishga qodir
.bo'lgan ulkan shaxslardir

Shunday qilib, jinsiy istakdan eng yuqori darajada
foydalanish uning kuchini oshirish, ya'ni donolik, yuksak
ideallar va ma'naviy tamoyillarni namoyon etish uchun uning
energiyasini yuqori maqsadga yo'naltirishdir. Jinsiy fikrlardan
zavqlanmaslik yoki taqiqlangan narsani xohlamaslik kerak.
Bunday o'zini tuta bilishga erishilganda, jinsiy aloqa va uning
.oliy maqsadi haqida sog'lom nuqtai nazarga ega bo'ladi
Jinsiy masalalarga qul bo'lish sog'liqni, o'zini tuta
bilishni, intellektual xotirjamlikni va qisqasi, insonga kerak
.bo'lgan barcha baxt elementlarini yo'qotishni anglatadi
Muqaddas kitoblar bizni o'g'irlik qilmaslikka undaydi.

Agar ming kishidan iborat guruh bir-biridan o'g'irlik qilsa, har
birining 999 ta dushmani bo'ladi. Shuning uchun,
boshqalarning huquqlarini buzmaslik, ularning yerini,
tinchligini, sevgisini, qadr-qimmatini yoki ularning biron bir
moddiy yoki ma'naviy boyligini tortib olmaslik kerak. Agar
o'zingizniki bo'lmagan narsani olish istagini his qilmasangiz,
sizga kerak bo'lgan narsa yoki xohish sizga keladi. O'g'irlik
birinchi navbatda ongda paydo bo'ladi. Inson boshqalarga
hasad qila boshlaganda. Yomon niyatlarning urug'lari ongdan
sug'urib olinishi kerak. Ma'naviy altruizm - bu shunday yo'l.
Shunda inson tabiiy ravishda mo'l-ko'lchilikni jalb qiladi va
ularga bilgan va bilmagan manbalaridan ne'matlar oqib
keladi. Bu xatosiz ilohiy qonundir. O'g'rilar va xudbin
odamlarga kelsak, ular hayotlarini moddiy boyliklarni ta'qib
qilish bilan o'tkazadilar, ko'zlari doimo boshqalarda bor
narsaga qaraydilar, hatto o'z xazinalari oltin bilan to'lib
.toshgan bo'lsa ham

Moddiy xudbinlikdan voz kechilmaguncha, dunyo baxtni
bila olmaydi

Baxt faqat ma'naviy hamkorlik orqali keladi. Bu inson
boshqalarning ehtiyojlarini o'zinikidek his qilganda va
.boshqalar uchun o'zi uchun ishlaganidek ishlaydi

Yana bir muhim amr - yolg'on guvohlik berishdan saqlanishdir. Haqiqatni buzib ko'rsatish orqali kimgadir zarar yetkazish ijtimoiy uyg'unlikni buzishning yana bir usuli hisoblanadi. Agar kimdir yaxshi munosabatda bo'lishini istasa, boshqalarga ham shunga yarasha munosabatda bo'lishi kerak. Haqiqat har doim aytilishi kerak, lekin haqiqatni aytish bilan shunchaki faktlarni aytib berish o'rtasida farq bo'lishi kerak. Kimnidir cho'loq yoki ko'r deb atash og'riqli va zararli; boshqalarning his-tuyg'ularini inobatga olish va ularni sharmanda qilishdan qochish kerak. Xuddi shunday, ezgu maqsadsiz kimgadir xiyonat qiladigan haqiqatni oshkor qilish ham noto'g'ri. Boshqa tomondan, haqiqatni aytmaslik uchun yolg'on gapirmaslik kerak; aksincha, boshqalarni sharmanda qilish yoki ularga zarar yetkazmaslik uchun ba'zi vaziyatlarda jim turish mumkin. Inson qalb xotirjamligini kemiradigan halokatli kasallik bo'lgan hasaddan ehtiyot bo'lishi kerak. Inson boshqalarga tegishli narsalarga qanchalik ko'p qiziqsa, uning baxtsizligi va baxtsizligi shunchalik kuchayadi. Hasadgo'y odam tinchlikning ta'mini bilmasdan, muammoli hayot kechiradi. Ular o'zlarini hurmat qilishlari, o'zlariga ishonishlari va ichki .ma'naviy boylik izlashlari ancha yaxshi.

Insonning qadr-qimmati va ichki qadr-qimmati ular xohlagan yoki egallashni istagan har qanday narsadan ancha yuqori. Xudo har bir insonda boshqa hech bir insonda namoyon bo'lmaydigan tarzda namoyon bo'ladi. Ularning yuzi hech kimnikiga o'xshamaydi va ularning ruhi hech kimnikiga o'xshamaydi, chunki ular ichida barcha yaratilishning eng buyuk xazinasini yashiringan va bu eng .buyuk xazina Xudodir.

Biz hayotimiz yaxshi ishlar bilan porlashini va gullab-yashnashini, quvonch va baxt bilan xushbo'ylanishini va .bizni qadrlaydiganlar xotirasida abadiy yashashini istaymiz.

Inson to'g'ri iymonga ega bo'lib, shunga muvofiq harakat qilsa, u iymonsiz va hayot jangida o'z burchlarini .bajarmaydiganlardan ko'ra baxtliroqdir Sog'lom imon va solih amal (ezgu niyatlar va yaxshi niyatlar bilan qo'llab-quvvatlanadi) baxt bor joyda doimo mavjud bo'ladi va baxt yo'q joyda yo'qoladi. Bundan xulosa qilishimiz mumkinki, ular baxtning ikkita muhim sharti bo'lib, ularsiz ularga erishib bo'lmaydi. Baxtni istaganlar faqat uning poydevori va ustunlari bo'lgan ushbu ikkita asosiy .elementga ega bo'lishlari kerak

Insonlar koinotning cheksiz tarkibiy qismlarini xohlagancha nazorat qila olmaydi, o'zgartira olmaydi yoki yo'q qila olmaydi. Bu komponentlar inson hayotining matosi bilan chambarchas bog'liq va odamlar ulardan alohida faoliyat yurita olmaydi. Biroq, odamlar bu komponentlarga moslashish va ulardan zarar ko'rmaslik uchun onglarini .boshqarishlari mumkin

Ota-bobolarimiz bizdan baxtliroq edilar, chunki ular hozirgi bizdan ko'ra ko'proq dunyoviy narsalar va zavqlarga ega edilar yoki hayot muammolariga kamroq duch kelganlari uchun emas, balki ularga tasalli, xotirjamlik, qoniqish va .qisqasi, baxt keltiradigan psixologik muvozanatga ega edilar

Ular baxt uchun tashqi sharoitlarga bog'liq emas edilar, shuningdek, ularni baxtdan mahrum qiladigan tashqi sharoitlarga ham berilishmadi. Ularning qulaylik, xotirjamlik, baxt va qoniqish hissi tabiiy, normal, sog'lom va uzoq muddatli edi. Agar biz baxtga ega bo'lishni istasak, biz ham bu his-tuyg'ularni rivojlantirishimiz kerak. Va oramizda kim ?bunday qilmaydi

Taqdir o'tmishdagi iroda erkinligi yoki tanlov erkinligining natijasidir. O'tmishdagi iroda erkinligi amaliyotlarimiz orqali biz o'zimizga taqdir va taqdirni olib

keldik va olib kelmoqdamiz. Biroq, biz o'tmish bilan bog'liq emasmiz va harakatlarimiz oqibatlari bilan abadiy cheklanib qolmaymiz. Agar xohlasak va yo'limizni to'g'rilashga va hosilimiz sifatini yaxshilashga intilsak, ekanlarimizni yo'q qilishimiz va yozganlarimizni o'chirishimiz mumkin

Agar biz og'riqli oqibatlarga olib keladigan xatti-harakatlar urug'larini yo'q qilsak va ularning o'rniga ruh tabiatiga ko'proq mos keladigan urug'larni eksak, biz, albatta, ruh tuprog'iga ekilgan yaxshi urug'lardan baxt mevalarini yig'ib olamiz. Agar biz ko'proq baxtga erishmoqchi bo'lsak yoki azob-uqubat va og'riqni kamaytirmoqchi bo'lsak, ertaga emas, balki hozir, hozir erkin irodadan foydalanishimiz kerak

Shuning uchun, baxtning shartlari insonning o'zida yotadi va u shunchaki xato qilmaydigan tenglama bilan jiddiy shug'ullanishi kerak va agar u eng yaxshi baho berib, unga amal qilsa, natijalar uning foydasiga bo'ladi
Ey Rabbim, mening borlig'im Sening hayotiyliging bilan, yuragim Sening taskin beruvchi va mehrli huzuring bilan, ongim Sening donoliging bilan va jonim Sening ilohiy xabardorliging bilan to'lsin

Qalblaringiz tuprog'ida sevgi urug'lari o'sadi. Bu urug'larni umuminsoniy sevgi va umuminsoniy rahm-shafqat suvlari bilan sug'oring

Aqlning kuchi cheksizdir va shunga ko'ra, agar siz biron bir mavzu haqida yetarlicha chuqur o'ylasangiz, o'sha mavzu bilan bog'liq har qanday savolga javob olasiz

Agar inson o'zining barcha ishini va faoliyatini boshqalarga xizmat qilishga bag'ishlasa va ularni qoniqarli fikrlash bilan amalga oshirsa, unda u chinakam e'tibor va minnatdorchilikka loyiqdir

Biz bir tomonlama bo'lmasligimiz kerak, aksincha, har birining ahamiyatiga qarab, faoliyatimiz muvozanatini saqlashimiz va ishimiz va burchlarimizga ustuvorlik berishimiz kerak

Burch - bu inson moddiy manfaat uchun emas, balki quvonch bilan bajaradigan harakatdir va ma'naviy va axloqiy .burch hayotda birinchi o'rinda turishi kerak Har bir insonda foydalanilmagan salohiyat bor. Ular barcha zarur kuchlarga ega. Aqlning o'zi oliy kuchdir va u eskirgan va cheklovchi odatlar va tushunchalardan xalos .bo'lishi kerak

Sayyoralar va yulduzlarning inson hayotiga ta'siri sayyoralar va inson tanalari orasidagi tortishish va itarish .kuchlarining o'zaro ta'siri natijasida yuzaga keladi Yomon fikrlar insonni o'z xohish-istaklariga ko'ra o'zini ifoda eta oladigan zararli muhitga olib boradi. Biroq, inson iroda kuchi orqali o'z fikrlari va ongini, natijada esa atrof-muhitini o'zgartirishi mumkin. Agar inson uzoq vaqt zararli muhitda qolsa, bu muhit unga ongsiz ravishda ta'sir qila boshlaydi. Vaqt o'tishi bilan ular sog'lom va foydali muhitni tanlash erkinligini butunlay yo'qotadilar va o'sha zararli muhitning salbiy ta'siriga duchor bo'ladilar. Boshqa tomondan, kuchli irodaga ega bo'lganlar Xudo bilan .uyg'unlikda bo'ladilar

Konsentrlangan ong energiyasi

Quyosh nurini kattalashtiruvchi oynadan kichik bir nuqtaga qaratsangiz, u issiqlik hosil qiladi va bu issiqlik yog'och, mato, qog'oz va boshqa narsalarni yoqib yuborishi mumkin. Xuddi shunday, ongingizni aniq jamlasangiz, uning jamlangan energiyasi har bir muvaffaqiyatsizlik ortidagi shubha ildizlarini yoqib yuborishi va donolik nurining yorqin .porlashiga imkon berishi mumkin Aql barcha yaxshiliklarning manbai va barcha muborak kuchlarning manbai bo'lgan Xudo bilan uyg'unlashganda, u ilohiy mavjudlikni anglaydi va muvaffaqiyatning barcha elementlariga ega bo'ladi. Bu elementlar Xudoning ulkan

kuchi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, har qanday sohada muvaffaqiyatga erishish uchun yangi imkoniyatlar yaratishga .qodir

Muammolar va qiyinchiliklar insonning ma'lum bir vaqtda va joyda sodir etilgan o'tmishdagi harakatlaridan bexabarligidan kelib chiqadi. Ularning hozirgi azob-uqubatlari ularning ong tuprog'ida ildiz otgan, o'simlikka aylanib, o'sha fikrlar va harakatlarning o'ziga xos xususiyatlarini aks ettiruvchi mevalarni bergan fikrlari va ishlaridan kelib .chiqadi

Sinovlar va qiyinchiliklar insonni sindirish yoki irodasini falaj qilish uchun emas, balki ularga Xudoning buyukligini anglash va Uning qonunlariga hurmat ko'rsatish uchun keladi, bu orqali ular chinakam baxtga erishishlari mumkin.

Xudo bu og'ir sinovlarni yubormaydi, chunki ular asosan inson tomonidan yaratilgan. Insoniyatdan talab qilinadigan yagona narsa - bu uning ongini g'aflat uyqusidan uyg'otish .va johillik zulmatidan bilim nuriga chiqishdir

Ko'pincha his-tuyg'ularimiz bizga o'tkinchi zavqlarni va'da qiladi, ammo oxir-oqibat bizga uzoq davom etadigan og'riq va azob-uqubatlarni keltiradi. Haqiqiy fazilat va baxt esa kam narsani va'da qiladi, ammo oxir-oqibat bizga sof va abadiy quvonch bag'ishlaydi. Shuning uchun men ichki, uzoq davom etadigan baxtni haqiqiy quvonch, vaqtinchalik hissiy .zavqlarni esa shunchaki zavq deb bilaman

Quyoshga millionlab kilometr uzoqlikdan kosmosda qarasangiz, bu ulkan yulduz bizning Yerimizdan ancha .kichikroq ko'rinadi

Biroq, Yerning diametri taxminan 7900 milni tashkil qiladi, Quyoshning diametri esa Yernikidan yuz baravar katta. Agar siz Yer sayyorasini to'g'ridan-to'g'ri Quyoshning

oldiga qo'ysangiz, u Quyoshga nisbatan kichik bir nuqta
.bo'lib ko'rinadi

Tasavvur qilaylik, qudratli quyosh maydoni kengayib,
ulkan massasi butun moviy osmonni yutib yubormaguncha
kengayib bormoqda. Biz ko'rib turgan osmon cheksiz olamni
qamrab olgan fazoning kichik bir qismi, hatto mayda bir
.zarrasi

Agar quyosh kengayib, cheksiz kosmosga cho'zilib borsa
.ham, u baribir cheksizlikni qamrab ololmaydi
Kichiklik va cheklilikning kosmik illyuziyasi ongning bu
.kosmik kenglikni idrok etishini cheklaydi va oldini oladi
Bu mutlaq bo'shliq qaerdan paydo bo'ldi va uning
?chegaralari qayerda

O'lchovlar yoki o'lchovlarga bo'ysunmaydigan, chegarasi
yoki kelib chiqishi bo'lmagan Zot - bu hamma joyda mavjud
bo'lgan va kosmosning eng chekka joylarida mavjud bo'lgan
Xudodir. U uzoq, olis yulduzlarda. Xuddi sizda va mening
ichimda mavjud bo'lgani kabi, u egallagan har bir makonni,
.kichik yoki katta bo'lishidan qat'i nazar, ongli ravishda biladi

O'tmish insoniyatning ko'p qismi uchun noma'lum,
tanlangan bir nechta ma'rifatli shaxslar bundan mustasno.

Shunga qaramay, o'tmishni bilmasligimiz ham bizning
foydamizga. Agar biz bu hayotda va oldingi hayotlarda
qilgan barcha ishlarimizni bilsak, harakatlarimizning
ko'pligidan hayratda qolib, butunlay hayratda qolardik.

Bizning irodamiz hatto shokdan falaj bo'lib, bizni
izlanishlarimizni davom ettirishga ojiz qilib, umidsizlikka
tushib qolishi mumkin. Hatto bu dunyoviy hayotda ham
unutish Xudoning ne'matidir, bu bizning fikrlarimiz va his-
tuyg'ularimizni o'tmish xotiralari, ayniqsa achchiq va og'riqli
xotiralar bilan band qilishiga yo'l qo'ymaydi. Yaxshiyamki,
ichimizdagi ilohiy uchqun doimo umid va hayotning uzluksiz

sayohatini davom ettirish istagi bilan porlaydi. Biz bu ikki ne'mat uchun Xudoga shukur qilishimiz kerak: o'tmishni .unutish qobiliyati va kelajakka umid

Taqdir iroda erkinligi yo'lida to'siqlar qo'yadi degan xulosaga kelmasligimiz kerak. Biroq, ko'pchilik odamlar taqdir va taqdirga bog'laydigan salbiy ta'sirlarga qarshi turish uchun qo'limizdan kelganini qilishimiz va ichki e'tiqodimizga muvofiq tanlov erkinligimizdan foydalanishimiz kerak, agar bu e'tiqodlar sog'lom imonga asoslangan va ilohiy qonunlarga asoslangan bo'lsa, ularsiz inson haqiqiy .baxtni tatib ko'rolmaydi

Biror harakatni boshlaganimizda, biz noqulay vaziyatlardan qo'rqmasligimiz kerak, aksincha, iroda va tanlov erkinligini amalga oshirish yo'lida hech narsa to'sqinlik qila olmasligiga mutlaq ishonch bilan, maksimal darajada .optimistik bo'lishimiz kerak

Insonlar ko'pincha daryo yuzasida suzib yurgan bargga o'xshaydi va ular o'zlarini illyuziya va vayronagarchilik sharsharalariga olib boradigan avtomatik odatlar oqimidan chiqarib olishlari kerak. Ko'pchilik odamlar befarq bo'lib .tuyuladi va o'zlarini oqim olib ketishiga yo'l qo'yadi

Agar maqsadimizga erisha olmasak, unga erishishimizga to'sqinlik qilgan o'zimiz yaratgan to'siqlar borligini bilvosita tan olishimiz mumkin. Biz xohlagan natijaga erishish uchun sabr-toqatli bo'lishimiz va sa'y-harakatlarimizni ikki baravar oshirishimiz kerak. Shuningdek, to'siqlar va qiyinchiliklar qanchalik kuchli va dahshatli bo'lmasin, ularni yengib o'tishga kuchimiz borligiga o'zimizni ishontirishimiz kerak.

Barcha urinishlarimizga qaramay, muvaffaqiyatsizlikka uchrasak ham, umidsizlikka yoki umidsizlikka hojat yo'q, agar inson irodasi o'zimiz yaratgan taqdirdan kuchliroq ekanligini tushunsak. Shuning uchun, qancha marta muvaffaqiyatsizlikka uchrasak ham, urinishni to'xtatmasligimiz kerak, chunki har doim ochiq eshiklar bor.

Bizga muvaffaqiyat berilmaguncha shunchaki harakat qilishda va urinishni takrorlashda davom etishimiz kerak. Agar biz Unga tayansak va kerakli kuch sarflasak, Xudo bizga yordam beradi. [Yo'ldan yurgan odam manzilga yetadi va Xudoga ishongan odam hafsalasini pir qilmaydi]

Inson biror narsani shiddat va qat'iyat bilan istasa, bu istak qayerga bormasin va nima bilan band bo'lmasin, uning ongidan hech qachon chiqmaydi. Doimiy va tinimsiz faoliyati orqali bu istak ulkan qat'iyat va g'ayratga ega. Bu ichki pichirlash mexanik iltijolardan ko'ra kuchliroq va samaraliroq bo'lib, u shunchaki lablarni qimirlatadi. Xudoni sevuvchilar shunday harakat qilishadi. Ular Unga bo'lgan sevgilarini tinimsiz pichirlashadi, ularning samimiy pichirlashlari kundalik faoliyati davomida eshitilmay qoladi. Bu samimiy pichirlash ularni chalg'itmaydi yoki boshqa vazifalari bilan ziddiyatga olib kelmaydi. Xudoga bo'lgan istaklari o'sib borishi bilan, Unga bo'lgan sevgilari chuqurlashadi va kuchayadi, toki ular Uning huzurini his qilmaguncha va Uning nurini qalb ko'zi bilan ko'rmaguncha. Ular cheksiz quvonchni tatib ko'rishadi va ta'riflab bo'lmaydigan tinchlikni his qilishadi.

Xudo bizga hayotda kerak bo'lgan saboqlarni yuboradi, toki biz ulardan foyda olishimiz, tushuncha va tajriba orttirishimiz mumkin. Kimki bu saboqlardan qochsa, qancha vaqt ketishidan qat'i nazar, ularni o'rganishga majbur bo'ladi

Agar har bir sinovdan saboq olsak, u bizga do'st, agar
imkoniyatni qo'ldan boy berib, nolish, xafa bo'lish va noto'g'ri
mulohaza yuritish bilan noto'g'ri foydalansak, u zolim
.despotdir

Hayotni to'g'ri tushunish va unga to'g'ri munosabatda
.bo'lganimizda, u go'zal va asoratlardan xoli bo'ladi

-

psixologik holatlar

Inson abadiy quvonch to'lqinlarida, qayg'uning notinch
suvlariga cho'kib keta olmaydi yoki zerikish tubida cho'kib
keta olmaydi. Qarama-qarshi ikkilanishlar dunyosida oddiy
odam ko'tarilish va pasayishlarga duchor bo'ladi - baxt
to'lqinlarida ko'tariladi, befarqlik tubiga cho'kadi va
qayg'uning g'azablangan to'lqinlari tomonidan uloqtiriladi -
kamdan-kam hollarda boshqa ong holatini boshdan
.kechiradi

Vaziyatning fikrlarni shu tarzda o'zgartirishiga yo'l
qo'yish, o'z irodasini injiq va doimo o'zgarib turadigan
taqdirga taslim bo'lishni anglatadi. Muvaffaqiyatli va
mazmunli hayot kechirish uchun insonga aqliy muvozanat
kerak va bunga faqat diqqatni jamlagan fikrlash va hissiy
.qobiliyatlarini nazorat qilish orqali erishish mumkin

Hatto eng chuqur qayg'ular ham vaqt o'tishi bilan tuzalib ketadi, shuning uchun hayotimizning har bir kunida qayg'u haqida o'ylashning ma'nosi yo'q. Yaqin insonimizni yo'qotish uchun doimo qayg'urish na ularga, na bizga yordam bermaydi va bu hech narsani o'zgartirmaydi. Xuddi shunday, o'zini pastlik kompleksida rivojlantirish yoki o'tmishdagi xatolar yoki muvaffaqiyatsizliklar uchun o'zini jazolash samarasizdir; bu faqat hayotni baxtsiz qiladi va .aqliy qobiliyatlarni bo'g'ib qo'yadi

Biz zerikarli tartiblar chuquriga tushib qolishimizga yo'l qo'ymasligimiz kerak, chunki bu psixologik holat qulay emas, chunki u ongni bezovta qiladi va yashirin qobiliyatlarni .beparqlik o'chog'ida yoqadi

Muvaffaqiyatsizlikni ildizidan yo'q qilish kerak, hayot dalalarini tirishqoqlik va qat'iyat bilan shudgorlash va Xudoning yordami bilan mo'l hosil olish uchun yaxshilik .urug'lari bilan ekish kerak

Hech kim ilgari qilmagan ishni qiling — dunyoni hayratda qoldiradigan ish qiling. Xudoning ijodiy kuchi siz .orqali ishlayotganini ko'rsating

Xotirjam va olijanob fe'l-atvorga ega odamlar fikrlarimizni jozibali va sog'lom qilishga yordam beradi. Inson o'zining intellektual ozuqasini tinch yoki buzg'unchi muhitdan oladimi, aniqlash qiyin emas. Xavotir, qayg'u va tartibsizliklarning barchasi noto'g'ri odamlar, xoh do'stlar,

xoh qarindoshlar bilan muloqot qilishdan kelib chiqadi, bu
.esa xavotirli fikrlar va notinch kayfiyatga olib keladi

Tana energiya va faollikni jismoniy oziq-ovqatlardan
oladi, magnitli oziq-ovqatlar esa tanani ham, ongni ham tirik
energiyaga aylantirib bo'lmaydigan qattiq va suyuq oziq-
ovqatlarga qaraganda hazm qilish osonroq bo'lgan energiya
.zaryadlari bilan ta'minlaydi

Jaholatni donolikka, zaiflik va ojizlikni sog'liq va hayotga
aylantira olsangiz, hayot yo'llarida ishonch bilan va jasorat
bilan — hatto yolg'iz bo'lsangiz ham — yura olsangiz, tirik va
hushyor vijdonga, Xudoning adolatiga va to'g'rilikning
noto'g'rilik va haqiqatning illyuziya ustidan g'alaba
qozonishiga sobit ishonchga ega bo'lishdan ichki quvonchni
topsangiz va har kuni fikrlaringizni yuqori va yanada nafis
darajalarga ko'tarishga intilsangiz, boshqalarga nisbatan
mehrli va minnatdor qalb va yaxshi niyatlarga ega
bo'lsangiz, intellektual ozuqangiz magnitga aylanadi va siz
xavfsizlik va osoyishtalik sohillariga yo'lingizni davom ettirish
uchun zarur bo'lgan barcha go'zal va foydali narsalarni —
narsalar, odamlar va sharoitlarni o'zingizga jalb qilasiz. Va
nihoyat, sizga kerak bo'lgan narsalarni olish uchun harakat
qilsangiz va Xudo bergan narsalardan qoniqsangiz, dunyoviy
istaklarga berilib, uning o'tkinchi zavqlariga ochko'z
bo'lganlardan ko'ra ruhan boyroq va ko'proq qoniqarli
.bo'lasiz

Rahm-shafqat har bir qalbni boshqa qalblar bilan
bog'laydigan ko'prikdir. Rahm-shafqat har bir qalbgga olib
.boradigan darvozadir

Inson boshqa barcha odamlardan ustun bo'lgan yagona haqiqiy do'st bo'lgan Xudoni izlaganda, barcha insoniy munosabatlarda - oilaviy, birodarlik, nikoh va ma'naviy munosabatlarda chinakam do'stlikni o'rnatish mumkin bo'ladi. Do'stlik nikoh munosabatlarida muhim element hisoblanadi va intellektual va hissiy yaqinlik, ma'naviy jozibadorlik hissi va chinakam sevgi ustuvor bo'lishi kerak. Haqiqiy sevgi va jismoniy jozibadorlikni farqlay olmaydiganlar qayta-qayta hafsalasi pir bo'ladilar

Nikoh yuksak ideallar va o'zaro hurmatga asoslanganda, u bir-birining hayot yukini yengillashtiradigan va o'zaro hamdardlik va do'stona tushunish bilan yashash tashvishlarini yo'qotadigan ikki mehribon va hamkorlikka asoslangan qalb o'rtasidagi baxtli va muvaffaqiyatli ittifoqqa aylanadi

Agar men boshqalarning fikrlari va harakatlariga ta'sir qilishiga yo'l qo'ymasam, hech kim meni boshqara olmaydi .yoki irodamni tortib ololmaydi

Agar siz fikrlash tarzingizni materiya bilan cheklasangiz, hamma narsani moddiy nuqtai nazardan ko'rasiz. Ammo ongingizni ma'naviy ong holatiga ko'targaningizdan so'ng, siz Xudoning nurining keng tarqalgan oqimini barcha materiyadan tashqariga oqib chiqayotganini ko'rasiz va .hamma narsani ma'naviy nuqtai nazardan ko'rasiz

Rabbim, men o'z qobiliyatlarimni o'rganish va ma'naviy salohiyatimni kashf etish uchun cheksiz imkoniyatga ega ekanligimni anglayman. Bugun men fikrlarimni nekbinlik bilan to'ldiraman va o'zimni yoqimsiz tajribalardan uzoqlashtiraman. Men tanamni, ongimni va ruhimni

muvozanatli va uyg'un tarzda tarbiyalaydigan narsalarni
.mashq qilaman

Men moddiy bog'liqliklarni yuqori intilishlar bilan
almashtiraman
Va men sodiq ruh har doim men bilan ekanligini
anglayman

Hayot va o'lim raqsi doimo mavjud, lekin men o'zimning
ma'naviy kimligimni saqlab qolish orqali o'zimni abadiy ozod
qilaman. Sinovlar va azob-uqubatlar bo'ronlariga duch
kelganimda, ma'naviy qayig'imda hayot dengizi orqali
.xavfsiz, ilohiy qirg'oqlarga suzib ketaman

Men ishlayotganimda va ijod qilayotganimda, Xudo men
orqali ishlayotganini eslayman, U koinotning Parvardigori va
men U bilan chuqur mulohaza yuritish orqali bog'lana
.olaman

Sevimli Xudoyim, hayotimda qaysi g'oya eng kuchli
ekanligiga qarab, fikrlarim menga muvaffaqiyatsizlik yoki
muvaffaqiyat keltirishini tushunaman. Va men Sen yordam
qo'lingni cho'zayotganingni va muvaffaqiyatim uchun yo'l
.tayyorlayotganingni eslashga harakat qilaman

Menga balo va baxtsizliklar tushganda, men kuchimni
to'playman va ularni yengish qarorimni mustahkamlayman.
Men hamma bilan muomala qilishda samimiy va halol
bo'laman va sevgi va ezgu tilaklar haqida fikrlarni
tarqataman. Shunda Xudo meni O'z kuchi va donoligi bilan
.qo'llab-quvvatlaydi

Ruhiy kasalliklar va ularni davolash
Usta Paramhansa Yogananda

Nomutanosib va nomutanosib inson qiyofalari guruhini
:tasavvur qilishga harakat qiling
No'xat kattaligidagi kichkina boshli va tuya kattaligidagi
!katta tanasi bo'lgan biri
Boshqasining qo'li Shimsho'n yoki Gerkulesning qo'li
!kabi qudratli va tanasi mitti tanasi kabi
Uchinchisi esa ulkan filning boshi va ozg'in sichqonning
!tanasiga ega
Agar siz to'satdan g'alati va nomuvofiq tarkibga ega
olomonni ko'rsangiz, bu manzara siz uchun hayratlanarli va
?hayratlanarli yoki qayg'uli va afsuslanarli bo'lmaydimi
Endi tashqi ko'rinishi va qiyofasi normal bo'lgan, ammo
ruhiy jihatdan muvozanatsiz va psixologik jihatdan
.nosog'lom bo'lgan yana bir guruh odamlarni tasavvur qiling
Kiyimlar yaralar, yaralar va boshqa jismoniy nuqsonlarni
yashirgani kabi, kuchli, sog'lom tana va chiroyli, nurli yuz
ham ko'plab jiddiy ruhiy kasalliklar va tug'ma nuqsonlarni
.yashiradi
Agar siz o'zining nafis ko'rinishi va sog'lomligi bilan
ajralib turadigan oddiy odamlarning katta guruhini
uchratsangiz va ularning ruhiy tanalariga ruhiy
qarashlaringiz bilan kira olsangiz, bu ajablanarli bo'lar edi va
siz kashf etgan narsalardan chuqur qayg'uga botishingiz
.mumkin
Siz ularning ruhiy tanalarini quyidagicha kuzatishingiz
:mumkin
Aql bosh bilan, sezgi va his-tuyg'ular tana bilan, iroda
esa qo'llar va oyoqlar bilan ifodalanadi, ularning barchasi
.g'ayritabiiy, kasal va deformatsiyalangan

Ba'zilarning kichkina boshi va rivojlanmagan donoligi,
xudbin ambitsiyalar va shahvoniy istaklar bilan to'lib toshgan
.bo'sh tanaga o'rnatilganini ko'rasiz
Shuningdek, ba'zi odamlarning qo'llari juda rivojlangan,
funksional bo'lsa-da, ularda hissiyot va hayotiylik yo'qligi
.aniqlanadi

Boshqalar katta, ijodiy miyaga ega bo'lishi mumkin,
ammo ularning hamdardligi va hissiy qobiliyati susayadi va
atrofiyaga uchraydi. Va normal jismoniy va ruhiy
konstitutsiyaga ega, ammo irodasi va o'zini tuta bilishi zaif
.yoki falaj bo'lgan yana bir toifadagi odamlar bor
Va kuzatishlar ro'yxati davom etmoqda va umringiz
!uzoq bo'lsin

Ruhiy tanalardagi ba'zi jihatlarida rivojlanmagan,
boshqalarida esa haddan tashqari rivojlangan son-sanoqsiz
psixologik buzilishlar odamlarda mavjud - garchi yashirin
bo'lsa ham. Ular ularga psixologik og'riq keltiradi va o'z
iste'dod va qobiliyatlarini kerakli darajada namoyish
.etishlariga to'sqinlik qiladi

Bu yerda ba'zi psixologik kasalliklarni ko'rib chiqish
barcha insoniy muammolarning asosiy sabablarini
aniqlashga yordam berishi mumkin, shunda ular hech
bo'lmaganda ulardan aziyat chekadigan barcha odamlarga,
hatto ongsiz ravishda ham ma'lum bo'ladi, shunda ular bu
nuqsonlarning mohiyatini, ularning alomatlarini va psixikaga
jimgina kirib borishini tushunishlari mumkin, shunda ular
tinchlik va baxtning sudralib yuruvchi vayronkorligini qaytara
.olishlari mumkin
ruhiy melanxoliya

Bu kasallik ruhiy ishlarga berilib ketish bahonasida
intellektual va jismoniy jihatdan faol bo'lmaganlar orasida
keng tarqalgan. Bu azob chekkan shaxslar Xudoga xizmat
qilish niqobi ostida moddiy hayotning asosiy va kichik
vazifalarini e'tiborsiz qoldiradilar va shu tariqa o'zlariga jiddiy
zarar yetkazishi mumkin bo'lgan Shaytonga ochiladilar. Ular

pessimizm va atrofdagi foydali yoki go'zal narsalarga nisbatan qadrsizlikdan aziyat chekishadi. Bu yuqumli kasallik va ma'naviy intilishlarga ega bo'lgan barcha odamlar undan ehtiyot bo'lishlari va ijobiy fikrlash, optimistik qarash va sog'lom, samarali mehnat orqali o'zlarining hayotiy kuchlarini va immunitetlarini doimiy ravishda saqlab, o'zlarini .undan xalos qilishlari kerak ruhiy hazmsizlik

Bu tasodifiy (mast qiluvchi), ya'ni yaltiroq nomlar ostida ro'yxatdan o'tgan va soxta ruhiy kitoblar va saboqlar ko'rinishida taqdim etilgan ko'p miqdordagi tayyor psixotrop dorilarni tezda qabul qilish natijasida sodir bo'ladi, bu esa firibgarlik va sehrigarlik san'atida tajribaga ega bo'lgan "ruhiy .shifokorlar" tomonidan taqdim etiladi

Bu kasallik nafaqat haqiqatni bilishga bo'lgan ma'naviy ochlikni o'ldiradi, balki yaxshi va yomonni, foydali va zararlarni .farqlash qobiliyatini ham yo'q qiladi

Doimiy ravishda ilohiyotshunoslik g'oyalarini iste'mol qiladigan va qo'lga tushgan hamma narsani iste'mol qiladigan kishi nafaqat ortiqcha ovqatlanadi, balki foydali g'oyalar bilan birga zaharli g'oyalarni ham iste'mol qiladi, bu esa o'ziga intellektual hazmsizlikni va shu tariqa sekin ruhiy .o'limni keltirib chiqaradi

Turli ma'naviy va falsafiy g'oyalarni haddan tashqari va uzluksiz o'rganish, ularni ajratmasdan yoki shaxsiy tajriba orqali hazm qilish va ularning haqiqiylikni aniqlash uchun harakat qilmasdan, oxir-oqibat barcha ma'naviy tamoyillar va qonunlarga shubha, befarqlik va ishonchsizlikni keltirib .chiqaradi

Ehtiros va obsesyon

Bu kasallikka chalinganlar pul va vaqtlari ko'pligi, maqsad va hayotni to'g'ri tushunishga ega emasliklari .sababli behuda, ma'nosiz hayot kechirishadi

Bu odamlar o'z xohish-istaklari bilan boshqariladi; ular xayollariga kelgan va o'zlarini xursand qiladigan narsani

qilishadi. Ular hayotlarini arzon, arzimas romanlar, shov-shuvli filmlar va yuzaki, ma'nosiz o'yin-kulgilar bilan to'ldirishadi. Ular bu xavfli kasallikka chalinganliklarini og'ir shok yoki asabiy tushkunlikka tushmaguncha, ya'ni zarar .yetkazilgandan keyin anglamaydilar
ruhiy sovuqlik

Bu holatning boshqa nomi ham bor: umidsizlik. Inson qachon paydo bo'lishini va umidsizlik, murosasizlik, xavotir va sabrsizlik kabi og'riqli alomatlarini boshdan kechirishini hech qachon bilmaydi. Bundan ham yomoni, u ko'pincha uzoq davom etadi va uning qurbonlari tez tuzalib ketganiga .ishonsalar ham, tez-tez osongina qaytalanadilar

Psixologik katar

Bu kasallik surunkali dunyoviy tashvishlar haqida o'ylashdan kelib chiqadi. Undan aziyat chekadiganlar odatda o'zlarining iroda qurolidan foydalanishni e'tiborsiz qoldiradilar va shu tariqa doimiy qo'rquvlariga jasorat bilan qarshi turish va ularni go'dakligida yo'q qilish o'rniga, ularga .passiv va itoatkorlik bilan bo'ysunadilar
g'ayritabiiy psixologik bog'liqlik

Bu kasallik qurbonlari baxtga intilishda bir tomonlama bo'lib qoladilar. Baxt boylik to'plash, shon-shuhratga erishish yoki sog'liq yoki kuchga ega bo'lishda ekanligiga ishonib, ular o'zlarining yonayotgan ambitsiyalari qurbongohida hamma narsani - sog'liqni, yaxshi obro'ni, xotirjamlikni, sharafni va qadr-qimmatni qurbon qiladilar. Juda kech, ular faqat muvozanatli hayot, tabiat qonunlari va Xudoning amrlarini hurmat qiladigan va faoliyatni xotirjamlik bilan uyg'unlashtiradigan hayot haqiqiy baxt keltirishi va olijanob hayotning maqsadini amalga oshirishi mumkinligini .anglaydilar

Nosog'lom bog'lanish buzilishlaridan aziyat chekayotganlar cheksiz orzu-havaslar bilan band bo'lib, hayotga nisbatan buzuvchi va noto'g'ri qarashga olib keladi. Masalan, bir biznesmen katta muvaffaqiyatga erishdi va

boylik orttirdi, ammo boyligidan bahramand bo'lishdan oldin,
haddan tashqari tashvish va qo'rquv tufayli asabiy
.tushkunlikka tushib, yuragi ezilib vafot etdi
Boshqalar esa maqsadga erishish uchun hamma narsa
joiz deb hisoblashadi. Ushbu chalkashlik tufayli ular
o'zlarining asl maqsadlarini sog'ininishadi va hatto orzu qilgan
narsalariga ega bo'lishsa ham, eng kichik qoniqishga ham
erisha olmaydilar, chunki inson tabiati ulkan va ko'p qirrali
bo'lib, barcha darajalarda muvozanatli rivojlanishni talab
.qiladi

Ko'r-ko'rona ruhiy yopishish

Muayyan e'tiqodlarga nisbatan bu g'ayritabiiy fanatizm
muayyan fikrlar va g'oyalarni shubha ostiga qo'ymasdan yoki
tekshirmasdan ularga yopishib olishdan kelib chiqadi, shu
bilan birga bu kasallikka chalinganlarda har qanday sog'lom
ma'naviy g'oyaga yoki ochiq va ozod fikrga nisbatan g'azab
va adovatni keltirib chiqaradi. Bu izolyatsiya intellektual
samaradorlik, moddiy farovonlik, ruhiy va jismoniy
salomatlik, shuningdek, barcha kelib chiqishi bo'lgan
odamlarga bo'lgan sevgi va hurmatda namoyon bo'ladigan
.Xudoning qonunlariga qarshi isyonga olib keladi

Ma'naviy tamoyillarni singdirish

Jismoniy kasalliklar sezilarli, og'riqli va yoqimsiz bo'lgani
uchun, ular bizni ularga faol qarshilik ko'rsatishga undaydi va
bizni jismoniy mashqlar va sog'lom ovqatlanishdan tortib,
turli xil dori-darmonlar va dorilargacha bo'lgan turli
terapevtik usullar orqali ularni yengishga undaydi. Biroq,
psixologik kasalliklar, barcha insoniy og'riq va qo'rquvning
asosiy sababi bo'lishiga qaramay, yetarlicha shoshilinch
ravishda oldini olinmaydi yoki davolanmaydi va hayotimizga
.vayronagarchilik va halokat keltirishiga yo'l qo'yiladi
O'qituvchilar, jismoniy tarbiya o'qituvchilari, voizlar,
islohotchilar, shifokorlar va qonun chiqaruvchilar avval o'zlari

bilan boshlab, keyin boshqalarga inson tabiatini hayot qonunlari va sog'lom hayot tamoyillariga muvofiq muvozanatli va uyg'un tarzda rivojlantirishning to'g'ri usullarini o'rgatganlarida, taraqqiyotni oldinga siljita oladilar. Bu butun dunyo bo'ylab odamlarga kerak bo'lgan chinakam .samarali ta'lim va keng qamrovli insoniy madaniyatdir. Ta'lim muassasalari ushbu tamoyillar va turli diniy ta'limotlar o'rtasidagi chalkashlik tufayli davlat maktablarida ma'naviy asoslarni o'qitishni imkonsiz deb hisoblaydi. Biroq, agar ushbu muassasalar tinchlik, sevgi, xizmat, imon, ochiq fikrlilik va boshqalarni qabul qilish kabi umumbashariy tamoyillarga - mustahkam o'rnashgan ma'naviy doimiylarga - e'tibor qaratgan bo'lsa va bu tamoyillarni bolalar ongi va qalbining unumdor tuprog'iga singdirishning amaliy usullarini ishlab chiqsalar, bu taxmin qilingan va xayoliy qiyinchilikka oqilona va maqbul yechim topilishi mumkin edi. Bu masalani shunchaki u bilan bog'liq ko'rinadigan qiyinchiliklar tufayli .e'tiborsiz qoldirish jiddiy xatodir.

Kollej bitiruvchilarining aksariyati universitetni kitoblar mazmunidan shunchalik og'ir va shishib ketgan holda tark etadilarki, ular hayot yo'llaridan zo'rg'a yura oladilar, chunki ularning irodasi va o'zini tuta bilish qobiliyati beparvolik va foydalanmaslik tufayli deyarli falaj bo'lib qolgan. Shuning uchun siz ularning beparvolik bilan harakat qilayotganini va yomonlashayotganini, tengsiz nikohlar tubiga shoshilayotganini, jinsiy hayotlaridan noto'g'ri foydalanayotganini, pulning ortidan quvayotganini va akademik jihatdan rivojlangan aqllarining o'tkir pichog'ini qanday qilib to'g'ri ishlatishni o'rganmaganliklari sababli martabalarida muvaffaqiyatsizlikka uchrayotganini ko'rasiz. .Natijada, ular o'zlarini kesib, o'zlariga zarar yetkazadilar. G'alati, ko'plab yoshlar oxir-oqibat ularga zarar va azob keltiradigan faoliyat bilan shug'ullanishdan zavqlanadiganga o'xshaydi. Ba'zilar hech qanday cheklov yoki to'siqsiz o'g'irlik va boshqa qonunbuzarliklarga, hatto jinoiy harakatlarga

murojaat qilishadi. Jamiyatda illatlarning tarqalishining oldini olmaganlar ba'zilarining noto'g'ri xatti-harakatlarini rag'batlantiradilar. Vijdonli va chinakam e'tiqodli har bir inson boshqalarga halollik, halollik, qadr-qimmat va o'zini hurmat qilish borasida yaxshi o'rnak bo'lishi kerak. Maktablar, kollejlari, universitetlar va ijtimoiy muassasalar jinoyatchilikning asosiy sabablarini bartaraf etish orqali uni kamaytirish uchun yetarli ilmiy usullarni taqdim etmaydi, bu .asosan ongda uchraydi

Baxtli va muvaffaqiyatli hayot san'atini o'rgatish, insonning salohiyatini rivojlantirish va o'z qobiliyatlarini .oshirish uchun maxsus maktablar ham tashkil etilishi kerak Bunday maktablar yosh ong o'sib-ulg'ayadigan bog'lar va parklarga o'xshaydi. O'qituvchilar ehtiyotkorlik bilan tanlanishi va ota-onalar va jamoatchilikning hamkorligi ta'minlanishi kerak. Bu maktablar shaxslarni yanada samarali shakllantirishga yordam beradi. Shuni yodda tutish kerakki, insonning dastlabki bosqichlarida uning ma'naviy ozuqasi uning sog'lig'i va keyinchalik o'sish qobiliyatini .belgilaydi

Zamonaviy maktablarda qo'llaniladigan aqliy va jismoniy tarbiya usullari, shubhasiz, foydali, ammo ularda ma'naviy asos yo'q. Fazilatli xarakterni rivojlantirmasdan o'sish to'liq .bo'lmaydi

Jismoniy, aqliy va ma'naviy rivojlanish fanlari aqli hali nozik va moslashuvchan bo'lgan va kuchlari hali ma'lum .yo'llar bilan yo'naltirilmagan yoshlarga o'rgatilishi kerak Har tomonlama tayyorgarlikdan so'ng, ushbu maktablarning o'quvchilari doimiy ravishda refleksiv imtihonlardan o'tishlari kerak va olingan sertifikatlar mustahkam sog'liq, yaxshi obro', samaradorlik, moddiy va ma'naviy boylik, baxt, muvaffaqiyat va o'ziga ishonch .bo'ladi

Bu yer yuzidagi sayohat oxiridagi yakuniy imtihon natijalari umr bo'yi qo'shimcha imtihonlar davomida olingan

aqliy va ma'naviy yutuqlar hamda sertifikatlarning umumiy
.yig'indisiga qarab aniqlanadi

Ushbu oxirgi, eng buyuk sinovdan muvaffaqiyatli
o'tganlar o'zini o'zi ta'minlashning muqaddas sertifikatini va
.erkin, sof va quvonchli vijdonni oladilar

Va qalb sahifasida abadiy yozilgan ne'matlar
Bu noyob sovrinni kuyalar buzib ko'rsatmaydi
Va o'g'rilarning qo'llari unga yetmaydi
Yoki vaqt uni yo'q qiladi

Bu pasport bo'lib xizmat qiladi
Solihlar guruhining faxriy a'zoli uchun

Baxt qayerda yotadi?

**Xudo O'zining mutlaq rahm-shafqati bilan bizga
quvonch va ilhom baxsh etadi**

Va bu bizga haqiqiy hayotni beradi

Haqiqiy donolik

Va haqiqiy baxt

**Haqiqiy tushuncha hayotimizning barcha xilma-xil
tajribalari orqali keladi**

**Lekin Xudoning ulug'vorligi faqat ruh boshdan
kechiradigan ma'naviy xotirjamlikda va ongning U
bilan uyg'unlashishga bo'lgan astoydil urinishida
namoyon bo'ladi. U yerda biz haqiqat bilan yuzma-yuz
turamiz. Tashqarida illyuziyalar nihoyatda kuchli va
juda kam odam tashqi muhit ta'siridan qochib qutula
oladi. Dunyo cheksiz murakkabliklari va son-sanoqsiz
sinovlari bilan davom etmoqda. Xudoning ovozi
hayotning ko'rinishlari ortida yashiringan bo'lib, bizni
doimo gullar, muqaddas yozuvlar, vijdonimiz va
hayotni yashashga arziydigan barcha go'zal narsalar
orqali chaqiradi va biz bilan gaplashadi.**

**Tashqi narsalarga qanchalik ko'p e'tibor qaratsak,
ichki shon-sharafni shunchalik kam his qila olamiz; va**

ichkariga qanchalik ko'p murojaat qilsak, tashqi qiyinchiliklarga shunchalik kam duch kelamiz. Bu doimiy tenglama. Ammo ko'pchilik odamlar dunyoviy do'stlik, ular yashayotgan jamiyat va nosog'lom odatlar ta'siri tufayli bu haqiqatni anglamaydilar. Jamiyat insonni yuzaki masalalar bilan band qilib, ularni chuqurroq haqiqatlar haqida o'ylashga to'sqinlik qiladi.

Hatto ma'naviy joylarga ham ba'zilar ularning muborak muhitidan foyda olishni chin dildan istamasdan tashrif buyurishadi, shuning uchun ular bu tashriflardan hech qanday e'tiborga ega bo'lmaydilar.

Kim Xudoni ko'rishni istasa, Uni hamma joyda topadi. Inson odatlari halokatli, yirtqich va ochko'zdir; ular yo'q qiladi, vayron qiladi va yo'q qiladi. Insoniyat bor narsasidan baxtli va qanoatli bo'lishni o'rganish vaqti keldi. Bizga kelganidan boshqa hech narsani xohlamasligimiz kerak. Xudo saxovatli; U bizga nima kerakligini biladi va uni o'z vaqtida beradi. Bu biz hech qanday harakat qilmasdan Xudoga tayanishimiz kerak degani emas. Umuman yo'q. Bu biz o'z hissamizni qo'limizdan kelganicha qilishimiz va qolganini bizni hech qachon muhtoj va loyiq bo'lgan narsadan mahrum qilmaydigan Xudoga qoldirishimiz kerakligini anglatadi.

Abadiy baxtli bo'lishning eng yaxshi yo'li - bu Xudoning borligini his qilishdir. Bizning eng oliy istagimiz Xudoni bilish va U bilan birga bo'lishga qaror qilish bo'lishi kerak. Xudo bizning fikrlarimiz va his-tuyg'ularimizda birinchi o'rinda turishi kerak va biz Uni hayotimizdagi eng kuchli va eng mustahkam ustun deb bilishimiz kerak.

(Shunday ekan, Allohning arqonini mahkam ushlang va Undan panoh so'rang)

Chunki agar boshqa barcha ustunlar seni yo'qotsa, u ustundir

Men hayotning yagona maqsadi Xudoni bilish ekanligini angladim. Xudoni topish hayotning asosiy maqsadi ekanligiga ishonmaydiganlar ham bor. Lekin hech kim hayotning maqsadi baxt topish ekanligini inkor eta olmaydi. Va men to'liq ishonch va aniqlik bilan aytamanki, Xudo eng oliy baxtdir. U oliy saodatdir. U mutlaq, umuminsoniy sevgidir. U U bilan uyg'unlikda bo'lganlarning qalbini hech qachon tark etmaydigan abadiy quvonchdir. Xo'sh, nega biz bu mukammal baxtga erishishga intilmaymiz? Uni bizga boshqa hech kim bera olmaydi. Biz uni doimo o'zimizda rivojlantirishimiz va tarbiyalashimiz kerak. Tabiat kuchlari odamlarga dunyoviy zavqlarni berish uchun tinimsiz harakat qiladi, ammo bunday o'tkinchi zavqlar oxir-oqibat pushaymonlik, achchiqlanish va pushaymonlikka olib keladi. Hatto hamma narsaga ega bo'lib tuyulgan eng omadli odam ham baribir chinakam baxtli bo'lmasligi mumkin. Ular dunyoviy narsalar bilan uzoq vaqt qanoatlanmaydilar, chunki bu narsalar ularning haqiqiy chanqog'ini qondirmaydi yoki ma'naviy ochligini qondirmaydi.

Moddiy boyliklar faqat soxta tinchlik va o'tkinchi qoniqish hissini beradi. Butun dunyo tartibsizlik va betartiblikka botgan, urushni keltirib chiqaradigan xudbin va ochko'z istaklar bilan to'lib-toshgan. Boshqa hech narsa urushni keltirib chiqarmaydi.

Hayot jangida haqiqiy qahramon o'zini yengib, istaklarini yengadigan odamdir. Pul, shuhrat, shahvat va bu tamoyilga zid bo'lgan barcha narsalar bizning tinchligimiz va baxtimizga zarar yetkazadi. Agar odamlar har doim hayotning asl qadriyatlari nuqtai nazaridan fikrlashni o'rgansalar, izlayotgan baxtlarini topadilar, ammo ular maqsadlaridan adashib,

dunyoviy istaklar oqimi tomonidan olib ketiladi. Men hech qanday vasvasa meni o'zim tanlagan va ergashgan yo'limdan chalg'itolmasligini angladim.

Xudo menga bergan kuch bilan minglab odamlarni o'ziga jalb qila olaman, ammo bu yo'l menga zararli bo'lar edi. Qanday bo'lmasin, men minglab odamlarni o'ziga jalb qilishni va ularning ongini o'ziga jalb qilishni istamayman. Men faqat Xudoga sodiq samimiy shogirdlarni ko'rishni istayman. Xudoni sevadiganlar bu g'oyalardan zavqlanishadi va g'ayrati davom etayotganlar bu ta'limotlar orqali Xudoning marhamatlari va huzurini his qilishadi.

Inson Xudoni aldashi mumkin emas, chunki U doimo mavjuddir, ularning ongida nima borligini va nimani xohlashlarini biladi. Ular dunyodan voz kechib, ma'naviy uyg'unlikka intilganlarida, Xudo ularning oldiga keladi. Bu istak uni izlayotgan kishining qalbida ildiz otganida, Xudo bu qalbgga keladi va uni yaxshilik va baraka bilan to'ldiradi. Yashashga arziydigan yagona narsa - bu Xudo bilan uyg'unlikda bo'lish va Uning marhamatiga erishishdir. Bu uyg'unlik abadiy ahd va buzilmas va'da bo'lishi kerak (Xudoning ahdiga rioya qiladigan va uni buzmaydiganlar).

Hamma boshqalarga qaraganda ko'proq boylik tilaydi. Hatto uni qo'lga kiritgan taqdirda ham, ular norozi bo'lib qoladilar va boshqa birovning boyroq ekanligini angelaydilar. Odamlar o'z xohish-istaklari bilan oziqlangan o'zlariga azob-uqubatlar botqog'ida yashaydilar. Biz bor narsamiz bilan qanoatlanishimiz kerak. Moddiy boyliklar baxt keltirmaydi; aksincha, ular ko'pincha tashvishlar, xavotirlar va xavotirlarni kuchaytiradi.

Xudoga olib boradigan yo'l eng sodda va oson yo'l, ammo ko'plab diniy marosimlar va

rasmiyatchiliklarga qaramay, kam odam bu yo'ldan yuradi. Qalbimizni Xudoga qaratib, Undan biz uchun eng yaxshi va eng uzoq davom etadigan narsani so'rash yaxshiroqdir. Aslida, Xudo bizni kutmoqda, chunki U bizni yovuzlik va xavfdan uzoqlashtirmoqchi. U bizni qalbimizda va ongimizda U bilan birga bo'lishini xohlaydi, chunki bu dunyoning arzon buyumlari insonning xohishini qondira olmaydi yoki biz ichimizdagi chuqur his qiladigan ma'naviy bo'shliqni to'ldira olmaydi. Xudo doimo biz bilan gaplashadi, lekin Uning ovozini kam odam eshitadi. Bu jim ovoz ko'pincha shovqinli fikrlar va ochiq istaklar shovqini bilan bo'g'ilib ketadi. Ammo fikrlar tinchlanib, istaklar tinchlanganda, biz Xudoning ovozini aniq eshitamiz, garchi u jim va zaif bo'lsa ham. Darhaqiqat, Xudo insoniyatga yordam berish uchun hamma narsani qiladi, eshiklarni ochadi va yo'llarni yoritadi, toki biz qayerga qadam qo'yishimiz kerakligini ko'rishimiz mumkin, qoqilib ketmasligimiz yoki yiqilib ketmasligimiz uchun. Ammo ko'pchilik bu haqiqatni anglamaydi.

Men odamlar shunchaki boshqalarni tinglash yoki kitob o'qish orqali bilimga ega bo'la olaman deb o'ylashlarini istamayman. Ular o'qigan va eshitganlarini qo'llashlari kerak. Ibodatxonalarga borish uyda qolib, behuda gaplarni tinglashdan afzalroq. Lekin hatto ibodatxonalarda ham inson qalbida Xudoning borligini his qilishi va uni qanday boshdan kechirishni bilishi kerak. Hissiy portlashlar va oqilona tahlillar bizga qalbimiz egallashni istagan bilimni bera olmaydi.

O'zimizni Xudoga topshirib, xudbin istaklar bilan xayrlashganimizda va Xudo doimo biz bilan ekanligiga, qalbimizda yashashiga va bizni yaxshi va ezgu fikrlar va his-tuyg'ular bilan ilhomlantirishiga

amin bo'lganimizda, biz baxt va ozodlikka erishamiz va qalb ufqida donolikning quyosh chiqishiga guvoh bo'lamiz.

Tasavvur qiling-a! O'nlab yillar o'tgach, bizning mavjudligimiz orzu bo'ladi va hozir qilayotgan barcha narsalarimiz shu orzuning bir qismiga aylanadi. Hatto insoniyatning eng buyuk shaxslari ham inson ongining shunchaki shakllariga aylanadi. Ammo bu buyuk shaxslar o'zlarining asosiy maqsadlariga erishdilar, chunki ular eng yuqori darajaga yetdilar va ruhan tirik qolishdi, sodir bo'layotgan barcha narsalardan to'liq xabardor va ongli bo'lib qolishdi, chunki ular ilohiy ongda birlashgan. Ularning fikrlari va ta'limotlari orqali ular bilan uyg'unlashishga harakat qilgan har bir kishi muqarrar ravishda ularning borligini his qiladi, ularning marhamatlarini oladi va ular bilan chinakam birlikda ekanliklarini chuqur biladi.

Hayot - bu ulug'vor orzu. Ammo, hozir tanangizga qarab, uni hayotga to'la holda ko'rsangiz, bu orzuning haqiqatligiga to'liq amin bo'lasiz. Baxtli bo'lish uchun u yoki bu narsaga erishishingiz kerak deb o'ylaysiz. Lekin qancha orzularingizni amalga oshirsangiz ham, ular orqali baxt topa olmaysiz. Qancha ko'p orzu qilsangiz, shuncha ko'p orzu qilasiz. Agar inson qulaylik, xotirjamlik va ichki mamnuniyatda yashashni istasa, orzular filtrlanishi va hayot soddalashtirilishi kerak.

Muqaddas Kitobda aytilishicha, istaklari doimo ichkariga (ruhiga) oqib keladigan odam yuksak ichki xotirjamlikka ega insondir. Bunda ular hech qachon o'zgarmaydigan yoki kamaymaydigan, balki tinimsiz oqib keladigan suv bilan to'la dengizga o'xshaydi. Ammo o'z xotirjamligining omborida istak teshiklarini yaratadigan va hayotiy suvlarning oqib ketishiga va

isrof bo'lishiga yo'l qo'yadigan odam ma'naviy xotirjamlik va ichki baxt haqida hech narsa bilmaydi.

Bizga Xudoni biladigan, U bilan muloqot qilish qobiliyatiga ega va Uning borligini ongli ravishda his qiladiganlardan yo'l-yo'riq kerak. Payg'ambarlar bizdan Xudoni ichki xotirjamlikda, sodiq ruh va oliy ma'naviy quvonch yashaydigan qalbning yolg'izligida izlashni so'rashgan. Hindistonning ma'rifatli ustozlari ham bu g'oyalarni qo'llab-quvvatlaydilar va qalb tubida Ilohiy O'zini idrok etish uchun chuqur meditatsiya muhimligini ta'kidlaydilar.

Borliqdagi hamma narsa Xudoning ongi tomonidan boshqariladigan to'lqinsimon tebranishdir. Bu aqlli tebranish - bu Muqaddas Ruh yoki sodiq Ruh bo'lib, u bilan ibodat va meditatsiya orqali muloqot qilish mumkin.

Ruhingizning sukunatida va diqqatingizni jamlagan ongingiz bog'ida Mutlaq va Cheksizga bo'lgan muhabbat cheksizdir. Lekin agar avval pulga intilsak, Xudoni topish qiyin. Biz Xudoni hayotimizning ajralmas qismiga aylantirishimiz kerak, shunda biz bu hayotda kerakli hamma narsaga ega bo'lamiz. Kim Xudoni qalbida doimiy joyga aylantirsa, Xudo ularga yer va osmon ne'matlaridan mo'l-ko'l ulush beradi va ularning oldida donolik quyoshlari porlaydigan, yo'llarini yoritadigan va atrofidagi zulmatni tarqatadigan keng ufqlarni ochadi. Xudo abadiy sevgilidir va insoniyat uchun hech qanday baxt yo'q, agar ular Xudoni eng aziz yaqinlarini sevganlarida, chunki Xudosiz biz sevgining mohiyatini bilmas edik va uning shirinligini tatib ko'rmagan bo'lar edik.

Biz irodamizdan foydalanishni va ongimizni butun qalbimiz bilan Xudoni izlashga qaratishni o'rganishimiz kerak. Inson harakatlari istaklarga

bog'liq va bu odatlar bizni doimo biz qilishni istamagan narsalarni qilishga majbur qiladi. Darhaqiqat, inson o'zining dushmani, bundan bexabar. U qanday qilib jim o'tirishni bilmaydi va Xudoga vaqt ajratmaydi, lekin u baxt va kechiktirmasdan Jannatga kirishni kafolatlaydi. Muqaddas tajribaga shunchaki kitob o'qish, va'zlarni tinglash yoki yaxshi ishlar qilish orqali erishib bo'lmaydi. Bularning barchasi shubhasiz foydali, ammo ular yetarli emas. Xudoga erishish uchun puxta diqqatni jamlash va chuqur mulohaza yuritish kerak.

Avvalo Xudoning marhamatini izlashimiz kerak Biz hammani rozi qila olmaymiz, chunki buning iloji yo'q Men hech kimni xafa qilmaslikka harakat qilaman Men qo'limdan kelganini qilaman va men qila oladigan yagona narsa shu Mening yagona maqsadim - Xudoni rozi qilish Men qo'llarimni Uning oldida kamtarlik bilan ibodat qilish uchun, oyoqlarimni hamma joyda Uni izlash uchun va ongimni Uni o'ylash va Uning mo''jizalari haqida o'ylash uchun ishlataman Xudo qalbimizda birinchi o'rinni egallashi kerak, shunda biz Uni tinchlik, sevgi, tushunish, mehr-shafqat, rahm-shafqat va donolik sifatida his qilishimiz mumkin Men bu haqda guvohlik berish va siz bilan gaplashish uchun kelganman, boshqa hech narsa emas.

Tafakkurdan tashqari, yaxshi do'stlikni saqlash kerak. Biz odamlarning orqasidan quvmasligimiz kerak, balki Xudoning orqasidan quvishimiz kerak. Agar siz bu fikrlardan foyda ko'rsangiz, buni Xudoning ne'mati deb biling, chunki barcha maqtovlar Unga tegishli. Ularni boshqalar bilan baham ko'ring, toki ular siz topgan narsani ularda topsinlar (Va Rabbingizning marhamati haqida gapiring). Va har kuni kimgadir qodirligingizga ko'ra yordam berishni unutmang. Cho'ntagimda pulim bor ekan, men

berishdan to'xtamayman, chunki mening cheksiz va doimiy manbaim Xudodir.

Nihoyat, biz buyuklar kabi Xudoni bilishimiz kerak. Bu tafakkur va shaxsiy harakat orqali mumkin.

Bir safar men ziyoratgohdan tashqarida sayr qilib, buyuk ustozim Shri Yuktisvar haqida o'yladim. U bir necha yil oldin vafot etgan edi, men unga bo'lgan cheksiz sog'inchni his qildim va u men bilan birga ziyoratgohning go'zalligi va atmosferasidan bahramand bo'lmaganidan xafa bo'ldim. To'satdan u menga osmondan paydo bo'lib: "Bu go'zal joydan faqat siz zavqlanasiz deb o'ylaysizmi? Men ham siz kabi zavqlanyapman!" dedi.

Xudo bilan birlashishni istagan izlovchi kundalik meditatsiya va Uni sevish amaliyoti orqali harakat qilishi va bu sevgini barchaga yetkazishi kerak. Bu mojarolarning oldini olishning yagona yo'li. Ma'naviy hamkorlik juda muhim. Haqiqiy ma'naviyatsiz individual yoki umuminsoniy baxt bo'lmaydi. Muqaddas uyg'unlik barcha jismoniy, moliyaviy, oilaviy, axloqiy va ma'naviy muammolarning yagona yechimidir.

Baxt Xudoga yaqinlikni his qilishdan kelib chiqadi. Insoniyat o'zini johillik panjaralari ortiga qamab qo'ydi va bu sharmandali qamoqxonadan ozod bo'lish vaqti keldi. Qanday sharoitda bo'lishidan qat'i nazar, ong har doim Xudoga qaratilishi kerak, shunda siz katta tinchlik va quvonchni his qilasis.

Allohga intilib, borligini Unga bag'ishlagan, bir-birlarini ruhlantirib, ma'rifatli qilgan va doimo Allohni yodda tutganlar bu dunyoda baxtli va oxirat saodatiga erishuvchilardir.

Sizga tinchlik bo'lsin

Parda ko'tarilib, yo'qoladi

Har birimiz Xudo suratida yaratilganmiz. Biz Uning ilohiy Ruhidan paydo bo'lganmiz va Uning mohiyati bizda butun pokligi, shon-shuhrati va cheksiz saodati bilan yashaydi. Bu muqaddas meros - bu mustahkam qal'adir. Inson o'zini gunohkor, gunoh yo'llarida qiynalayotgan deb hukm qilishi eng katta gunohlardan biridir. Chunki shunday qilib, ular o'zlarini ojizlikka, umidsizlikka va ko'tarila olmaslikka mahkum qiladilar. Inson tabiiy va ilohiy qonunlarga zid ishlarni qilishi mumkinligi haqiqat, lekin ular darhol yo'lini o'zgartirishi va to'g'ri yo'lga qaytishi kerak. O'zining sof tabiatida inson muqaddas ma'baddir va ilohiy Ruh ular ichida .yashaydi

Biz har doim Xudo bizni sof va shartsiz sevishini yodda tutishimiz kerak. Lekin U bizga Unga yaqinlashish yoki Undan yuz o'g'irish uchun mutlaq tanlov berganligi sababli, U bizga kelishidan oldin biz Uning sevgisiga bo'lgan xohishimizni .bildirishimizni kutadi

Bir safar meditatsiya paytida uning ovozi pichirlaganini eshitdim: "Sen men sen bilan emasman, deysan, lekin ichingga qaramading. Men seni bir lahza ham tark etmayman. Ruh ma'badiga kiring, shunda meni ko'rasiz. Chunki men seni qabul qilish va ilohiy sevgi salomi bilan ."kutib olish uchun doim shu yerdaman
Ma'naviy yo'lda chuqur samimiylik juda muhim. Poklik .va haqiqatda qalbning tonglari otadi

Bizning insoniy donoligimiz Xudo bilan solishtirganda hech narsa emas. Unga yaqinlashishning yagona yo'li - Unga .bizga bergan sof sevgini berishdir
Hamma oxir-oqibat najot topadi, ammo yo'lda ikkilanganlar befarqlik tubiga tushib qolishadi. Befarqlik bizga Xudoni hozir, aynan shu lahzada topishning

muhimligini anglashimizga to'sqinlik qiladi. Bizning buyuk sayyoramiz, kosmosda suzib yurgan Yer va insoniyligimiz bizga bu yerda bir necha yil o'tkazib, keyin yo'qlikka g'oyib bo'lish uchun berilmagan. Aksincha, biz chuqur mulohaza yuritishimiz va mavjudlik sirini tushunishimiz kerak.

Hayotning maqsadini tushunmasdan yashash ahmoqlik, ahmoqlik va vaqtni behuda sarflashdir. Hayot sirlari bizni har tomondan o'rab oladi va Xudo bizga ularning yechimini .topish uchun aql-idrok ato etgan

Abadiy sevgini izlab, Xudo meni tasavvur qilib bo'ladigan har qanday tarzda sevishini angladim. U meni .ona, ota va do'st sifatida sevdi

,Men barcha do'stlardan tashqari abadiy do'stni qidirdim

Va men hozir har qanday mehribon va mehribon yuzda porlayotganini ko'rayotgan o'sha buyuk sevgilim haqida. Bu ilohiy do'st meni hech qachon hafsalamni pir qilmagan va .hech qachon meni xafa qilmagan

Xudo borliqning ortida. Biz ota-onamizni hurmat qilishimiz va ularga mehr bilan munosabatda bo'lishimiz kerak, lekin biz Xudoni butun qalbimiz va jonimiz bilan sevishimiz kerak. Biz vaqtni behuda sarflamasdan, U bilan .hayotiy aloqaning muhimligini anglashimiz kerak

Uxlayotganimizda uyg'onishimizni yoki uyg'onmasligimizni bilmaymiz Biz bu yerni birma-bir tark etamiz Lekin bu fikr xavotirga sabab bo'lmasligi kerak O'lganimizda, biz yer yuzida qayta tug'ilishga, bu hayotda .to'xtagan joyimizdan yangi hayot boshlashga chaqirilganmiz Men hayotni okean yuzasida to'lqinlarning paydo bo'lishi

va erishi sifatida ko'raman. Inson to'lqini ilohiy okean yuzasidan tug'ilishi bilan ko'tariladi va o'limdan keyin u Xudoning qalbida joylashadi. Men bu haqiqatni angladim va tananing o'limiga qaramay, men hech qachon chinakam o'lmasligimni bilaman. Chunki men ilohiy ruh okeanida dam olayotganimdanmi yoki jismoniy tanada uyg'oqligimdanmi, men kosmik okean bilan birman. Bu oliy baxtni dunyoda

topib bo'lmaydi. Shu bilan birga, biz maqsad izlab o'rmonga qochishimiz shart emas. Biz Xudoni kundalik hayotning bu .o'rmonida - sukunat g'orining tubida topishimiz mumkin Insonlar ko'p xatolarga yo'l qo'yishlari mumkin, ammo ular ilohiy ruhning suratida shakllangan. Xudo bu dunyoviy zavqlarning xayoliy dunyosini faqat bitta maqsad uchun yaratdi: toki insoniyat bu shunchaki kosmik drama ekanligini anglab yetsin, illyuziyalardan voz kechsin va faqat Xudoni sevsin. Bu haqiqat va boshqacha bo'lishi mumkin emas. Nima uchun Xudo bizni oila a'zolarimizni sevish uchun yaratdi, lekin ularning bizdan birma-bir ketishini ko'rish uchun? Bu voqealar bizni sevgan barcha odamlardan tashqari, bizni chinakam sevadigan Xudo ekanligini .anglashga majbur qiladi

Hayot bir qator harakatlanuvchi tasvirlardir, ammo bu haqiqatni anglash qiyin, chunki illyuziyalar haqiqiydek, voqelik esa illyuziyalarga o'xshaydi. Har kecha uxlayotganimizda dunyo ongimizdan yo'qoladi, ehtimol, shuning uchun biz jismoniy olam haqiqiy emasligini .tushunishimiz mumkin

Bu uyqu darsi bizni qo'rqitish uchun emas, balki bizni Xudoning haqiqatiga intilish uchun keladi. Xudo va Uning sevgisidan boshqa hech narsa qalbni qondira olmaydi. Xudoning Ruhi mislsiz haqiqatdir. Haqiqiy bo'lmagan narsa yo'q va haqiqiy narsa haqiqat bo'la olmaydi. Donolar bu .yorqin haqiqatni tushunishadi

Hayotimizning ko'p yillari o'tdi va faqat yillar, haftalar, kunlar va soatlar qoldi. Nima uchun vaqtni foydali bo'lmagan narsalarga sarflash kerak? Biz Xudo bilan kechayu kunduz bog'lanishni xohlashimiz va hayotning belgilangan vaqti tugab, bu dunyoni hech qanday muhim narsaga erishmasdan tark etishimizdan oldin bu istakda to'liq .samimiy bo'lishimiz kerak

Aynan o'sha paytda men butun mavjudotni qamrab
olgan Xudoning buyuk nurini ko'rdim. Qanday ulkan
!quvonch! Qanday ajoyib nur
Xudoyim, men Senga shukur qilaman va Sening
huzuringni his qilishning bu mo'l-ko'l ne'matlari uchun Senga
bosh egaman

Barchaga bir xil baraka yor bo'lsin, toki biz Sen
koinotdagi eng oliy haqiqat ekanligingni va Sen bizning
asosiy maqsadimiz ekanligingni, undan boshqa maqsad
.yo'qligini anglab yetaylik

Biz Uni sevishimiz va hayotimizning har bir soniyasida —
ishda ham, dam olishda ham, harakatda ham, sukunatda
ham — chuqur iltijo va yonayotgan sog'inch bilan U bilan
gaplashishimiz kerak. Shunda biz xayol pardasi ko'tarilib,
yo'qolib borayotganini ko'ramiz. Xudo hayotimizning har bir
daqiqasida biz bilandir. U bilan fikr yuritadigan va
uyg'unlashadiganlar Uni gullarning go'zalligida, mehribon
qalblarning olijanobligida, ulug'vor va olijanob tuyg'ularda va
go'zal orzularda ko'rishadi. Nihoyat, U qalin pardalar ortidan
:chiqib, har bir samimiy izlovchiga shunday deydi

Biz uzoq vaqtdan beri alohida yashayapmiz, chunki"
men sizning menga o'z sevgingizni ixtiyoriy ravishda
berishingizni xohladim. Men sizni o'z suratimda yaratdim va
siz erkinligingizdan foydalanib, menga o'z xohishingiz bilan
".sevgingizni berguningizcha kutdim

Biz Xudodan bizga Uning ilohiy sevgisining abadiy va
abadiy sovg'asini berishini so'rashimiz kerak. Lekin kim bu
mehribon Xudoni harakatsiz topa oladi? Agar siz harakatning
25 foizini sarflasangiz, qolgani Xudoga va sizning ruhiy
yo'l boshchingizga bog'liq. Men o'zim uchun hech narsa
so'ramayman, chunki barcha sharaf barcha yaxshilik va
inoyat manbai bo'lgan Xudoga tegishli. Uning inoyati sizga
hamroh bo'lsin, Uning xabardorligi siz bilan bo'lsin va siz
ichingizda va atrofingizda Uning mavjudligining mo'l-ko'lligini
.sezasiz

Xudo bizga darhol javob bermaydi, chunki biz Uni qanchalik xohlayotganimizni ko'rsatishdan ikkilanamiz. Biz Unga murojaat qilishdan qo'rqmasligimiz kerak, balki Uni o'zimizniki, sevgilimiz deb bilishimiz va fikrlarimiz, harakatlarimiz, qalbimiz va ongimiz bilan Uni tinimsiz izlashimiz kerak, shunda biz Uni bu mavjudotda xavfsizlik va .tinchlikning eng buyuk boshpanasi deb topamiz

Ey Rabbim, men Senga bu yaxshi qalblar guldastasini taqdim etaman, toki ular Sening huzuring ma'badini bezasinlar. Oilang va sevganlaring bo'lgan bu qalblarga hamroh bo'l. Biz Sening muborak ismingni kuylaymiz. Johillik zulmatini muqaddas nuring bilan yo'q qil. Ongimizdagi zulmatni O'zingning borlig'ingning yorqin, cheksiz nuri bilan yo'q qil. Biz Sening mulkingmiz, qanday sharoitda bo'lishimizdan qat'iy nazar, O'zingni bizga ochib ber, ey Buyuklik va Saxovat Parvardigori. Har birimizga baraka ber.

Bizning sog'inchli fikrlarimizning pichirlashlarini va mehrlil qalblarimizning sog'inchli urishlarini qabul qil. Senga barcha sevgi, hurmat va sog'inchni taklif qilamiz, chunki Sen bizning .sevgilimizsan va bu olamda bizda bor bo'lgan barcha narsa Bizni O'z inoyating bilan barakala Bizni Sendan ajratib turadigan istak devorlarini yiqiting Barcha orzularimiz ustida taxtga o'tirgan ilohiy Shoh bo'ling Shon-sharafingiz nuri keng dunyoga tarqalsin Barchamizga baraka bering Bizni O'z huzuringning xushbo'y hidi bilan to'ldiring Va keling, Sen har doim biz bilan bo'lganingni, Sen hozir biz bilansan va Sen .abadiy biz bilan bo'lasan, yana bir bor anglaylik

Sizning yaqinligingizni intiqlik bilan kutayotgan va sizning huzuringizni intiqlik bilan kutayotgan sodiq izdoshlaringizga bergan inoyatingiz va sevgingiz uchun Sizga minnatdorchilik bildiramiz. Umid qilamizki, biz sizning muborak huzuringizni nishonlashimiz va yaqinligingizdan .xursand bo'lishimiz uchun shogirdlaringiz doirasi kengayadi Bizni duo qiling, toki biz bir-birimizga qalbimizni ochaylik va niyatlarimizni poklaylik, himoyangiz va g'amxo'rliğingizga

loyiq bo'laylik. O'zingizni ichki va tashqi tomondan ochib
bering. Barchamizni birlashtiring va shu birlik nurida biz
.sizning noyob mavjudligingizni tan olaylik
Birlashgan qalblarimizning samimiyati va uyg'un
qalblarimizning intizorligi bilan biz Senga sajda qilamiz,
Sendan yordam, yo'l-yo'riq va qalbimizda Sening borligingni
.doimo anglab yetishingni so'raymiz
Qalblarimizda abadiy sevgi olovi porlasin va biz hozir va
abadiy Sening bizga yaqinligingni his qilaylik, ey Rabbimiz,
!ey bizning sevgilimiz

Oliy istak va aqliy kapsulalar

**Xudoning ulug'vorligi buyukdir. U haqiqatning
mohiyatidir va uni bu hayotda topish mumkin.
Odamlarning qalbida ko'plab ibodatlar va iltijolar bor:
pul, shon-sharaf, sog'liq uchun - har xil ibodatlar.
Lekin har bir qallda birinchi va eng muhim bo'lishi
kerak bo'lgan ibodat Xudoning huzurini his qilish
uchundir. Hayot yo'llarida jimlik va ishonch bilan
yursak, Xudo bizni qondira oladigan va istaklarimizni
ro'yobga chiqaradigan asosiy maqsad ekanligini
anglashimiz kerak, chunki qalbning har bir istagiga
javob Xudodadir.**

**O'z kuchingiz bilan istakni ro'yobga chiqara
olmasangiz, ibodatda Xudoga murojaat qilasiz.
Shunday qilib, aytgan har bir iltijongiz ichingizdagi
yashirin istakni ochib beradi. Lekin Xudoni topsangiz,
barcha istaklar yo'qoladi va barcha istaklar amalga
oshadi.**

**Dunyoviy istaklar hayotning maqsadi haqidagi
noto'g'ri tushunchalardan kelib chiqadi. Bu yer
bizning haqiqiy uyimiz emas. Muqaddas Yozuvlarda
biz Xudoga tegishli ekanligimiz, Uning suratida
yaratilganligimiz va Uning irodasi bizning ilohiy kelib
chiqishimizga qaytishimiz ekanligi aytilgan. Insoniyat**

anglay olmaydigan narsa shundaki, agar u o'zining ilohiy manbasiga qaytmasa, son-sanoqsiz istaklarni bajarish uchun kurashishga majbur bo'ladi. Tasavvur qiling-a! Odamlar orzularga ega bo'lmasliklari mumkin emasligi rost va ularga ega bo'lishda hech qanday yomon narsa yo'q. Biroq, ko'pgina insoniy orzular Xudoga qaytish istagining amalga oshishiga to'sqinlik qiladi. Shunday qilib, ular inson baxtiga zararli. Agar insoniyat Xudoni xohlamasa va Uni topmasa, u baxt keltiradi deb o'ylagan narsasiga intilish bilan yonishda davom etadi. Ammo barcha orzularning darhol amalga oshishi Xudoni topganlarga avtomatik ravishda keladi.

Orzularning ikki toifasi mavjud: bizga Xudoni topishga yordam beradiganlar va Uni topishimizga to'sqinlik qiladiganlar. Masalan, agar kimdir sizga yomonlik qilsa, sizda qasos olish istagi paydo bo'lishi mumkin. Biroq, agar siz bu istakni sevgining yuksak va maqbulroq kuchidan foydalanib yengsangiz, Xudoni topishga yordam beradigan vositadan foydalangan bo'lasiz. Barcha orzular olijanob tarzda amalga oshirilishi kerak, chunki ular dunyoviy yo'llar bilan amalga oshirilganda, orzular muammolar va azob-uqubatlarga bilan birga ko'payadi. Agar biz barcha orzularimizni Xudoga bag'ishlashni o'rgansak, U bizning yaxshi orzularimizni ro'yobga chiqarish va zararli va halokatli istaklarimizni yo'q qilish uchun ishlaydi. Vijdonning pokligidan ko'ra buyukroq himoya yo'q va hayotning zarbalaridan olijanob va ulug'vor istaklarga ega bo'lishdan ko'ra yaxshiroq himoya yo'q.

Xudoning mukammal surati bizda borligini anglaganimizda, barcha orzularimiz amalga oshadi, bu muqaddas ongda, barcha yer yuzidagi xazinalar va boyliklardan ustun turadi, hatto butun dunyo sizga berilsa ham, siz tebranmaysiz. Na maqto'v sizga

mag'rurlik bag'ishlamaydi, na ayb sizga zarar yetkazmaydi, chunki siz o'zingizda Xudoning quvonchini tatib ko'rasiz va bu sizning hayotingizdagi eng muhim jihat bo'ladi.

Biz birinchi navbatda qonuniy istaklarimizga erishishga urinishlarimizda Xudodan yo'l-yo'riq so'rashimiz kerak va bu barcha ibodatlarimizga javob olishning eng yaxshi yo'li. Ammo ibodatdan iltijolar olib tashlanishi kerak. Ibodatning eski usuli o'zgarishi kerak va biz Xudoga to'liq ishonch va U bizni eshitadi va iltimoslarimizni bajaradi degan so'zsiz ishonch bilan murojaat qilishimiz kerak. Xudo bizning irodamizdan voz kechishimizni istamaydi - hatto Unga ibodat qilsak ham - chunki bu iroda Uning marhamatli qo'lidan olgan eng qimmatli sovg'adir, U bizni yaratgan paytdan boshlab biz uchun niyat qilgan muqaddas huquqdir.

Tabiiyki, oqilona va asossiz ibodatlar va istaklarni farqlash kerak. Esingizda bo'lsin, istak kuchdir; agar siz yaxshi yoki yomon, foydali yoki zararli bo'lsin, istakka yopishib olsangiz va unga kechayu kunduz berilsangiz, u oxir-oqibat amalga oshadi. Shuning uchun ehtiyot bo'lish va zararli istaklarni yashirishdan qochish kerak, chunki ular amalga oshadi va o'zlari bilan ulkan zarar va hasad qilib bo'lmaydigan azob-uqubatlarni olib keladi.

Vaqt o'tishi bilan, istaklaringiz amalga oshgan bo'lsa ham, qalbingiz bo'sh qolishini va ichki isyonni boshdan kechirishingizni ko'rasiz. Tasavvur qiling-a, ovqat hazm qilish tizimingiz zaif, ammo qovurilgan ovqatlarni xohlaysiz. Albatta, ularni iste'mol qilishdan zavqlanishingizdan qat'i nazar, har safar yeganingizda og'riqni his qilasiz. Shunday qilib, siz xato qilgandek his qilasiz. Donolik yaxshi va yomon istaklarni farqlash uchun aql-idrokdan foydalanishni

buyuradi va bunga erishilgandan so'ng, bu noto'g'ri istaklar amalga oshmasligi kerak. Insonlar aql-idrokning ichki kuchiga ega va ulardan doimo foydalanishlari, hayotlarini Xudoning ovozi bo'lgan vijdon amriga muvofiq boshqarishlari kerak.

Amalga oshmagan orzular qalbda qoladi. Ularni u yerda saqlashning qanday zarari bor? Mana javob:

Har bir istak o'ziga xos kuchlardan iborat: yaxshilik yoki yomonlik, yoki ikkalasi ham. Inson vafot etganda — Xudo unga rahm qilsin — bu kuchlar tananing parchalanishi va chirishiga qaramay o'lmaydi. Aksincha, ular ruh qayerga borsa ham, unga konsentrlangan ruhiy kapsulalar shaklida hamroh bo'ladi. Inson yangi mujassamlanishda qayta tug'ilganda, bu kapsulalar yoki ruhiy tabletkalar xulq-atvor moyilligi sifatida namoyon bo'ladi. Shunday qilib, alkogolizmga berilib ketgan odam qayta tug'ilganda alkogolga moyillikni o'zi bilan olib keladi va bu moyillik ular alkogolga bo'lgan ishtiyoqni yengmaguncha davom etadi. Bu boshqa narsalarga ham tegishli.

Hatto eng kichkina bolalar ham o'tmishdagi hayotdan olingan xususiyatlarni namoyon etadilar. Ba'zi bolalar qattiq jahldorlikdan aziyat chekishadi. Boshqalari esa yomon kayfiyatda. Albatta, Xudo ularni shunday yaratmagan. O'tmishdagi hayotdan olingan bajarilmagan istaklar bu psixologik moyilliklarni shakllantirgan va ular tufayli ruh biroz g'alati ko'rinadi, garchi u Xudoning sof suratida yaratilgan bo'lsa ham. Agar bu hayotda inson ichida Xudoning surati g'azab, qo'rquv yoki shahvat bilan buzilgan bo'lsa va bu xususiyatlar hozir yengilmasa, ular ular bilan qayta tug'iladilar (yoki ular bilan qayta tug'iladilar), bu baxtsiz moyilliklarning yukini ular bu yoki kelajakdagi mujassamlanishlarda yengib

chiqmaguncha ko'taradilar. Ular yengilmaguncha ulardan qochib qutula olmaysiz.

Shuning uchun, hozir barcha istaklarni bajarish yoki ularni zabt etish yaxshiroqdir

Bunday istaklardan bir marta va butunlay xalos bo'lishning eng yaxshi yo'li - bu oliy ilohiy quvonchni boshdan kechirishdir. Aks holda, bu bostirilgan istaklar va bajarilmagan orzular qalbni ta'qib qiladi va azoblaydi.

Inson aql-idrok va donolik orqali faqat Xudo sof va abadiy baxtni berishga qodir ekanligini anglashi kerak.

Ko'pincha istaklar ongsiz ravishda yashiringan holda qoladi. Siz ular yo'q bo'lib ketgan deb o'ylashingiz mumkin, ammo yo'q bo'lib ketmagan; bu hayotning sirlaridan biri, buning o'zi ham buyuk sir.

Lekin hayotni tahlil qilib, uning ma'nosi haqida o'ylaganimizda sir yo'qoladi. Agar siz har kuni qisqa vaqt jimgina o'tirib, o'zingizni tekshirib ko'rsangiz, sizda ko'plab bajarilmagan istaklar borligini ko'rasiz. Bu istaklar inson qayerga borsa ham, bu hayotda ham, keyingi hayotda ham o'zi bilan olib yuradigan halokatli mikroblarga o'xshaydi.

Eng yaxshi yo'l - bu hayotdagi zararli istaklarni oqilona tanlov orqali ajratib olish va kuchingizni yaxshi istaklaringizni ro'yobga chiqarishga qaratishdir. Agar siz o'z joniga qasd qilish yoki biron bir noto'g'ri ish qilish istagini his qilsangiz, hozir bu istakni yo'q qilishingiz kerak. O'zingizni fikr va amalda qalbingizda ilohiylik uchquni borligiga ishontiring va siz Qodir Tangrining suratida yaratilganingizni va shuning uchun jismoniy tabiatingiz va odatlaringizdan ustun turishga qodir ekanligingizni unutmang.

Hashamatlarga kamroq bog'lanib, istaklardan uzoqroq bo'ling, shunda hayot jangida g'alaba

qozonasiz. Agar siz yengilmas og'riqdan aziyat chekayotgan bo'lsangiz, o'zingizni jismoniy ongdan iloji boricha uzoqlashtirishga harakat qiling. Aql-idrok orqali siz his-tuyg'ularni yengishingiz mumkin. Aqlli idrok - bu zararli istaklar va halokatli ishtahalarni yoqib yuboradigan, ularni kulga aylantiradigan olovdir.

Odamlar eski, eskirgan va keraksiz narsalarni uyning burchagida saqlashlari va vaqti-vaqti bilan uyni tartibga keltirishlari odatiy holdir. Xuddi shunday, ongsiz ongingizning burchagida yashirin zararli ko'plab istaklar yashiringan bo'lib, agar siz ular bilan to'g'ri ishlamasangiz, bir kun kelib sizga jiddiy muammolar tug'dirishi mumkin.

O'z-o'zini tahlil qilish ma'naviy yo'lda juda muhimdir. Siz nafratga moyil, asabiy yoki tez jahldor bo'lishingiz mumkin. Agar shunday bo'lsa, ongingizda saqlangan bu xususiyatlar sizning o'tmishdagi harakatlaringiz natijasidir. Psixikangizni bu tartibsiz, eskirgan mebeldan tozalash uchun siz ijobiy, konstruktiv harakatlar bilan boshlashingiz va boshqalarga mehr-muhabbatni rivojlantirishingiz kerak. Odamlarni qanchalik ko'p sevsangiz, ular sizni shunchalik ko'p sevadilar va siz ularning sevgisini his qilasiz. Lekin agar siz ularni, hatto o'zingizga ham tanqid qilsangiz, ular bu tanqidni sezishadi va uni sizga kuchaytirilgan holda qaytaradilar!

Aytaylik, eski dushmaningiz o'lgan, ammo siz hali ham unga nisbatan nafrat va nafratni saqlayapsiz. Siz bu achchiqlanish natijasida azob chekasiz va uning zararli ta'siri tanangiz va ongingizda namoyon bo'ladi. Uni Xudo uchun kechirganingiz ma'qul, chunki bu bilan siz o'zingizni xotirjamligingizni buzadigan va xotirjamligingizni buzadigan qasos olish istaklaridan xalos qilasiz. Nafrat ustiga nafrat to'plash yoki

adovatga nafrat bilan javob berish nafaqat dushmaningizning sizga nisbatan adovatini kuchaytiradi, balki natijada o'z tanangiz va his-tuyg'ularingizni ham zaharlaydi. Shuning uchun chiroyli kechirim bilan kechiring.

Vaqtı-vaqtı bilan inson hayotning maqsadi haqida mulohaza yuritish uchun hamma narsani tashlab, o'zi bilan yolg'iz qolishi kerak. Ko'p odamlar an'analar va modalar oqimida adashib qolishadi. Aslida, ular hech qachon o'z hayotlarini emas, balki dunyo hayotini yashamaganlar. Ular nimaga erishdilar va qayerga borishdi?

Shuning uchun, inson vaqtı-vaqtı bilan o'zini kundalik tashvishlar va "vazifalar"dan chetga surib, ongıdagi tartıbsızlikni tinchlantırishi va uning mohiyatini tushunishga va erishmoqchi bo'lgan maqsadini aniqlashga harakat qilishi oqilonadir.

Esingızda bo'lsin, siz olishingız mumkin bo'lgan eng katta guvohlik bu vıjdoningızning guvohligıdır: qalbingızning aniq va benuqsın ovozi. Vıjdoningız sizga aslida kimligingızni, bezaksız yoki niqobsız aytadi.

Iso Masihning kuchini tasavvur qiling, u: “Ota, ularni kechir, chunki ular bilmagan ishlarini qanday qilishni bilishmaydi”, degan edi.

Va ulug' Payg'ambarni eslang: “Sizga insonning martabasini nima ko'tarishi haqida aytib beraymi?” Ular: “Ha, ey Allohning Rasuli”, deyishdi. U zot: “Sizga nisbatan johil bo'lganga sabr qiling, sizdan mahrum bo'lganga bering, sizdan aloqani uzgan bilan aloqani saqlang va sizga zulm qilganni kechiring”, dedilar.

Ma'rifatli vıjdoningız ovozini tinglash yo'lingızga yorug'lik va hayotingızga baraka olib keladi. Qalbingızda biror istakni ro'yobga chiqarishga kuchli

turtki paydo bo'lganda, aql-idrokingizni ishga soling va o'zingizdan so'rang: "Men ro'yobga chiqarishga intilayotgan yaxshi yoki yomon istakmi?"

Inson istaklarini ko'plab omillar kuchaytiradi. Kimdir yangi modeldagi mashinani ko'rganda, unga o'xshashiga ega bo'lishni xohlaydi. Yangi uslubdagi uyni ko'rganda, unga o'xshashiga ega bo'lishni xohlaydi. Yangi moda yo'nalishi ommalashib bormoqda va odamlar shu uslubni sotib olishni va kiyishni xohlashadi!

Orzular qayerdan paydo bo'ladi? Men soatlab bu haqda o'yladim. Barcha istaklaringizni tasniflay olasizmi? Men ularning barchasini saralashga va faqat yaxshilarini saqlab qolishga muvaffaq bo'ldim. Ilohiy birlikka erishganimda, barcha yaxshi istaklarim birdaniga amalga oshganini angladim. Bugun siz biror narsani xohlaysiz, ertaga esa qalbingiz boshqa narsani orzu qiladi. Qodir Xudodan chiqqan ongingiz bu dunyo ne'matlari bilan qoniqmaydi va hech qachon qoniqmaydi, chunki aziz do'stim, siz qalbingizning eng qimmatli va qimmatli xazinasini, sizning orzularingizni qondirish va istaklaringizni bajarishga qodir bo'lgan yagona zotni yo'qotdingiz. Bu yo'qolgan xazina Xudodir.

To'g'ri, ba'zi yaxshi yoki zarur istaklar bor va siz ularni amalga oshirish uchun harakat qilishingiz kerak. Lekin kichikroq istaklaringizni amalga oshirishga intilayotganingizda, avval Xudoga bo'lgan eng katta istagingizni amalga oshirishni unutmang. Kichikroq istaklar va burchlar avval bajarilishi kerakligiga ishonch - bu illyuziya va aldamchilik. Men hali ham ruhiy sayohatim boshida eslayman, men vaqtni cho'zuvchi edim va muntazam ravishda meditatsiya qilmagan edim, garchi o'zimga vaqt ajratishimni aytib tursam ham. Bir yil o'tdi, shundan

so'ng men o'zimga bergan va'damni bajarmaganimni angladim. Men darhol o'zimga ertalab birinchi qiladigan ishim yuvinib, keyin Xudo haqida meditatsiya qilish ekanligiga qasam ichdim. O'sha paytda kundalik vazifalar juda ko'p edi va ulardan qochish oson emas edi, hatto qisqa vaqtga ham. Shuning uchun men avval ruhiy burchlarimni bajarishga qaror qildim. Shunday qilib, men katta saboq oldim: Xudoga bo'lgan burchim birinchi o'rinda turadi va shundan keyingina men boshqa, unchalik muhim bo'lmagan burchlarga e'tibor beraman.

Agar insoniyat boshqa burchlar va mulohazalarni Xudodan ustun qo'ysa, nega Xudo insoniyat uchun abadiyat darvozalarini ochishi kerak? Xudo bizning ichimizga ruhiy qanotlarni qo'ydi va bizdan ruh olamida parvoz qilishimizni kutadi. Bu qanotlar bizning ruhiy istaklarimiz, yuksak fikrlarimiz va ilohiy manbamizga bo'lgan samimiy intilishimizdir.

Avvalo Xudoni izlaylik. Dunyoviy burchlarga juda katta ahamiyat berish oqilona emas, chunki Azrail istalgan vaqtda ruhni chaqirishi mumkin, shunda barcha burchlar, majburiyatlar, tashvishlar va majburiyatlar bir marta va abadiy tugaydi. Xo'sh, nega hayotga bunchalik mahkam yopishib olish kerak?

Biror kishi xavfsizlik va xotirjamlikdan bahramand bo'lyapman deb o'ylaydi, keyin to'satdan yaqinini yo'qotadi yoki sog'lig'ini yoki ishini yo'qotadi va xavfsizlik va xotirjamlik barbod bo'ladi!

Onamga bo'lgan sevgim naqadar buyuk edi! U doim yonimda bo'ladi deb o'ylagandim, lekin to'satdan u meni bolaligimda tashlab ketganini angladim! Biz o'limdan qo'rqmasligimiz kerak, aksincha unga tayyor bo'lishimiz kerak.

Hayot ko'rinadigandek emas Unga ishonmang, chunki u o'zgaruvchan, aldamchi va umidsizliklar va barbod bo'lgan umidlarga to'la Bu yerda mukammallikni topib bo'lmaydi Men sizga hayotning real bo'lmagan tasvirini berishni istamayman Bu dunyo jannat emas Bu ilohiy laboratoriya bo'lib, unda Xudo qalblarni yomon istaklarni yaxshilik bilan yengib, Uni, ya'ni Xudoni eng katta istaklariga aylantirishlarini sinab ko'radi, toki ular Uning shohligiga qaytishlari mumkin.

Hayot har xil fojia va komediyalar, falokatlar va quvonchlarga to'la. Bu son-sanoqsiz shakllarning ulkan, doimiy o'zgarib turadigan va jonli gobelenidir. Ikki narsa bir-biriga mutlaqo o'xshamaydi. Har bir insonning hayoti noyobdir. Har bir insonning turli xususiyatlari, turlicha fikrlash tarzi va turli istaklari bor. Agar biz har kuni bir xil sinovlarga duch kelsak, charchagan va zerikib ketgan bo'lar edik. Hatto Jannat ham, agar u doim bir xil bo'lsa, o'zining jozibadorligini yo'qotadi. Biz xilma-xillik va xilma-xillikni yaxshi ko'ramiz. Jannat haqidagi an'anaviy tushuncha butunlay noto'g'ri. Agar u chindan ham zerikarli bo'lganida, Xudoning avliyolari va muqaddas odamlari o'zlarini ko'ngil ochish uchun Yerga qaytishni so'rab ibodat qilishgan bo'lar edi! Jannat doimo eng yoqimli tarzda yangilanadi, Yer esa ko'pincha doimiy ravishda yangilanadi, lekin zerikarli va yoqimsiz tarzda.

Biroq, hayot charchagan va mashaqqatli bo'lishiga qaramay, ko'pchilik odamlar bunga ko'nikib qolishadi, yashashning boshqa yo'li yo'qligiga ishonishadi. Bu hayotni ma'naviy hayot bilan solishtira olmaydiganlar, bu dunyoning ichida yashiringan og'riq va charchoqning ko'lamini anglay olmaydilar.

Aslida, hayot haqiqiy emas, bu shunchaki o'yin-kulgi, boshqa hech narsa emas. Eski filmlar qayta-qayta chiqarilgani kabi, xuddi shu eski voqealar ham turli shakllarda takrorlanadi. Hayotning cheksiz davom etishiga qaramay, o'tmishdagi filmlarda taqdim etilgan bir xil mavzular birin-ketin takrorlanadi. Darhaqiqat, tarix o'zini takrorlaydi va odamlar vaqt muzeylaridagi shunchaki artefaktlardir.

Hayot o'zining kutilmagan hodisalarini ochib berish uchun ularni quvonch, xolislik va beg'arazlik bilan, his-tuyg'ularga berilmasdan, xuddi film tomosha qilayotgandek qabul qiling. Chin dildan kulish barcha insoniy kasalliklar uchun ajoyib davodir.

Hayotga osongina va xotirjam yondashishingiz kerak. Bu men ustozimdan o'rgangan narsa. Uning zindonida ruhiy tarbiyamning boshida men o'z vazifalarimni xafa yuz bilan bajarardim, hech qachon jilmaymasdim. Bir kuni ustozim buni payqab: "Xudo xohlasa, hammasi yaxshi! Dafn marosimidamisiz? Xudoni topish tashvishlarni yashirish va barcha qayg'ularni ko'mishni anglatishini bilmaysizmi? Hayotni bunchalik jiddiy qabul qilmang", dedi.

U menga insonning burchi, Xudoda to'liq erkinlikni topishi uchun o'z ongini barcha dunyoviy chalg'ituvchi narsalar va muammolardan ustun qo'yish ekanligini o'rgatdi.

Hayot qiyinchiliklariga jasorat va o'ziga ishonch bilan qarshi turish uchun quvonch va qayg'u, foyda va zarar, g'alaba va muvaffaqiyatsizlikda muvozanatni saqlash kerak.

Barcha voqealarga qaramay, ichki xotirjamlikni saqlash - aldanchi istaklarni yengishning eng yaxshi yo'li. Bu men zamonning o'zgaruvchanligidan ta'sirlanmagan, ammo oxirigacha sobit va o'zgarmas bo'lgan buyuklardan o'rgangan narsam. Hatto

payg'ambarlar ham qiynoqqa solinganlarida, muqaddas onglarini yo'qotmaganlar va hech kimga Xudoning sevgisini o'g'irlashga yo'l qo'ymaganlar. Ma'naviy quvonchning o'zi muborak himoya va barchaning eng buyuk qal'asidir. Sinovlar va azob-uqubatlar orasida Xudo sizga bergan ne'matlarni eslang. Sizning qalbingiz Xudoning muqaddas ma'badi. Siz johillik zulmatining bu pok joyni bulg'ashiga yo'l qo'ymasligingiz kerak. Ma'naviy ongli, sharaflı, obro'li, xavfsiz va xotirjam holatda bo'lish naqadar ajoyib! Hech narsadan qo'rqmang va hech kimdan nafratlanmang. Sevgingizni hammaga bering. Xudoning sevgisini his eting va Uning barcha odamlarda borligini ko'ring va eng kuchli istagingiz Uning qalbingizda doimiy borligi bo'lsin. Bu dunyoda tinchlik va osoyishtalikda yashashning yo'li. Ammo istaklarning shiddatli shamollari qalb vohasidan esib, daraxtlarini shiddat bilan silkitib tursa, bu o'zini qoniqtirishni tatib ko'rish qiyin.

Istaklar insonning atrof-muhiti tomonidan shakllanadi. Ular bizning hissiy idroklarimizdan tug'iladi va bu idroklarning cheklovlari bilan cheklangan. Qishloq yarmarkasiga borish hayajonlanish istagini qondiradi, ammo jahon darajasidagi ko'rgazmaga tashrif buyurib, barcha turli xil ko'rgazmalarni ko'rgandan so'ng, kichik yarmarka o'zining jozibası va jozibasini yo'qotadi. Shunday qilib, biz avval Xudo bilan muloqot quvonchini boshdan kechirishimiz kerak, shunda biz bu quvonchni dunyoviy zavqlarga solishtirishimiz mumkin. Shunda orzular yuqori tabiatga ega bo'ladi. Istak cheksizdir; bir istak amalga oshishi bilan boshqasi uning o'rnini egallaydi. Lekin siz Xudoni topganingizda, barcha istaklaringiz amalga oshadi. "Avvalo Xudoning Shohligini va Uning adolatini izlang, shunda bularning

barchasi sizga beriladi (Va Xudo bilan bo'lgan narsa yaxshiroq va uzoqroq)" Xo'sh, nega avvalo o'sha eng buyuk istakning amalga oshishini izlamaysiz va Xudoning saxovatli qo'lidan eng yaxshi va eng uzoq davom etadiganini olmaysiz?

Xudo izlovchining Uni bilish haqidagi ibodatiga javob berganida, uning boshqa barcha istaklari darhol va abadiy amalga oshadi.

Ba'zi odamlar o'zlarida hech qanday istak yo'q deb o'ylashadi!

Odamlar bozorga borganlarida ko'pincha nimalar bo'lishini payqadim. Ularning sotib olish istagi bo'lmasligi mumkin, lekin to'satdan bir narsa ularning e'tiborini tortadi va ular: "Ha, men uni sotib olishim kerak!" deb o'ylashadi.

Agar ular uni darhol sotib olmasalar ham, u ularning xayollarida kechayu kunduz yotadi, nihoyat sotib olguncha, hatto qarz olishga majbur bo'lishsa ham. Ular bundan bir muddat zavqlanishadi, lekin asta-sekin uning jozibasi yo'qoladi va unga ega bo'lish quvonchi pasayadi, shuning uchun ular boshqa narsani xohlashadi va hokazo.

Ba'zan biz "Voy, qani endi menda falon pul (yoki maxsus rusumdagi mashina, suzish havzasi yoki boshqa narsalar) bo'lganida edi" degan odamni uchratamiz va bu istak amalga oshishi bilanoq, yangi narsaga bo'lgan yana bir istak paydo bo'ladi.

Inson istaklari tabiatan nomukammaldir va shuning uchun ular o'z egalari uchun to'liq baxtga erisha olmaydilar.

Dunyo sizni yagona chinakamiga arziydigan istak Xudoni topish ekanligini eslatishdan chalg'itishga harakat qiladi. Lekin siz buni har kuni o'zingizga eslatib turishingiz kerak. Inson chekishni tashlashga, ortiqcha ovqatlanishni to'xtatishga, yolg'on gapirishni

yoki aldashni to'xtatishga qaror qilganda, ular qarorlarida qat'iy bo'lishlari va ikkilanmasliklari kerak. Yomon muhit irodani susaytiradi va zaiflashtiradi, insonda soxta istaklarni uyg'otadi. U ulardan eng yaxshisini oladi va ularga eng yomonini beradi. O'g'rilar bilan yashaydiganlar bu yashashning yagona yo'li deb hisoblashadi. Lekin yaxshi odamlar bilan muloqot qilish ongni yuqori narsalarga yo'naltiradi, shuning uchun soxta istaklar endi odamni vasvasaga sola olmaydi. Bu hayotdagi hamma narsa o'zgarishga va tebranishlarga duchor bo'ladi. Ammo bir necha daqiqa chuqur mulohaza yuritish yoki sof ma'naviy mavzularni o'rganish va mulohaza qilish ilhom manbai bo'lib, chin dildan izlovchini aldamchilik va illyuziya okeani orqali "u yerda hech qanday charchoq ularga tegmaydi va ular u yerdan haydalmaydi" degan ilohiy qirg'oqlarga olib boradi.

(Mehnat qilganlar uchun eng katta dam olish tayyorlandi va haqiqatni izlashda hech qanday kuch sarflamagan kishi uni yutib oldi)

Haqiqiy baxt Xudoga intilishda va U haqida doimo o'ylashda yotadi. Qat'iyat bilan shunday bir vaqt keladiki, bu fikr shunchalik mustahkam va o'zgarmas bo'ladiki, hech qanday jismoniy, ruhiy yoki hissiy azob-uqubatlar sizning ongingizni Xudodan chalg'it olmaydi. Xudoni anglab, Uni doimo o'ylab va his qilib yashash va Uning muqarrar huzurida qolish ajoyib emasmi, bu yerda na o'lim, na boshqa hech narsa sizning ichki xotirjamligingizni o'g'irlay olmaydi? (Iymon keltirganlar va qalblari Xudoni zikr qilishda orom topganlar. Albatta, Xudoni zikr qilishda qalblar orom topadi.)

Barcha istaklarga qarshi immunitetga ega bo'lganingizda, abadiy mavjudlikdan bahramand bo'lasiz

Hayot haqiqatan ham g'alati, chunki hamma narsa o'zgarishi mumkin. Shuning uchun baxt kemasini bu hayotning o'zgaruvchan qumlariga langar tashlamaslik kerak. Vaqtimiz o'tadi va hozir ko'rib turganimiz bir kun yo'q bo'lib ketadi. O'zgarish sizga zarar yetkazishiga yo'l qo'ymasangiz, qabul qilinadi. Va u sizga zarar yetkazganda, boshdan kechirayotgan ichki tartibsizliklar sizga istaklarga berilmaslik haqida xabar beradi. Ilohiy ruhda xotirjam bo'lganingizda, siz hamma narsadan bog'liqlik yoki qaramliksiz zavqlanasiz. Shuning uchun, Uni bilishga intilish g'amxo'rlik qiladiganlar uchun juda muhimdir; aks holda hayot halokatli umidsizlikka, umidlarni dahshatli tarzda yo'q qilishga aylanadi.

1935-yilda Hindistonga qaytib kelganimda, bolaligimda sevgan joylarimga borishga umid qilgandim, lekin yetib borganimda hamma narsa o'zgarganini ko'rdim. Hayot sahnasi boshqacha tarzda qayta tashkil etilgan edi. Eng katta umidsizlik va hayrat Aykapurdagi eski uyimga tashrif buyurganimda keldi, u yerda o'ynab, qushlarni tomosha qilardim. Eslaganlarimdan faqat bitta daraxt qoldi. Hayot shunday! Tanish va qadrli narsalar birin-ketin ko'z o'ngimizdan yo'qolib bormoqda. Uyimizni bolaligimdagidek ko'rish uchun hamma narsani berishga tayyor edim. Shunga qaramay, Xudo mening xohishimga ijobat bo'ldi, chunki keyinchalik men uyni vahiyda ko'rdim, u yerda biz basseynda suzdik, keyin yuqoriga chiqdim, karavotda yotdim va ko'p yillar oldin qilganimdek, mango yedim.

Endi istaklar juda sinchkovlik bilan tekshirilishi va tekshirilishi, yaxshilab saralanishi va faqat yaxshilari saqlanib qolishi kerak, hatto bu yaxshi istaklar ham Xudoga bo'lgan eng muhim istakni bostirishga yo'l qo'yilmasligi kerak.

Bu istak tirik va yonib turishi kerak, so'nib yoki so'nib ketishiga yo'l qo'yilmasligi kerak. Inson Xudodan o'zining yer yuzidagi istaklarini bajarishini so'raganida, lekin Undan O'zini o'ziga ochib berishini so'ramaganida, katta xayol ostida qoladi. Ota-onasidan uning iltimoslarini bajarishini doimiy ravishda talab qiladigan, aks holda ular haqida so'ramaydigan va ular haqida o'ylamaydigan bolani tasavvur qiling. Bu noshukurlik va ularning mehribonligini inkor etishdir va bunda tafakkur qiluvchilar uchun saboq bor.

Ushbu hayot kitobi qo'llanilganda, insonga faqat yer yuzida yashab yurgan paytida olingan ma'naviy bilimlar hamroh bo'ladi. Shuning uchun, agar inson o'zining ma'naviy kelajagi haqida chin dildan qayg'ursa, Xudo uning ongida doimo mavjud bo'lib, Uni doimo chaqirib, hech qachon unutmasligi kerak. Xudo bilan muloqotda bo'lganimizda, barcha istaklar sirli tarzda amalga oshishini ko'ramiz. Lekin biz avval Xudoni izlashimiz kerak. U saxovatli va bizga hamma narsani bergan, lekin biz Uni faqat Uning in'omlari bilan qanoatlanmasdan, balki Beruvchining O'ziga murojaat qilganimizda topamiz. Biz Uni izlanishlarimizda samimiy bo'lsak, Unga yaqinlashish va Uning muborak huzurini his qilish istagimizda astoydil bo'lsak, bilib olamiz.

Inson duch keladigan eng katta to'siq - bu uning o'zi. Ular jimgina o'tirib, ma'naviy narsalar haqida o'ylashga harakat qilganda, to'satdan dunyoviy fikrlar paydo bo'ladi, ularni chalg'itadi va maqsadlariga erishishlariga to'sqinlik qiladi. Ular o'zlarini fikrlari va tanalarini boshqarishga o'rgatishlari kerak va bunda ular qalblarida ko'chma jannatni olib yurishadi, hayotda yoki o'limda, jannatda yoki do'zaxda bu oliy baxt ularga hamroh bo'ladi.

Biz Xudoga chuqur ibodat qilishimiz, buyuk sog'inchimizni to'kib tashlashimiz, Undan qalb tilida, qalb istagi va vijdon pichirlashi bilan so'rashimiz kerak, toki U bizni eshitib, bizga javob bersin. Lekin agar inson yarim chin dildan ibodat qilsa va shu bilan birga boshqa narsa haqida o'ylasa — Xudo biladigan narsa bu odamning asosiy tashvishi emas — U javob bermaydi.

Avvalo Xudoga ega bo'lishimiz kerak Hozir vaqt keldi Biz kutmasligimiz kerak, chunki illyuziyalar juda kuchli Hayot tez o'tadi va hayotning maqsadini bilmasdan bu dunyoni tark etish uyatdir Bo'sh vaqtimiz bo'lganda har safar o'ylashimiz kerak Hatto ibodatlaringiz dastlab ijobat bo'lmasa ham, Xudoning rahmatidan umidsizlikka tushmang, balki iltijo qilishda davom eting Chin dildan ibodat qiling va ibodatingiz ijobat bo'lishiga ishonig

Men hayotimda Xudoning ibodatga javob berishining eng katta isbotiga guvoh bo'ldim. Ammo bunday javob harakat talab qiladi, chunki hech qanday ahamiyatli narsa harakatsiz paydo bo'lmaydi. Meditatsiya hayot sirlarini ochish va Xudoning shohligiga kirish uchun juda muhimdir.

Yomon odatlar va boshqa chalg'ituvchi narsalar sizning harakatlaringizni barbod qilishga va qat'iyatingizni susaytirishga harakat qiladi. Ammo agar baxtli bo'lishni istasangiz, fikrlaringizni Xudoga qarating, shunda Uni o'zingizga yaqin topasiz.

Dunyoviy zavqlarga bo'lgan istaklar insonni bu yerga tortadigan magnit tortish kuchini yaratadi, hayotdan keyingi hayot Xudoda o'z xohish-istaklarini topganlar uchun tanaga qaytish keraksiz bo'lib qoladi. Ular biron bir istakni amalga oshirishni istaganlarida, ular bu haqda o'ylashadi va bu ularning oldida namoyon bo'ladi. Onam vafotidan keyin menga

ko'rindi va men uni ko'rib taskin topdim va Xudoga Uning yaxshiligi uchun shukr qildim. Darhaqiqat, U eng saxovatli va eng rahmdil Zotdir. U qalbimizda birinchi o'rinni egallaganimizda, bizga bo'lgan sevgisi va minnatdorchiligini namoyish etish uchun bizning istaklarimizni amalga oshiradi.

Inson Xudoga yetganda, u hayot va taqdirning xo'jayiniga aylanadi. Ilohiy mavjudlik hayotimizda mustahkam o'rnashmaguncha, biz tinchlanmasligimiz kerak. U bizga orzu qilgan barcha narsani beradi va bizni sinovdan o'tkazadi.

Ma'naviy yo'ldagi sinovlar va to'siqlar juda ko'p va ulkan, ammo biz bu sinovlardan o'tib, ularni yengib o'tar ekanmiz, shunday deyishimiz kerak: "Ey Rabbim, Sen mening ibodatlarimni ijobat qilding va eng buyuk istaklarimni amalga oshirding, shuning uchun qalbim Sening huzuring bilan boyidi va ruhim Sening nuring bilan nur sochdi". Sizga tinchlik bo'lsin

Altruizm xabardorlikni kengaytiradi

Boshqalarga yaxshi niyatlaringizni yuborganingizda, xabardorligingiz kengayadi. Qo'shningiz haqida o'ylaganingizda, bu fikr bilan birga borlig'ingizning bir qismi ham ozod bo'ladi. Lekin faqat o'ylashning o'zi yetarli emas; .biz o'ylashni amalda qo'llashga tayyor bo'lishimiz kerak. Nikoh - bu altruizm saboqidir. Ikki kishi hayotni bir-biri bilan baham ko'rishga harakat qiladi. Keyin bolalar paydo bo'ladi va ota-onalar bor narsalarini ular bilan baham ko'rishadi. Lekin faqat yaqin oila haqida o'ylash va boshqa hech kimni (ya'ni, men va siz yoki faqat bizni) o'ylamaslik .xudbinlikning bir turidir.

Yaqinlarimiz bizni tark etadigan vaqt keladi; bu hayot tarzi. Bu bizga insoniyatning asosiy maqsadi boshqalar uchun ishlash va hayot ne'matlarini ular bilan baham ko'rish .orqali ongimiz chegaralarini kengaytirish ekanligini eslatadi. Altruizm o'z egasiga ko'p ne'matlar va buyuk baxt keltiradi, chunki altruizm orqali inson o'z baxtini saqlab qoladi. Mening maqsadim boshqalarni baxtli qilishdir, chunki .mening baxtim ularning baxtidan kelib chiqadi. Baxtimizni boshqalar bilan baham ko'rmagunimizcha, chinakamiga muvaffaqiyat ta'mini his qila olmaymiz. Men nafaqat oila a'zolarini, balki barcha odamlarni nazarda .tutyapman.

Biz boshqalar haqida o'ylashimiz va ularga qo'limizdan kelganicha yordam berishimiz kerak. Bu o'zimizni qashshoqlashtirishni anglatmaydi, balki boshqalarga

samimiy va do'stona g'amxo'rlik ko'rsatish va ularni baham
.ko'rishga tayyorlikni anglatadi

Avvalo haqiqat tamoyillarini o'zimizga qo'llashimiz
kerak. Agar o'zimiz fidoyi bo'lmasak, boshqalarga fidoyilikni
o'rgata olmaymiz. Agar o'zimizdan boshlasak, boshqalar
.uchun yaxshi o'rnak bo'lamiz

Men hayotimni boshqalarga xizmat qilish va ularga
foyda keltirishga bag'ishladim. Men ko'p sayohat qildim va
keng auditoriyaga ma'ruzalar qildim. Lekin men boshqalarga
eng yaxshi xizmat qilishimni yozuvlarim va ta'limotlarim
.orqali bilaman

Olomon ma'ruzalarni tinglash uchun keladi, bu
shunchaki chinakam muhabbatdan emas. Odamlar ilhom va
ma'naviy tasalli uchun kelishadi. Lekin men haqiqatni
izlaydigan, Xudoni sevadigan qalblarni xohlayman. Shuning
uchun men Xudo haqida mulohaza yuritish zarurligiga e'tibor
.qaratdim va e'tiborimni qaratishda davom etaman

Ma'naviy izlanishlarida jiddiy va qat'iyatli izlanuvchilar,
agar ular xohish va tirishqoqlik bilan davom etsalar,
muvaffaqiyatga erishadilar

Biz Xudoni butun qalbimiz, ongimiz, jonimiz va kuchimiz
bilan sevishimiz va qo'shnimizni o'zimizni sevganday
.sevishimiz kerak

Xudoni butun qalb, ong, jon va kuch bilan sevish nimani
?anglatadi

Yurak his qilishni, ong diqqatni jamlashni, ruh
meditatsiyada chuqur ma'naviy uyg'unlikni va kuch barcha
.kuchimizni Xudoga yo'naltirishni anglatadi

Bu Xudoni barcha his-tuyg'ularingiz bilan, butun
diqqatingizni meditatsiyaga qaratib sevishni, hayot
energiyasini yoki kuchini materiyadan ruhga yo'naltirishni va
.diqqatni tanadan Xudoga qaratishni anglatadi

Xudoni tafakkur qilmasdan sevishning iloji yo'q, chunki
faqat tafakkur orqali biz o'z ruhiy tabiatimizni abadiy va
.abadiy Xudo bilan bog'langan ruh sifatida anglay olamiz

Biz o'zimizda Xudoning ulug'vor sevgisi uchun taxt
qurishimiz kerak Hayotda muhimroq narsa yo'q Uni
sevishdan, U haqida gapirishdan va boshqalarni Uni bilishga
undashdan boshqa yuksak maqsad yo'q Men odamlardan
.boshqa hech narsa istamayman

Ma'naviy tajribamni chin dildan izlayotganlar bilan
baham ko'rishdan zavqlanaman. Ular bilan Xudo haqida
gaplashish va Uning borligini his qilishlariga yordam
berishdan ko'ra menga hech narsa ko'proq quvonch
.keltirmaydi

Xudoni va Uning bandalarini sevish ajoyibdir. Uni
topganimizda, biz Uning sevgisini hammada his qilamiz.
.Koinotda sevgi kuchidan buyukroq kuch yo'q

Men osmonlar va okeanlar ustida taxtda o'tirgan Eng
Oliy Parvardigorni ko'raman va ongim taxtida Uni ichimda va
barchaning qalbida ko'raman va Uni yaratilishdagi cheksiz
.shakllari va namoyonlarida quchoqlayman
Agar xudbinlik bo'lmaganida, dunyo jannatga aylanar

edi

Agar dunyo o'zining yovuz xudbinligidan voz kechsa, biz
bu yerda jannatni ko'rar edik
Urush urug'lari yovuz xudbinlikning markazida yotadi. Ilk
odamlar dastlab tosh tayoqlardan foydalanishgan,
keyinchalik ular kamon va o'qlarga aylanib, o'z
xudbinliklarini boshqalarning xudbinligidan himoya qilishgan.

Keyinchalik miltiq va to'pponchalar, keyin pulemyotlar,
keyinchalik esa bombalar va zaharli gazlar ixtiro qilindi -
bularning barchasi bir guruh odamlarning xudbinligini
.boshqasining xudbinligidan himoya qilish uchun

Insoniyatning vayronkor salohiyati uning konstruktiv
salohiyatidan ko'ra ko'proq o'sdi va rivojlandi. Bu xavfli
qaynoq — yovuz xudbinlikning qaynoq o'ti — oxir-oqibat
yorilib ketadi. Afsuski, insoniyat uyg'onib, millatchilik
xudbinligi shaxsiy xudbinlikdan kam emasligini anglab
yetgunga qadar ko'p odamlar halok bo'ladi. Millat asosan

kichik guruhlardan iborat va bu guruhlar alohida shaxslardan
.iborat; o'zidan boshlash kerak

Bu jirkanch xudbinlik natijasida urushlar boshlanadi,
iqtisodiy muvozanat buziladi va retsessiya va keyin
.depressiya hukmronlik qiladi

Mamlakatlar o'rtasidagi chegaralar qat'iy emas va dunyo
.hukumatlari doimiy ravishda o'zgarib turadi

Boshqalarning huquqlari va baxtiga ahamiyat
bermasdan baxt izlaydigan yoki o'z maqsadlari uchun
boshqalarning huquqlari va manfaatlarini oyoq osti qiladigan
xudbinlik qashshoqlik, baxtsizlik va baxtsizlikni keltirib
.chiqaradi

Boshqalar hisobidan o'zini boyitish jiddiy xatodir. Tashqi
ko'rinishidan xalqqa mo'l-ko'lchilik va farovonlikni va'da
qiladigan kommunizm muvaffaqiyatga erisha olmaydi va bir
kun qulab tushadi, chunki u majburlash va shaxsiy
erkinliklarni bostirishga asoslangan (Izoh: Ushbu ma'ruza
1937-yilda usta Paramhansa tomonidan o'qilgan va bu
xulosa haqiqatan ham amalga oshdi!)

Buyuk insonlar samimiy ma'naviy istak asosida
altruizmni targ'ib qiladilar

Agar inson faqat qo'llari va oyoqlariga e'tibor qaratib,
boshini e'tiborsiz qoldirsa, miya motor ko'nikmalarini
boshqarish uchun ishlamaydi. Barcha tana funktsiyalari
muvofiqlashtirilgan bo'lishi kerak. Xuddi shunday, millatlar
va jamiyatlardagi onglar (qaror qabul qiluvchilar) qo'llar va
oyoqlar (ishchi kuchi) bilan muvofiqlashtirilgan holda ishlashi
kerak, chunki agar manfaatlar to'qnashsa, tartib buziladi,
.betartiblik hukm suradi va azob-uqubatlar paydo bo'ladi

Dunyoda ikkita ustoz bor. Xudoni o'ziga yo'l boshchi va
ustoz qilib olgan kishining qo'rqadigan joyi yo'q. Shaytonni
o'ziga yo'l boshchi va yo'l boshchi qilib olgan kishi juda ko'p
.azob chekadi

Bu hayotdagi ko'pchilik odamlar uchun kalit so'z "men".
Ma'naviy kayfiyat va moyillikka ega bo'lganlar boshqalarni

o'zlari haqida o'ylagandek o'ylashadi. Faqat o'zlari haqida o'ylaydiganlar atrofdagilarning adovati va g'azabini keltirib chiqaradilar. Ammo boshqalarning his-tuyg'ulari va manfaatlarini hisobga oladiganlar, boshqalar ular haqida o'ylashlarini va ularning his-tuyg'ularini hisobga olishlarini .ko'rishadi

Agar bir shaharda yuz kishi bo'lsa va har biri boshqasidan tortib olishga harakat qilsa, har birining to'qson to'qqizta dushmani bo'ladi. Agar har biri boshqasiga yordam berishga harakat qilsa, har birining to'qson to'qqizta do'sti .bo'ladi

Men shunday yashadim va boshqalarga berish orqali hech narsa yo'qotmadim. Aslida, bergan hamma narsam menga Xudoning inoyati bilan ko'paytirilib qaytdi. Endi men hech narsaga intilmayman, chunki ichimdagi tubsizlik dunyo taklif qila oladigan har qanday narsadan ulug'roq va qadrliroqdir. Inson chinakamiga baxtni izlaydi va baxtga erishgandan so'ng, unga olib keladigan sharoitlarga ehtiyoj .yo'qoladi

Mening bank hisobim yo'q, chunki bu dunyodagi yagona kafolatim - bu odamlarning menga bo'lgan yaxshi his-tuyg'ulari. Men boshqa hech qanday dunyoviy kafolatga ishonmayman. Haqiqiy boylik aka-uka va do'stlarning .qalbida yashashdadir

Biz fidoyi bo'lganimizda baxtli bo'lamiz. Agar biz bu yondashuvni qo'llasak, atrofimizdagi boshqalar bizning xatti-harakatlarimizdan ta'sirlanib, bizga taqlid qilishga harakat qilishadi. Biz barcha individual va milliy yovuzliklarning ildizi .bo'lgan xudbinlikni yo'q qilishimiz kerak

Avliyo havoga ko'tarildi

"Yogi hayotida Hindiston falsafasi" kitobidan

"Kecha kechqurun men Yogiyaning bir necha fut havoda osilib turganini ko'rdim"

Do'stim Upendra Mohan Chaudhry o'z nutqini shu qiziqarli ibora bilan boshladi

U ishtiyoq bilan jilmayib dedi: "Balki siz uning ismini taxmin qilgandirsiz: yuqori aylanma yo'lda yashovchi Bhaduri Mahasayani nazarda tutyapsizmi?"

Upendra rozilik bilan bosh irg'adi, garchi u menga bu xabar u orqali yetib kelmaganidan biroz xafa bo'lgan bo'lsa ham. Do'stlarim mening avliyolarga qanchalik qiziquvchan ekanligimni bilishardi va ular meni har doim yangisi bilan tanishtirishdan xursand bo'lishardi.

Men davom ettirdim va: "Yogining uyi bizning uyimizga juda yaqin va men uni muntazam ravishda ziyorat qilaman", dedim.

Mening so'zlarim Upendrada katta qiziqish uyg'otdi, chunki qiziqish uning yuzidan yaqqol ko'rinib turardi va men qo'shimcha qildim:

Patanjali donishmand tomonidan qayd etilgan qadimgi yoganing sakkizta nafas olish texnikasini ⁽¹⁾ puxta egallagan ⁽²⁾. Bir kuni Bhaduri Mahasaya mening oldimda Bhastrika Pranayamani shunday hayratlanarli kuch bilan ijro etdiki, go'yo xonani kuchli bo'ron qamrab olgandek his qildim! Keyin u bu bo'ronli nafasni tinchlantirdi va ulug'vor ong holatida harakatsiz qoldi ⁽³⁾. Bu bo'rondan keyin paydo bo'lgan tinchlik muhiti juda aniq va unutilmas edi."

Upendraning ovozi ishonchsizlik bilan chaqnab ketdi, u: "Eshitganimga qaraganda, avliyo hech qachon uyidan chiqmaydi, rostmi?" dedi.

Men javob berdim: "Ha, bu haqiqat! U yigirma yildan beri uyida qamalib yuribdi. Biroq, u muqaddas bayramlarimizda o'ziga yuklagan bu qat'iy qonunning cheklovlarini yumshatadi va tilanchilar to'planadigan yon yo'lga yuradi, chunki Avliyo Bahaduri o'zining mehribon qalbi bilan mashhur".

U dedi: "Lekin qanday qilib avliyo tortishish qonuniga qarshi chiqib, havoda osilib turadi?"

Men javob berdim: "Yogining tanasi ma'lum pranayama nafas olish mashqlarini bajarish orqali zichlikni yo'qotadi va keyin u qurbaqa kabi ucha oladi yoki sakray oladi. Hatto an'anaviy yoga bilan shug'ullanmaydigan avliyolar ham Xudoga bo'lgan intilishning ulug'vor holatiga tushib, havoda suzib yurishadi".

Upendraning ko'zlarida qiziqish chaqnadi va u: "Men bu donishmand odam haqida ko'proq bilmoqchiman. Siz uning kechki yig'ilishlariga borasizmi?" dedi.

Men: "Ha, men uni tez-tez ziyorat qilaman va uning aql-zakovati va ajoyib donoligidan juda ta'sirlanaman. Ba'zan mening kulgim yig'ilish tantanasiga putur yetkazadi. Avliyo bundan bezovta bo'lmasa-da, uning shogirdlari menga g'azab bilan qarashadi!", dedim.

O'sha kuni tushdan keyin maktabdan uyga qaytayotganimda, Bhaduri Mahasayaning uyiga borib, uni ziyorat qilishga qaror qildim. Yogi birinchi qavatda shogird qo'riqlayotgan tanho joyda yashardi. Bu shogird mehmonlarga juda ehtiyotkorlik bilan qarardi va mendan o'qituvchisi bilan uchrashuvim bor-yo'qligini so'radi. Lekin o'qituvchi darhol paydo bo'ldi, ko'zlari chaqnab, meni o'sha yerda yiqilib tushishdan saqlab qoldi. U shogirdiga dedi:

"Mukanda xohlagan paytda kelsin. Yolg'izlik qoidasi mening tasallimim uchun emas, balki boshqalarning tasallisi uchundir. Dunyoviy odamlar bizning halolligimizdan norozi, bu ularning mag'rurligini sindiradi. Avliyolar nafaqat kamdan-kam uchraydi, balki hayratlanarli hamdir. Hatto Muqaddas Yozuvlarda ham ba'zan ularni boshqalarni sharmanda qilishlarini ko'ramiz."

Men Bhaduri Mahasayaning orqasidan uning kamdan-kam hollarda tark etadigan oddiy yuqori qavatdagi uyiga bordim. Ustozlar odatda dunyoning yorqinligi va jozibasini e'tiborsiz qoldirib, jamoatchilik e'tiboridan chetda qoladilar. Dunyo ularga kamdan-kam hollarda vaqt tarixida mustahkam o'rin egallamaguncha e'tibor beradi, chunki donishmandning zamondoshlari hozirgi zamonning tor doirasida yashovchilar bilan cheklanib qolmaydi.

Men: "Buyuk donishmand, siz men bilgan birinchi yogi bo'lib, u doimo uyida qoladi", dedim.

U javob berdi: "Ba'zan Xudo avliyolarini kutilmagan tuproqqa ekadi, shunda biz ularni ma'lum bir qoidaga bo'ysundira olamiz deb o'ylamaymiz".

Avliyo oyoqlarini chalishtirib o'tirar, tetik tanasi lotus holatida dam olardi. Yetmish yoshdan oshgan bo'lsa-da, tanasida uzoq vaqt o'tirishdan qarish yoki osilib qolish alomatlari yo'q edi. Baquvvat va uzun bo'yli, u har jihatdan mukammal edi. Uning yuzida Muqaddas Kitobda olijanob boshli, to'la soqolli, doimo tik o'tirgan, xotirjam ko'zlari Ilohiy huzurga qadalgan donishmandning xususiyatlari aks etgan edi.

Men avliyo bilan meditatsiya qilib o'tirdim va bir soatdan keyin uning mayin ovozi meni uyg'otdi:

"Siz ko'pincha jimjitlik holatiga tushasiz, lekin Xudoni chinakam anglash holatiga yetdingizmi?"

Avliyo menga meditatsiya qilishdan ko'ra Xudoni ko'proq sevishni eslatmoqchi edi va qo'shimcha qildi: "Vositalarni maqsad bilan adashtirmang va vositalarni maqsadingizga aylantirmang".

U menga bir nechta mango taklif qildi va jiddiy tabiatiga qaramay, menga kulgili tuyulgan tezkor hazil bilan dedi:

"Odamlarning oziq-ovqat bilan birlashishga bo'lgan ishtiyoqi Xudo bilan birlashishga bo'lgan ishtiyoqidan ancha yuqori"

Bu so'z o'yini menda qattiq kulgini uyg'otdi va uning nigohi mehr bilan yumshadi va: "Qanday kulgi!" dedi. Uning yuzi jiddiy edi, ammo baxtli tabassum bilan. Uning katta, lotusga o'xshash ko'zlari muqaddas, ichki tabassumni yashirgan edi.

Avliyo stol ustidagi bir nechta qalin konvertlarga ishora qilib: "Bu xatlar menga uzoq Amerikadan keldi. Men a'zolari yoga bilan qiziqadigan bir qator jamiyatlar bilan yozishmalar olib boraman. Ular Kolumbga qaraganda Hindistonni yaxshiroq tushunish bilan qayta kashf etmoqdalar! Men ularga yordam berishdan xursandman, chunki yoga haqidagi bilim, quyosh nuri kabi, uni izlayotganlarning barchasi uchun bepul", dedi.

"Donolar insoniyatning najoti uchun zarur deb hisoblagan narsani G'arb uchun bo'shatib qo'ymaslik kerak. Sharq va G'arb turli xil tashqi tajribalariga qaramay, ruhan o'xshashdir va ular yoga ma'naviy yo'llaridan birini amalda qo'llamasdan taraqqiyot va farovonlikka umid qilishmaydi."

Avliyo meni xotirjam nigohida ushlab turdi va men o'shanda uning so'zlari yashirin bashorat ekanligini anglamagan edim. Hatto hozir ham, men bu so'zlarni yozayotganimda, uning bir kun kelib Hindiston ta'limotini G'arbga olib kelaman degan begunoh ko'rinadigan ishoralarining to'liq ma'nosini tushunmadim.

Men: "Ey buyuk donishmand, agar siz insoniyat manfaati uchun yoga haqida kitob yozsangiz, naqadar ajoyib bo'lardi!", dedim.

U shunday javob berdi: "Men o'z shogirdlari bilan birga parchalanishga, vaqtning tabiiy o'zgarishlariga

va tanqidchilarning g'ayritabiiy talqinlariga bardosh beradigan tirik kitoblarga aylanadigan talabalarni tayyorlayapman".

Biz kechqurun uning shogirdlari kelguncha, yogi bilan yolg'iz qoldik, u mislsiz ma'ruzalaridan birini o'qidi. Yumshoq suv toshqini singari, u tinglovchilarining ruhiy vayronagarchiliklarini va qoldiqlarini supurib tashladi va ularni Xudoga yo'naltirdi. Uning ajoyib masallari benuqson Bengal tilida aytilgan.

O'sha oqshom Bhaduri avliyolikka intilib, saroyning dabdabali hayotidan voz kechgan o'rta asr Rajput malikasi Mirabay hayotining turli falsafiy jihatlarini o'rganib chiqdi. Dastlab, taniqli zohid Sanatna Gosvami uni ayol bo'lgani uchun shogird sifatida qabul qilishdan bosh tortdi, ammo uning javobi uni tiz cho'ktirdi va u shunday dedi:

"O'qituvchiga aytingki, men olamda Xudodan boshqa hech bir erkakni tanimayman. Biz Uning oldida hammamiz ayol emasmizmi?"

(Xudo koinotdagi yagona ijobiy va ijodiy tamoyil ekanligi va Uning yaratganlari faqat salbiy illyuziya ekanligi haqida muqaddas g'oya mavjud)

Mirabay shoir edi va u ma'naviy quvonchga to'la ko'plab she'rlar yaratgan, ular hali ham Hindistonning adabiy xazinalaridan biri hisoblanadi. Men ulardan birini ingliz tiliga tarjima qilyapman (uni arab tiliga Mahmud Abbos Masud she'riy tarjima qilgan):

**Agar tana doimo yuvilsa, bu ma'lum bo'ladi
Dengizlar o'rtasida sherga aylanib
qolardim**

**Agar u o'simlikni yesa, albatta tushunadi
Men faxr bilan echki shaklini olardim
Agar tasbehtar soni sanalsa, shunday
ko'rinadi**

**Men katta munchoqlar bilan Xudoni
ulug'lardim**

**Qani endi butlar sajda qilsalar edi
Men tog'lar va qoyalarga bosh eggan
bo'lardim**

**Qani endi sut ichish mumkin bo'lsa edi
Buzoqlar va yosh bolalarni tatib ko'rish
uchun**

**Agar xotinini tashlab ketish natijasida
Minglab odamlar darhol o'z xohishi bilan
kastratsiya qilinadi**

**Bularning barchasi uni oshkor qilish uchun
yetarli emas**

**Yo'q, va u hech qachon pardani ko'tara
olmaydi**

Xudo bir shart bilan paydo bo'ladi:

Yurakning sevgisi va sog'inchi olov kabi

**Ba'zi talabalar Bhadurining poyabzaliga rupiy
qo'yishdi, bu esa Bhaduri yoga pozasida o'tirganida
uning yonida yotardi. Hindistonda bu odatiy qurbonlik
hurmat va minnatdorchilik ifodasidir, ya'ni talaba
o'zining moddiy boyliklarini ustozining oyoqlari ostiga
qo'yishini anglatadi. Mehribon do'stlar Xudoning
sevganlariga g'amxo'rliqi va himoyasining
namoyonidir.**

**Shogirdlardan biri hurmatli ustoz bilan
xayrlashayotganda unga hayrat bilan qarab:
"Haqiqatan ham, siz ajoyibsiz, ustoz! Siz Xudoni izlash
va bizga donolik ulashish uchun boylik va shaxsiy
farovonligingizdan voz kechdingiz", dedi. (Chunki
Bhaduri Mahasya yoshligida yoga yo'lini tanlashga
qat'iy qaror qilganida katta oilaviy boyligidan voz
kechgani ma'lum edi).**

**Avliyo javob berdi: "Lekin siz buning aksini
qilyapsiz!" Ustozning yuz ifodasi muloyim tanbehni**

ifodaladi va u davom etdi: "Men cheksiz va cheksiz baxt-saodatga to'la koinot saltanati sevgisi uchun bir necha rupiy va o'tkinchi, ahamiyatsiz zavqlardan voz kechdim. Xo'sh, qanday qilib men o'zimni biron narsadan mahrum qildim deb ayta olasiz? Bu dunyoning kalta ko'radigan odamlari chinakam voz kechmoqdalar! Ular tengi yo'q muqaddas saltanatdan voz kechib, ochlikni na qondiradigan, na qondiradigan arzimas dunyoviy zavqlarga havas qilishadi!"

Men zohidlik va zohidlik haqidagi bu qarama-qarshi qarashga kuldim: biri kambag'al avliyoni Krezdan boyroq va obro'liroq qilsa, ikkinchisi dunyodagi eng yirik millionerlarni qashshoqlik xo'rligidan nima azob chekayotganini bilmaydigan qashshoq kambag'allarga aylantiradi.

O'qituvchi o'z nutqini sobit imonga undab yakunladi: "Ilohiy tizim bizning ishlarimizni boshqaradi va kelajagimizni sug'urta kompaniyalari taqdim etadigan donolikdan ustun bo'lgan donolik bilan tashkil qiladi. Dunyo tashqi himoya vositalariga ishonadigan xavotirli odamlarga to'la. Ularning og'riqli fikrlari peshonalaridagi chandiqlarga o'xshaydi. Biz tug'ilganimizdan boshlab bizga havo va sut bergan yagona Xudo O'z ibodat qiluvchilariga hayotlarida kerak bo'lgan hamma narsani har kuni qanday ta'minlashni biladi".

O'qish mashg'ulotlari tugaganidan keyin avliyoga tashriflarimni davom ettirdim va ilohiy mavjudlikni anglashimga yordam bergan jimgina ishtiyoq bilan. Bir kuni avliyo Gurbar yo'lidagi uyimizdan uzoqda, Ram Mohan Roy yo'liga ko'chib o'tdi, uning mehribon izdoshlari unga Tajendramath deb nomlanuvchi yangi ibodatxona qurishdi ⁽⁴⁾.

Ushbu xotiramda aytib bermoqchi bo'lgan narsalarim hali erta bo'lsa-da, men bu yerda Bhaduri

Mahasya menga aytgan xulosa so'zlarini eslatib o'taman. G'arbga jo'nab ketishimdan sal oldin, men u bilan xayrlashish uchun bordim va uning oldida kamtarlik bilan ta'zim qilib, xayrlashuv duosini so'radim. U shunday dedi:

"O'g'lim, Xudoning marhamati bilan oldinga boring va qadimgi Hindistonning shon-sharafini himoya qalqoni sifatida oling. G'alaba peshonangizga yozilgan va uzoqdagi zodagonlar sizni yaxshi kutib olishadi."

Manba: Yogining avtobiografiyasi (Yogi hayotidagi hind falsafasi)

Izohlar

(1) Bu nafas olish texnikasi pranayama deb nomlanadi, bu nafas olish jarayonini tartibga solish orqali hayot kuchi yoki faolligini (prana) boshqarishdir. Pranayama bhastrika ("qo'ng'iroq":) ongni tinchlantirish uchun ishlaydi.

(2) Patanjali yoga bo'yicha qadimgi sharhlovchilarning eng buyukidir

(3) 1928-yilda bergan ma'ruzasida Sorbonna professori Jyul Bois fransuz olimlari yuqori ong ustida tajribalar o'tkazganliklarini va uning mavjudligini tan olganliklarini ta'kidladi. U buni "Freyd kontseptsiyasidagi ongsiz ongning analogi" deb ta'rifladi. Bu yuqori ong insonni shunchaki rivojlangan hayvon emas, balki chinakam inson qiladigan iste'dod va fazilatlarni qamrab oladi. Fransuz olimi yuqori ongning uyg'onishini "taklif yoki gipnozdan farqlash kerak" deb aniqlik kiritdi. Yuqori ongning mavjudligi falsafiy jihatdan tan olingan va bu mohiyatan Emerson tomonidan tasvirlangan yuqori "men" bo'lib, fan uni yaqinda tan oldi. Emerson o'zining "Oliy ruh" esssesida shunday degan edi: "Inson - bu barcha donolik va yaxshilik yotadigan ma'badning yuzi va odatda biz inson deb ataydigan narsa: ovqatlanish, ichish, ekish va hisoblash odami o'zining asosiy haqiqati haqida noto'g'ri tasavvur beradi. Ammo u vosita va ifoda bo'lgan ruh, agar uning fikrlari va harakatlari orqali paydo bo'lishiga yo'l qo'yilsa, biz bosh egishga majbur bo'lar edik,

chunki u holda biz ruhiy tabiat oldida va barcha ilohiy fazilatlar oldida turamiz".

(4) Uning to'liq ismi Tajnaramath Bhaduri bo'lib, hind tilida "matematika" ibodat joyi degan ma'noni anglatadi, ko'pincha monastir yoki monastirni anglatadi. "Kosmosda suzib yurgan" avliyolar orasida 17-asr avliyosi Kupertinolik Avliyo Jozef ham bor edi. Uning g'ayrioddiy tajribalari guvohlar tomonidan hujjatlashtirilgan. Avliyo Jozef dunyoga hayrat va hayrat holatini ko'rsatgan, bu aslida Xudoni eslash va U bilan chuqur aloqa edi. Monastirdagi aka-ukalari unga umumiy dasturxonda xizmat qilishga ruxsat berishmadi, aks holda u chinni bilan uchib ketardi. Darhaqiqat, avliyo yerda uzoq vaqt qola olmagan uchun dunyoviy vazifalarni bajara olmasdi! Ba'zan muborak haykalni ko'rishning o'zi uni vertikal parvozga undash uchun yetarli edi, shunda u osmonda ikki avliyoning - odam va toshning - parvoz qilayotganini ko'rardi.

Ma'naviy yuksaklikka ega avliyo Avilalik Avliyo Tereza ham jismoniy yuksalishni bezovta qildi. Ko'plab ma'muriy vazifalar bilan band bo'lgan u parvoz sinovlarini to'xtatishga urinib ko'rdi va bu borada shunday deb yozdi: "Agar Xudo boshqacha xohlasa, choralar foydasiz". Ispaniyaning Alba shahridagi cherkovda dafn etilgan Avliyo Terezaning jasi to'rt asr davomida buzilmagan holda qoldi, uning xushbo'y hidi atirgullarning xushbo'y hidiga o'xshardi va unga son-sanoqsiz mo''jizalar bog'liq edi.

(Bu mo''jizalar bizga Qur'oni Karimda va Payg'ambarlikning olijanob rivoyatlarida, masalan, G'or ahli qissasida va Maryam alayhissalomdan xurmo daraxtining quruq tanasini silkitib, pishgan xurmolar mavsumdan tashqari tushib ketishini so'rash kabi iltijolarni, shuningdek, Oli Imron surasida zikr qilinganidek, Alloh Maryamga qanday rizq berganini eslatadi (Zakariyo har safar uning oldiga muqaddas joyga kirganida, u yonida rizq topganini ko'rdi. U: "Ey Maryam, bu senga qayerdan?" dedi. U: "Bu Allohdan", dedi), shuningdek, ibodat qiluvchi Jurayj va beshikda gapirgan bola, g'orga kirgan uch kishi va tosh ulardan uzoqlashgani va boshqa mo''jizalar qissasini eslatadi).

Iroda kuchi va atrof-muhitning ta'siri

Muammolar va qiyinchiliklar insonning ma'lum bir
vaqtda va joyda sodir etilgan o'tmishdagi harakatlaridan
bexabarligidan kelib chiqadi. Ularning hozirgi azob-uqubatlari
ular aytgan fikrlar va ishlardan kelib chiqadi, ular ong
tuprog'ida ildiz otib, o'sha fikrlar va harakatlar bilan bir xil
.mevalarni unib chiqadi va beradi

Men faqat Xudo uchun yashayman va ishlayman Meni
jalb qiladigan dunyoviy vasvasalar yoki xayollar yo'q Men
donolik va idrok ko'zi bilan qaradim va yolg'on va xayol
pardalarini teshdim Siz ham bu yerga tashrifingiz
vaqtinchalik ekanligini tushunishingiz kerak Siz bu yerda
bitta maqsad bilansiz: zarur saboqlarni o'rganish va hayotda
yo'lingizni uchratganlarning barchasiga yordam berish
Har kuni ertalab Xudodan mendan nima qilishimni
xohlayotganini aytishini so'rayman, keyin esa Uning qo'llarim
va ongim orqali ishlayotganini ko'raman va hamma narsa
.Uning irodasiga muvofiq ketmoqda

Sinovlar va qiyinchiliklar insonni sindirish yoki irodasini
falaj qilish uchun emas, balki ularga Xudoning buyukligini
anglash va Uning qonunlariga hurmat ko'rsatish uchun
keladi, bu orqali ular chinakam baxtga erishishlari mumkin.

Xudo bu og'ir sinovlarni yubormaydi, chunki ular asosan
inson tomonidan yaratilgan. Insoniyatdan talab qilinadigan
yagona narsa - bu uning ongini g'aflat uyqusidan uyg'otish
.va johillik zulmatidan bilim nuriga chiqishdir

O'zingizni xotirjamlikni his qilishga o'rgating, chunki buni
qanchalik ko'p qilsangiz, hayotingizda shuncha ko'p kuchni
his qilasiz

Agar siz o'sha ilohiy nurga yuzlansangiz, yo'lingizni
yoritib, sizga sog'liq, baxt, tinchlik va muvaffaqiyat ato
.etadigan yuqori kuch bor

Ko'pincha his-tuyg'ularimiz bizga o'tkinchi zavqlarni va'da qiladi, ammo oxir-oqibat bizga uzoq davom etadigan og'riq va azob-uqubatlarni keltiradi. Haqiqiy fazilat va baxt esa kam narsani va'da qiladi, ammo oxir-oqibat bizga sof va abadiy quvonch bag'ishlaydi. Shuning uchun men ichki, uzoq davom etadigan baxtni haqiqiy quvonch, vaqtinchalik hissiy .zavqlarni esa shunchaki zavq deb bilaman

Agar odamda uni bezovta qiladigan va kechasi uxlamaydigan yomon odat bo'lsa, uni qo'zg'atishi yoki rag'batlantirishi mumkin bo'lgan har qanday narsadan qochish orqali, uni bostirishga urinmasdan, undan xalos bo'lish mumkin. Bu unga qarshi kurashishning bilvosita usuli. Ammo to'g'ridan-to'g'ri, ijobiy yo'l ham bor: fikrlarni yaxshi odatga yo'naltirish va uni hayotlarining bir qismiga aylanib, unga tayanishi va ishonishi mumkin bo'lguncha .rivojlantirishga harakat qilish

Yaxshi xulq-atvorli odamlar odatda eng baxtli bo'ladilar.

Ular duch keladigan muammolar va muammolar uchun hech kimni ayblamaydilar; buning o'rniga ular ularni o'zlariga bog'laydilar va o'zlarini shaxsan javobgar deb biladilar. Ular hech kim ularni xursand qilishga yoki xafa qilishga qodir emasligini, agar boshqalarning harakatlari, so'zlari va fikrlariga ijobiy yoki salbiy ta'sir ko'rsatishga yo'l .qo'ymasalar, to'liq bilishadi

Qattiqqo'l odamlar baxtsizdir. Ular toshlar kabi his-tuyg'ulardan butunlay mahrum. Inson barcha fikrlari, his-tuyg'ulari va tushunchalari bilan yashashi va atrofida sodir bo'layotgan barcha narsalarga hushyor va diqqatli bo'lishi kerak, xuddi eng go'zal manzaralarning eng ajoyib suratlarini olish uchun eng yaxshi imkoniyatlarni kutayotgan mohir .fotograf kabi

Haqiqiy insoniy baxt insonning doimo o'rganishga va to'g'ri va hurmatli tarzda harakat qilishga tayyorligidadir. Inson o'zini qanchalik ko'p takomillashtirsa, atrofdagilarning .taraqqiyoti va baxtiga shuncha ko'p hissa qo'shadi

Vaziyatini tahlil qilib, oldinga yoki orqaga ketayotganini
hal qiladiganlar kam. Inson sifatida idrok, donolik va
tushunchaga ega bo'lganimiz uchun, bizning eng katta
burchimiz oldinga yoki orqaga ketayotganimizni bilish uchun
donoligimiz va idrokimizdan to'g'ri foydalanishdir. Agar
muvaffaqiyatsizlikka uchrasak, umidsizlikka tushmasligimiz
.yoki umidimizni yo'qotmasligimiz kerak
Muvaffaqiyatsizlik jismoniy va ma'naviy o'sishimizga
to'sqinlik qiluvchi emas, balki katalizator vazifasini bajarishi
kerak

Muvaffaqiyatsizlik muvaffaqiyat urug'ini ekish uchun eng
yaxshi va eng mos mavsumdir

Yo'qotish va muvaffaqiyatsizlikka berilib ketmaslik
kerak, aksincha, avvalgi urinishlar qanchalik ko'p va achchiq
bo'lishidan qat'i nazar, qayta-qayta urinib ko'rish kerak.
Muvaffaqiyatsizlikdan keyingi har bir yangi urinish puxta
rejalashtirilgan va intellektual jihatdan rag'batlantiruvchi
bo'lishi kerak. Bundan tashqari, moddiy intilishlar va
ma'naviy istaklar o'rtasida muvozanatni saqlash kerak,
.birining ikkinchisini soya qilmasligiga yo'l qo'ymaslik kerak

Hech bir chinakam ma'naviy inson moddiy
muvaffaqiyatsiz yashay olmaydi. Hech kimning moddiy
tashvishlari shunchalik og'irki, ular Xudo haqida o'ylashga va
zarur vaqtni mulohaza yuritishga, xizmat qilishga va
.ma'naviy burchlarga bag'ishlashga to'sqinlik qilmaydi
Surunkali muvaffaqiyatsizlik hali hayot saboqlarini
o'rganmagan va xudbin spiritizm tarafdori moddiy hayotga
beparvoligi tufayli ruhiy muvozanatni yo'qotish bilan o'zini
.jazolaydi

Agar inson o'zining barcha ishini va faoliyatini
boshqalarga xizmat qilishga bag'ishlasa va ularni qoniqarli
fikrlash bilan amalga oshirsa, unda u chinakam e'tibor va
.minnatdorchilikka loyiqdir

Biz bir tomonlama bo'lmasligimiz kerak; aksincha, biz
faoliyatimizni muvozanatlashtirishimiz va vazifalarimiz va

burchlarimizni ularning ahamiyatiga qarab
ustuvorlashtirishimiz kerak. Burch - bu inson moddiy
manfaat uchun emas, balki quvonch bilan bajaradigan
narsadir. Ma'naviy va axloqiy burch hayotda birinchi o'rinda
.turishi kerak

Har bir insonda foydalanilmagan salohiyat bor. Ular
barcha zarur kuchlarga ega. Aqlning o'zi oliy kuchdir va u
eskirgan va cheklovchi odatlar va tushunchalardan xalos
.bo'lishi kerak

Yomon fikrlar insonni o'zini xohlagancha ifoda eta
oladigan zararli muhitga olib borishi mumkin. Biroq, inson
iroda kuchi orqali o'z fikrlari va ongini, natijada esa atrof-
muhitini o'zgartirishi mumkin. Agar inson uzoq vaqt zararli
muhitda qolsa, bu muhit unga ongsiz ravishda ta'sir qila
boshlaydi. Vaqt o'tishi bilan ular oxir-oqibat sog'lom va
foydali muhitni tanlash erkinligini yo'qotadilar va o'sha
.zararli muhitning salbiy ta'siriga duchor bo'ladilar

Sayyoralar va yulduzlarning inson hayotiga ta'siri
sayyoralar va inson tanalari o'rtasidagi tortishish va
itarishning o'zaro ta'siridan kelib chiqadi. Kuchli irodaga ega
bo'lganlar Xudo bilan birlashadilar va sayyoralar va
yulduzlarning ularga marhamat ko'rsatishini kutmaydilar.
Aksincha, ular o'z sayohatlarini teshuvchi meteor kabi
davom ettiradilar, faqat Quyoshlar Quyoshi va Qonun va
ruhlarning Rabbi bo'lgan Xudoning yo'lboshchi yulduzi ta'sir
.qiladi

Ustoz Paramahansaga shogirdlaridan xatlar

Inner Culture" jurnalining XIV jildida"

Mualliflari tomonidan turli mamlakatlardan yuborilgan
:xatlar, ulardan quyidagilarni ajratib olamiz

Sizning ta'limotlaringizni diqqat bilan o'qib chiqish orqali
 ,sizga shuni ma'lum qilmoqchimanki

Men ruhiy ma'rifat oldim

Men doim izlaganim

Sizning ta'limotlaringiz men uchun baxt eshiklarini ochdi

* * *

Men sizning ruhiy tasdiqlaringizni har kuni mashq
 qilaman

Men salbiy fikrlar asta-sekin kamayib borayotganini
 payqadam

Qo'rquvlar yo'qoldi

Men hayotimning har bir lahzasidan zavqlanaman

Yordamingiz uchun rahmat

* * *

Men ko'p barakalarni olaman

Sizning ma'naviy ta'limotlaringizdan

Fikrlaringizni o'qishni intiqlik bilan kutaman

Men buni hayotimga tatbiq etish uchun qo'limdan
 kelganini qilaman

Sizning ta'limotlaringiz go'zal va foydali

* * *

Men sizning ajoyib falsafangizda topaman

Hayrat va ilhomga nima ilhom bag'ishlaydi

Menga bergan barcha narsalaringiz uchun eng chuqur
minnatdorchiligimni bildiraman

Yordam va psixologik qulaylikdan

* * *

Men buni haftalik olishni juda xohlayman
Sizning ta'limotlaringizdan yangi dars haqida
Men har bir darsdan zavq va ma'rifat topaman

* * *

Chin qalbimdan rahmat
Ichki dunyomni tushunishimga yordam berish uchun
Va menga ichimdagi yashirin kuchlar haqida xabar
berish uchun
Va mening tushunchamga Xudoning nurini ko'rsatish
uchun

Sizdan olgan ta'limotlarim orqali

* * *

Sizga tashrifimni hali ham eslayman
U to'rt yildan beri mening fikrlarimda yashab kelmoqda
Men hali ham Xudoga bo'lgan to'liq ishonchingizni
eslayman

Va insoniyatga bo'lgan muhabbatingiz
Bu menga o'zimni anglashga yordam berdi
Men yolg'izman deb o'ylaganimda

Mening do'stlarim yo'q va menga hamdard bo'lgan hech
.kim yo'q

Bu menga o'zimga ishonch bag'ishladi va kayfiyatimni
ko'tardi

Bu meni hayot sharoitlariga qarshi turishda jasoratli
bo'lishga ilhomlantirdi

* * *

Qirq yil davomida

Men fan va bilimning turli sohalarini o'rganganman

Lekin men shuncha o'qishdan hech narsa olmadim

Sizning ta'limotlaringizdan o'rganganlarimga o'xshash
narsa haqida

* * *

Sizning ta'limotlaringizni o'qib juda ko'p foyda olaman

Agar odamlar soni ko'proq bo'lsa

Ular sizning g'oyalaringizni o'rganadilar va amalga
oshiradilar

Biz yashayotgan dunyo shunday bo'lar edi

Undan ham yaxshiroq

* * *

Sizga chin qalbidan minnatdorchilik bildirmoqchiman

Hayotimga kelgan ne'matlar uchun

Men sizning ta'limotlaringizni diqqat va diqqat bilan
o'qiy boshlaganimdan beri

Rahmat, va Xudo sizning ajoyib harakatlaringizni
barakalasin

Va sizning ishingiz insoniyatga xizmat qilishga
bag'ishlangan

* * *

Muvaffaqiyatim uchun ibodat qilishingizni
so'raganimdan beri

Mening ahvolim sezilarli darajada yaxshilandi
Sizga chuqur minnatdorchiligimni bildiraman va ibodat
.qilishda davom etishingizga umid qilaman

* * *

Oxirgi xabaringizni olganimda
Men hali ham shubhalarning qorong'u o'rmonida kezib
yurgan edim

Va u o'sha o'rmondan chiqadigan yo'lni ko'ra olmadi
Lekin Xudoga shukur va sizning maxsus ibodatlaringiz
tufayli

Yo'lim aniqlashdi va Xudoga bo'lgan imonim
mustahkamlandi

Mening ahvolim har jihatdan yaxshilandi
Va iltimos, javob berilgan ibodatlaringizda meni doim
eslab turing

* * *

Sizning ta'limotlaringiz menga juda yordam berdi
Va men undan juda katta foyda oldim

Va bu menga aniq dalillar bilan isbotlandi
Ma'naviy tasdiqlaringiz va ijobiy fikrlashingizning
samaradorligi

Men minnatdorchilikdan to'lib-toshganman
Men his qilayotgan sog'liq, quvonch va xotirjamlik tufayli
Men meditatsiyada kundan-kunga taraqqiyotga
erishayotganimni his qilyapman

* * *

Agar sizning ajoyib va ilhomlantiruvchi ta'limotlaringiz
bo'lmaganida edi
Bu yer yuzidagi hayotim nihoyatda cheklangan bo'lar edi
Sizning alohida e'tiboringiz uchun sizga minnatdorchilik
bildirmoqchiman

U menga so'nggi uch yil ichida bergan

* * *

Ma'naviy madaniyat" jurnali uchun rahmat"
Unda men har kuni ruh uchun baraka va ozuqa topaman
Meni siz va ta'limotlaringiz bilan tanishtirgan Xudoga
shukur

* * *

Oylik xatlaringiz uchun sizga rahmat aytmoqchiman
Oxirgi xabar ilhomga to'la ekanligini topdim
Shunday qilib, men uni adabiyot darsidagi
o'quvchilarimga o'qib berdim
Ular uning mazmuniga ijobiy munosabatda bo'lishdi

Bu barchamiz uchun quvonchli voqea edi
Xatda keltirilgan fikrlaringiz meni juda hayratda qoldirdi
Shunchalik ko'p ediki, men buni o'quvchilarim bilan
baham ko'rmoqchi edim
Bu xabar chuqur mulohaza holatini keltirib chiqardi
Va ruh sirlariga introspeksiya
Menimcha, bu menga muammolarni hal qilishga yordam
beradi
Va hayot tajribalariga oqilona va ijobiy munosabatda
bo'lish

* * *

Sizning ta'limotlaringiz bebahodir
Darslaringizning birortasini ham o'tkazib yuborishni
istamayman